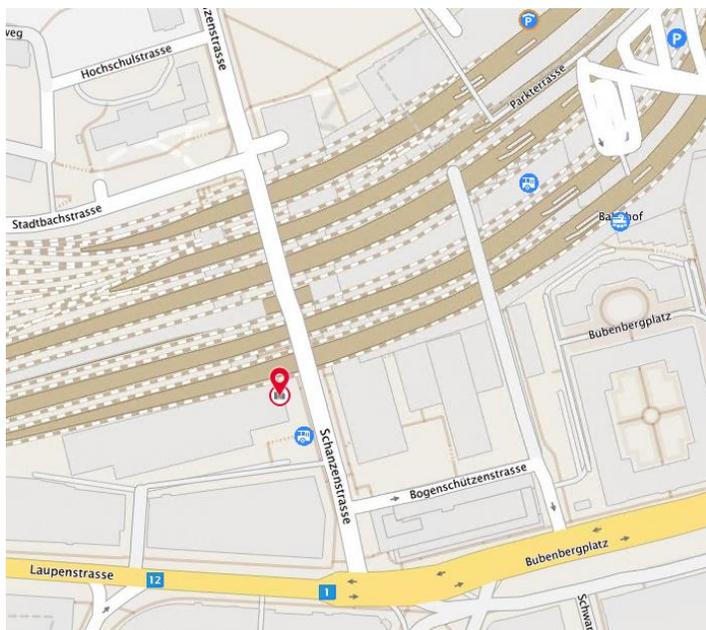


Anreise mit der Bahn

Mit dem ÖV gelangen Sie zum Bahnhof Bern. Die „Welle7“ befindet sich direkt beim Hauptbahnhof Bern im PostParc West, unmittelbar bei der Bushaltestelle „Schanzenstrasse“. Durch den Bahnhoftanschluss ist sie auch bequem via Gleis 1 über die Bahnhof-Passerelle erreichbar. Der Empfang der Klubschule befindet sich im 3. Stock (Deck 3).

Mit dem privaten Fahrzeug: Autobahnausfahrt Neufeld, fahren Sie Richtung „Zentrum/Bahnhof“. Wir empfehlen Ihnen das Bahnhofparking.



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



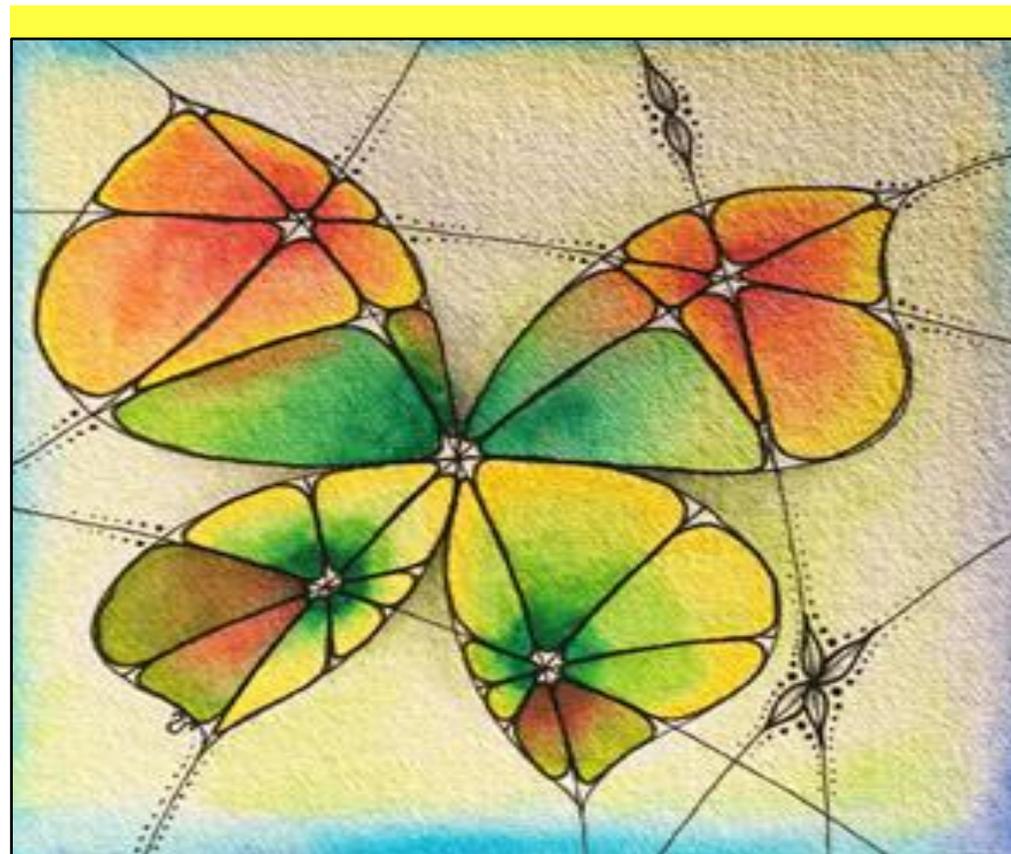
Unterstützen Sie unser
spendenfinanziertes Angebot:
PC 80-10132-0

Herzlichen Dank!



FRAGILE SUISSE

Für Menschen mit Hirnverletzung
und Angehörige



Zentangle Vertiefungskurs

Strich für Strich zu mehr Entspannung und Konzentration

Freitag, 12.01. / 23.02. / 17.05. / 14.06.2024

Ein Kurs für Menschen
mit einer Hirnverletzung und Angehörige

Teilnahmebedingungen	Ein Kurs für Menschen mit einer Hirnverletzung und Angehörige. Sie haben bereits einen Grundkurs in Zentangle gemacht und Lust, weiterhin zu «zentangeln». Sie können die Formen der Buchstaben ICSSO mit einem Stift zeichnen können.
Rollstuhlgängigkeit	Der Zugang sowie der Kursraum sind rollstuhlgänglich.
Ausgangslage	Möchten Sie in wenigen Augenblicken zu innerer Ruhe und Konzentration finden? Mit „zentangeln“ gelingt Ihnen dies im Handumdrehen. Zentangle ist eine Form der abstrakten Zeichnung auf Basis von sich wiederholenden Mustern. Im Vertiefungskurs üben und festigen Sie Ihre Kenntnisse und Fertigkeiten, wenden Bekanntes an und lernen neue Muster und Techniken kennen. Die Möglichkeiten sind grenzenlos und die Kreativität wird auf entspannende Art gefördert.
Inhalte	Nach sorgfältiger Anleitung und mit achtsamer Begleitung gestalten Sie pro Termin Ihr persönliches kleines Kunstwerk, Ihre persönliche Kachel. Überraschen Sie sich selbst, indem Sie sich auf diese besondere Art des „Kritzeln“ mit Stift auf Papier einlassen. Sie erfahren dabei, wie Sie der Hektik des Alltags innert kürzester Zeit in eine konzentrierte Entspannung entfliehen können.
Ziele	<ul style="list-style-type: none"> • Sie erfahren die entspannende Wirkung des konzentrierten Arbeitens mittels einfacher Formen. • Sie entdecken die unerschöpfliche Kreativität in dieser Form des Tuns. • Sie gestalten ein eigenes Zentangle.
Kursleitung	Sonja Richei, Certified Zentangle Teacher CZT © www.creaversum.ch / crea_versum

Kursnummer	23524
Teilnehmende	Max. 6 Personen
Ort	Migros Klubschule Welle7 Schanzenstrasse 5 3008 Bern 058 568 95 95
Datum	Jeweils Freitag, 12.01. / 23.02. / 17.05. / 14.06.2024 → <i>Einstieg ist jederzeit möglich</i>
Zeit	09:30 bis 11:30 Uhr
Kosten	Mitglieder: CHF 96.– Mitglieder mit Kulturlegi: CHF 77.– Nichtmitglieder: CHF 160.–
Kursbestätigung	Alle 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.