



**Mittwoch 9. und 16. Oktober 2024**

**Gedächtnistraining**

**Referentin Therese Steiner, Gedächtnistrainerin SVGT**

Die wiederholte Nachfrage nach Gedächtnistraining veranlasst den Seniorenrat, diese Veranstaltung unter der Leitung von Theres Steiner, zertifizierte Gedächtnistrainerin, im Rahmen des Seniorencafés zweimal pro Jahr durchzuführen.

Ziel des Kurses ist es, durch Gedächtnistraining geistig fit zu bleiben.

Rätsel, Knobeleyen, Wortspielereien und Denkspiele warten auf eine kreative und durchdachte Lösungsfindung. Kurzum, Gehirnjogging bringt Abwechslung und Schwung in das Leben.

Wir freuen uns auf ein zahlreiches Erscheinen.

Damit Ihnen die Veranstaltung einen grösstmöglichen Nutzen bringt, ist die Anzahl der Teilnehmenden beschränkt.

Deshalb bittet der Seniorenrat um eine Anmeldung entweder per Mail an

[seniorenrat@muri-be.ch](mailto:seniorenrat@muri-be.ch) Betreff „Gedächtnistraining“ oder Tel. unter 079 411 56 73.

Anna Stöckli, Seniorenrat