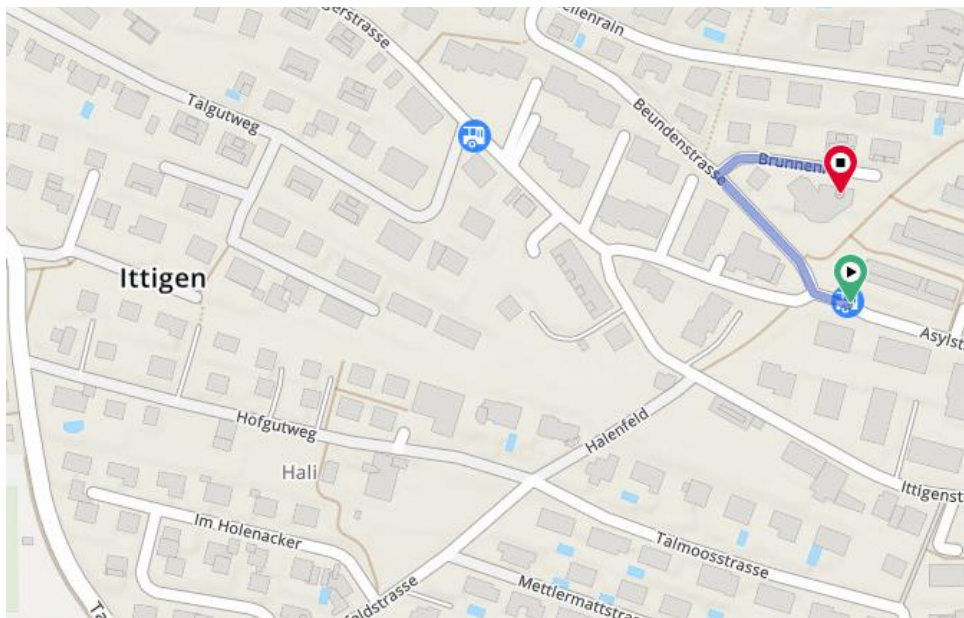


Anreise mit dem ÖV

Ab dem Bahnhof Bern (RBS-Bahnhof) nehmen Sie den Zug S7 Richtung Worb Dorf bis zum Bahnhof Ittigen und danach den Bus Nr. 43 Richtung Ittigen, Kappelisacker. Steigen Sie bei der Haltestelle «Brunnenhof» aus (Reisezeit 15 Minuten). Von dort sind es zu Fuss dann noch ca. 3-5 Minuten bis zum Kursort.



Quelle: map.search.ch

Unser vollständiges Kursprogramm finden Sie unter www.fragile.ch/kursprogramm

Anmeldung bei:

FRAGILE Suisse

Badenerstrasse 696, 8048 Zürich

Tel. 044 360 26 91

E-Mail: bildung@fragile.ch



Unterstützen Sie unser
spendenfinanziertes Angebot:
PC 80-10132-0

Herzlichen Dank!



FRAGILE SUISSE

Für Menschen mit Hirnverletzung
und Angehörige



Saisonale Küche (wieder) kennenlernen

Montag, 09.09., 04.11 und 09.12.2024

Ein Kurs für Menschen
mit einer Hirnverletzung und Angehörige

Teilnahmebedingungen	Ein Kurs für Menschen mit einer Hirnverletzung und Angehörige. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.
Rollstuhlgängigkeit	Die Kursräumlichkeiten sind nicht rollstuhlgängig.
Ausgangslage	Kochen und essen machen Freude! Nach einer Hirnverletzung ist die Planung und Zubereitung von Speisen oft herausfordernd und die Benutzung von Schnitzern, Schwingbesen und Pfannen erschwert. Zusammen ist es einfacher - wir wagen uns an köstliche saisonale Menüs.
Inhalte	Wir besprechen die Rezepte und die Einzelschritte, die zu tun sind, damit am Schluss alle gemeinsam am Tisch sitzen und geniessen können. Die Aufgaben werden nach Vorliebe und Möglichkeiten der Teilnehmenden so aufgeteilt, dass alle einige Schritte der Zubereitung erledigen können. Die Kursleiterin unterstützt und zeigt, wo es nötig ist. Es entsteht ein kreatives Tun, bald duftet es, man plaudert und setzt sich dann an den gedeckten Tisch, um die Mahlzeit gemeinsam zu geniessen.

Ziele	<ul style="list-style-type: none"> • Sie erhalten Übung im Rüsten, Schneiden, Dünsten oder anderen Einzelschritten, die es beim Kochen braucht • Sie erleben die Handlungsschritte für ein ganzes Menü • Sie geniessen eine Mahlzeit in heiterer Atmosphäre und die Zusammenarbeit innerhalb der Gruppe • Sie schulen ganz nebenbei Ihre Sinne – Augen, Nase, Gaumen freuen sich • Unzählige Hirnaktivitäten werden dabei ganzheitlich gefördert
--------------	---

Kursleitung	Beate Widmer, Inhaberin von „köstliches“
--------------------	--

Kursnummer	57524
Teilnehmende	Max. 6 Personen
Ort	köstliches Brunnenrain 6 3063 Ittigen Tel. 079 30 284 00
Datum	Montag, 09.09., 04.11 und 09.12.2024 Einstieg in den Kurs ist jederzeit möglich!
Zeit	15:00 bis ca. 18:45 Uhr
Kosten	Mitglieder: CHF 150.- Mitglieder mit Kulturlegi: CHF 120.- Nichtmitglieder: CHF 240.- inkl. Essen und Getränke (keine alkoholischen)
Kursbestätigung	Die Teilnehmenden erhalten auf Wunsch am Ende des Kurses eine Teilnahmebestätigung.

Annulationsbedingungen

Bei Abmeldungen von einem Kurs gelten folgende Regelungen:

- Abmeldung bis einen Monat vor Veranstaltungsbeginn: Sie erhalten den vollen Kursbeitrag zurück.
- Abmeldungen 30 – 15 Tage vor der Veranstaltung: Sie erhalten 50 % der Kosten zurück.
- Weniger als 14 Tagen vor der Veranstaltung: Eine Rückerstattung ist leider nicht mehr möglich.

Bei Absagen wegen Krankheit erhalten Sie den bezahlten Beitrag zurück mit Ausnahme von Angeboten mit Übernachtung. Stellt uns das Tagungshaus Ihr Zimmer in Rechnung, müssen wir Ihnen diese Kosten verrechnen. Bitte sagen Sie so früh wie möglich ab, wenn Ihnen der gebuchte Kursbesuch nicht möglich ist. Für versäumte Veranstaltungen oder Kurstage sowie bei vorzeitiger Abreise besteht kein Anspruch auf Rückerstattung. Fehlzeiten können nicht nachgeholt werden. Kursteilnehmende sind für eine ausreichende Versicherungsdeckung selbst verantwortlich. Die kompletten Teilnahmebedingungen können Sie bestellen oder unter www.fragile.ch/Teilnahmebedingungen einsehen.