

Train the brain durch Bewegung geistig fit bleiben

Mit diesem Bewegungsprogramm erleichtern wir Menschen viele altersbedingte Herausforderungen. Das unterhaltsame Aktivitätskonzept verfolgt das Ziel mit spielerischen Übungen das Gehirn zu vernetzen und so eine gesamtheitliche Verbesserung in allen Bereichen (u.a. Alzheimer-/Demenzvorsorge) zu schaffen. Menschen mehr geistige und körperliche Fitness und somit mehr Lebensqualität bis ins hohe Alter zu ermöglichen, ist unsere gelebte Mission.

Mitnehmen

bequeme Kleidung, Trinkflasche (keine Umkleieräume vorhanden)

Datum / Zeit

176: Dienstag 12.08. – 23.09.2025 (7x) 15.00 – 16.00 Uhr
CHF 140

177: Dienstag 21.10. – 16.12. (8x) 15.00 – 16.00 Uhr
Ausfall: 18.11.2025
CHF 160

178: Dienstag 21.10. – 16.12 (8x) 16.15 – 17.15 Uhr
Ausfall: 18.11.2025
CHF 160

Ort

Pfadihaus Uznach, am Steinenbach (hinter TC Platz), 8730 Uznach

Leitung

Patricia Wälli

Anmeldung und weitere Auskünfte

Pro Senectute Zürichsee-Linth, Escherstrasse 9B, 8730 Uznach
055 285 92 40 / uznach@sg.prosenectute.ch

