

## *Gedächtnistraining Fitness fürs Gehirn*

Unser Gehirn ist wunderbar und es entwickelt und verändert sich lebenslang.

Doch auch für das Gehirn gilt: wer rastet, rostet.

Wir freuen uns, Ihnen den Gedächtnistrainingskurs mit Nora Kiener Wepfer weiterhin anbieten zu dürfen.

Mit unterhaltsamen Übungen trainieren wir verschiedene Bereiche des Gehirns. Dadurch steigern wir die geistige Fitness, sowie Wahrnehmung, Konzentration, Merkfähigkeit, Sprache, logisches und räumliches Denken. Es sind die Fundamente des Gedächtnisses.

### **Der Kurs richtet sich an Neu- und Wiedereinsteigende.**

Kursleitung: Nora Kiener Wepfer, Gedächtnistrainerin SVGT

Jeweils Donnerstagmorgen von 9.30 bis 11.00 Uhr

**Daten: 19. Oktober /2./16./30.November und 14. Dezember 2023**

Ort: Kirchengemeindehaus, Unterrichtszimmer

Mitnehmen: Papier und Schreibzeug

Kosten: Fr. 130.-- inkl. Material  
zu bezahlen am ersten Kurstag der Kursleiterin

Anmeldung: Hedy Glauser, Höhenweg 51,3053 Münchenbuchsee  
mit Anmeldeformular oder [hedy.glauser@forum60plus.ch](mailto:hedy.glauser@forum60plus.ch)  
oder 031 921 61 18

Die Kursanmeldung per Mail wird bestätigt.

Freundliche Grüsse

Hedy Glauser

✂ ----- **Anmeldung** -----

**Kurs Gedächtnistraining 2023 an Hedy Glauser, Höhenweg 51, 3053 Münchenbuchsee**

Vorname und Name .....

Adresse .....

Telefon ..... E-Mail .....