

Gedächtnistraining



Wir lernen einfache Techniken, um unser Kurz - und Langzeitgedächtnis zu aktivieren: Wie merke ich mir Namen? Was hilft gegen das Vergessen? Wer kennt es nicht, man begegnet sich, hört einen Namen zum ersten Mal und nach dem ersten Satz überlegt man sich - wie war der Name nochmal?

Kurse in der zweiten Hälfte 2018

Einstiegs- kurs 09 bis 10 Uhr	14. August
	21. August
	28. August
	4. September
	11. September
	18. September

Aufbau- kurs 09 bis 10 Uhr	16. Oktober
	23. Oktober
	30. Oktober
	6. November
	13. November
	20. November



Ich melde mich an für **Einstiegskurs** / **Aufbaukurs** Gedächtnistraining

Name, Vorname

Adresse

Telefon, E-Mail

Datum, Unterschrift

Sturzprophylaxe



Es ist nicht mehr wie früher...

Mit gezielten Kraft - und Gleichgewichtsübungen verhindere ich möglichst ein Straucheln.

Ich mache meine Umgebung sicherer.

Mit richtig eingesetzten Hilfsmitteln verhindere ich Schlimmeres, falls ich doch mal falle...

Das ist Sturzprophylaxe.

Kurs in der zweiten Hälfte 2018

09 bis	16. Oktober
10 Uhr	23. Oktober
	30. Oktober
	6. November
	13. November
	20. November



Ich melde mich an für **Sturzprophylaxe 2018**

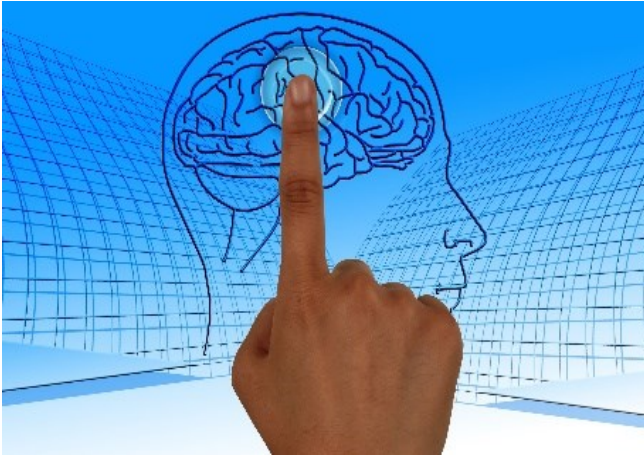
Name, Vorname

Adresse

Telefon, E-Mail

Datum, Unterschrift

Aktives Gehirntraining



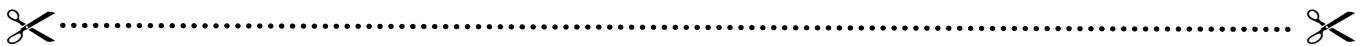
Mit einfachsten Bewegungen das Gehirn ganzheitlich verknüpfen!
Wahrnehmung + Gehirnjogging +
Bewegung



Mehr Leistung
bessere Koordination
Sturzprophylaxe

Kurs in der zweiten Hälfte 2018

10.15 bis	14. August
11.15 Uhr	21. August
	28. August
	4. September
	11. September
	18. September



Ich melde mich an für **Einstiegskurs** Aktives Gehirntraining

Name, Vorname

Adresse

Telefon, E-Mail

Datum, Unterschrift

Wichtig zu wissen:

Kursleitung	Karin Meumann, zertifizierte Life Kinetik® Trainerin
Wochentag	Jeweils Dienstag
Kursort	Ref. Kirchgemeindehaus, Schossstrasse 11, 3110 Münsingen im Unterrichtszimmer
Kurskosten	Fr. 120.—für alle sechs Kurseinheiten, am ersten Kurstag bar zu bezahlen
Auskunft	Eve Jung, Sozialdiakonin, Tel. 031 720 57 52 (Mo - Mi 9 – 12 Uhr) / eve.jung@ref-muensingen.ch Karin Meumann, Tel. 079 721 11 75 karin.m@gmx.ch
Anmeldung	Bis spätestens 1 Woche vor Kursbeginn, an Eve Jung oder Karin Meumann. Bei Abmeldung nach Anmeldeschluss ist der ganze Kursbetrag geschuldet.
Adresse:	Ref. Kirchgemeinde Münsingen Eve Jung, Sozialdiakonin Schossstrasse 11, 3110 Münsingen
Bestätigung	Die Durchführung wird nicht bestätigt.
Durchführung	Ab je 5 Anmeldungen werden diese Kurse durchge- führt (Gruppengrösse 5 bis 12 Personen).
Absage	Sollten sich zu wenig Teilnehmende angemeldet ha- ben, wird der entsprechende Kurs bis 1 Tag vor Kurs- beginn abgesagt.
Daten	Die Daten sehen Sie bei den Kursbeschrieben.
Träger	Die reformierte Kirchgemeinde Münsingen beteiligt sich organisatorisch und finanziell am Kurs.