

## *Geistig aktiv sein und bleiben*

Alle trainieren heute ihren Körper, um fit zu bleiben. Wie steht es aber mit den geistigen Fähigkeiten? Entdecken Sie, was Ihr Gehirn alles leisten kann. Im **Gedächtnistrainingskurs** mit Nora Kiener Wepfer erfahren Sie, wie durch Selbstbeobachtung und Training die geistige Beweglichkeit aktiviert werden kann. Gezielte Übungen fördern die Konzentration, die Merkfähigkeit, die sprachliche Gewandtheit und das logische Denken.

**Kursleitung**                      **Nora Kiener Wepfer, dipl. Lerntrainerin**  
**www.buchsi-lernttraining.ch**

**Datum, Zeit**                      5 x am Donnerstag von 9.30 bis 10.45 Uhr  
22. und 29. Oktober , 5.,12.,19. November 2020

**Ort**                                      Kirchgemeindehaus, Unterrichtszimmer

**Kosten**                                Fr. 110.- inkl. Material

**Anmeldung**                      bis am Donnerstag, 8. Oktober 2020 an  
Annemarie Bucher, Hofmatt 1, Münchenbuchsee  
annemarie.bucher@forum60plus.ch  
Die Kursanmeldung wird bestätigt.



----- **Anmeldung** -----

**Kurs Gedächtnistraining** an Annemarie Bucher, Hofmatt 1, Münchenbuchsee

Vorname und Name .....

Adresse .....

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