



Denken und Bewegen im Gleichgewicht

Unser Gehirn will trainiert sein. Mit einfachen Körperbewegungen und themenzentriertem Gedächtnistraining regen wir die Gehirntätigkeit an. Wir erhöhen damit die Denkleistung, Konzentration, Bewegungsqualität und mindern die Sturzgefahr.

Kurs Nr.: 200.20.005
Datum: Montag, 3. Februar – 16. März 2020 (wöchentlich, ohne 10.2.)
Zeit: 9.30 – 10.30 Uhr
Dauer: 6x 60 Minuten
Leitung: Nold Beatrice, Burgdorf, Tel. 034 422 12 51
Kursort: Kirchgemeindehaus, kleiner Saal, Lyssachstr. 2, 3400 Burgdorf
Kosten: CHF 66.-

Dieser Kurs ist vom Bundesamt für Sozialversicherungen teilsubventioniert, weil er in besonderem Masse die Selbständigkeit und Autonomie von älteren Menschen fördert.



Mehr Informationen unter Telefon **031 790 00 10** oder www.be.prosenectute.ch



Anmeldung

Ich melde mich an für den Kurs «**Denken und Bewegen**», Kurs Nr. 200.20.005:

Name	Vorname	Geburtsdatum
Adresse	PLZ, Ort	
Telefon	Natel	E-Mail
Ort, Datum	Unterschrift	

Einsenden bis 21.01.20 an: Pro Senectute E-O, Sport, Postfach 108, 3510 Konolfingen