



Beim monatlichen Ü60-Treffen in Dormagen im Februar 2026 stand ein zentrales Thema im Mittelpunkt: Das Gehirn braucht Beschäftigung – ein Leben lang.

Wer neugierig bleibt, Neues ausprobiert und sein Denken regelmäßig fordert, stärkt seine geistige Fitness nachhaltig. Denn geistige Beweglichkeit ist keine Frage des Alters, sondern eine Frage der Haltung. Ob durch Gespräche, kleine Denksportaufgaben, gemeinsames Singen oder das Teilen persönlicher Erfahrungen – jede Anregung hält den Geist aktiv.

So wurde auch dieses gesellige Zusammensein wieder zu einer wertvollen Gelegenheit für Austausch und Gemeinschaft. Weitere Beiträge einzelner Teilnehmer sorgten für gute Stimmung und lebhaftes Diskussions.

Ein besonderes Highlight war das gemeinsame Grünkohlessen, das nicht nur kulinarisch überzeugte, sondern ebenfalls positive Impulse für das Miteinander setzte. In entspannter Atmosphäre wurde gelacht, erzählt und diskutiert – beste Voraussetzungen, um Körper und Geist gleichermaßen zu stärken.

Das Treffen zeigte erneut: Gemeinschaft, geistige Anregung und Lebensfreude gehören zusammen – und sind wichtige Bausteine für ein aktives und erfülltes Leben im besten Alter.

20. Februar 2026

