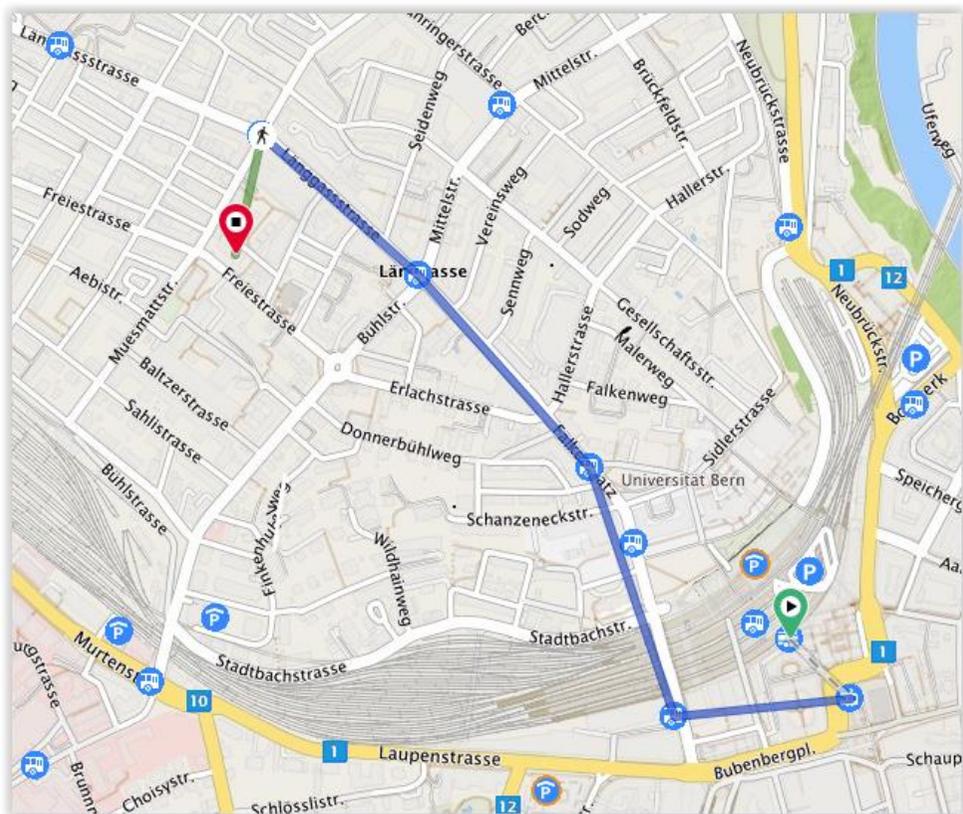


### Anreise mit dem ÖV

Ab Bern HB fahren Sie mit dem Bus Nummer 20 ab Kante F Richtung Länggasse. Wenn Sie bei der «Welle» den Bahnhof verlassen, ist es die Haltestelle Schanzenstrasse, wo Sie in den Bus Nr. 20 einsteigen. In knapp 5 Minuten gelangen Sie zur Haltestelle "Unitobler". An der Kreuzung biegen Sie in die Muesmattstrasse ein und gehen bis zur Kreuzung Muesmattstrasse / Freiestrasse. Da biegen Sie links ab und gehen bis zur Hausnummer 20. Gehzeit ab Bushaltestelle ca. 4 Minuten.



Quelle: map.search.ch

Unser vollständiges Kursprogramm finden Sie unter [www.fragile.ch/kursprogramm](http://www.fragile.ch/kursprogramm)

### Anmeldung bei:

FRAGILE Suisse

Badenerstrasse 696, 8048 Zürich

Tel. 044 360 26 91

E-Mail: [bildung@fragile.ch](mailto:bildung@fragile.ch)



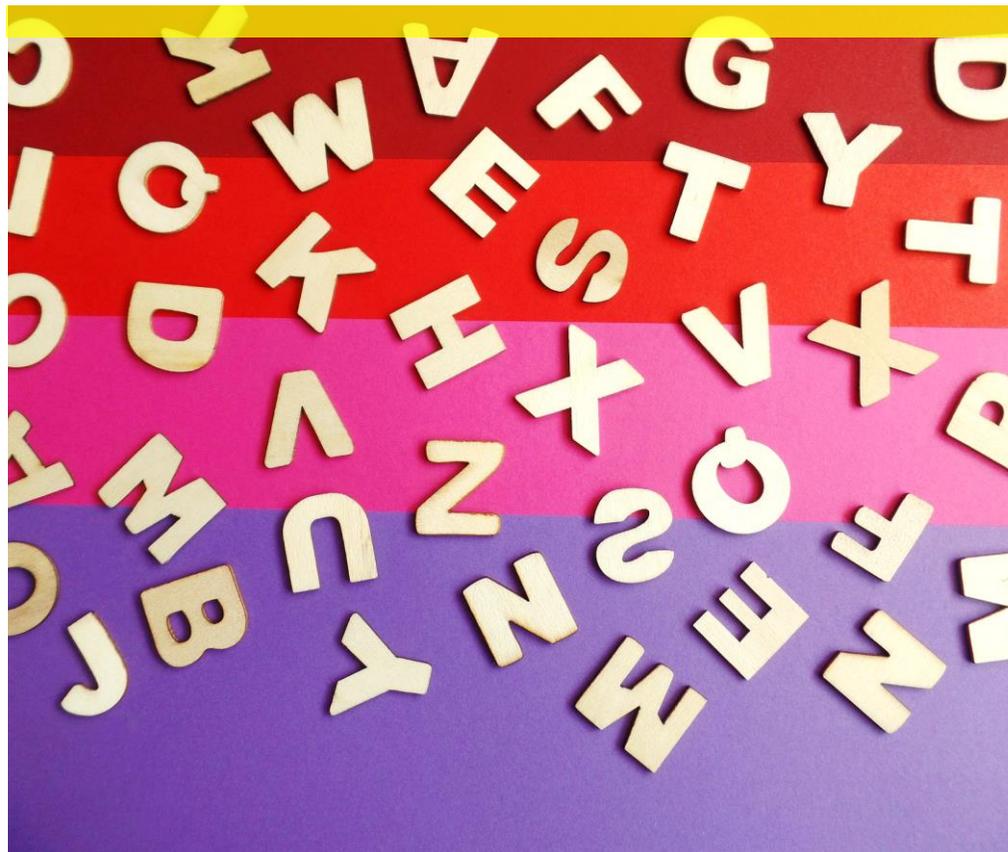
Unterstützen Sie unser  
spendenfinanziertes Angebot:  
PC 80-10132-0

Herzlichen Dank!



**FRAGILE SUISSE**

Für Menschen mit Hirnverletzung  
und Angehörige



## Gedächtnistraining in Bern

Montag, 15.01. / 12.02. / 18.03. / 15.04. / 13.05. / 17.06.2024

Ein Kurs für Menschen  
mit einer Hirnverletzung

<b>Teilnahmebedingungen</b>	Ein Kurs für Menschen mit einer Hirnverletzung. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.
<b>Rollstuhlgängigkeit</b>	Die Kursräumlichkeiten sind rollstuhlgängig.
<b>Ausgangslage</b>	<p>Gedächtnisschwierigkeiten treten nach einer Hirnverletzung oft und in vielfältiger Weise auf. Beispiele: Termine und Namen gehen vergessen, Abmachungen und Gesprächsinhalte werden nicht erinnert. Das kann die Betroffenen und ihre soziale Umgebung irritieren und enttäuschen.</p> <p>Wenn Sie den Wunsch haben, Ihr Gedächtnis zu stärken und Ihr Gehirn zu trainieren, bestehen gute Chancen, dass Sie die Herausforderungen in Ihrem Alltag besser bewältigen können.</p>
<b>Inhalte</b>	<p>Jede Kurseinheit ist so aufgebaut, dass rund um ein Alltagsthema alle Gehirnregionen angeregt werden. Dazu gehören Übungen, die die Sinneswahrnehmungen schärfen, die der Sprachfindung, der Konzentration, der Merkfähigkeit und der Logik förderlich sind. Bewegung unterstützt die Denkleistung. Vorhandenes Wissen wird hervorgehoben und auf diesem aufbauend, suchen wir Strategien, die jedem Einzelnen möglichst entsprechen.</p> <p>Wir freuen uns an Erfolgserlebnissen, auch an kleinsten und bauen darauf auf.</p> <p>Der Kurs dient zur besseren Bewältigung des Alltags. Deshalb liegt das Hauptgewicht in der eigenen Aktivierung, je nach individuellen Möglichkeiten.</p>
<b>Ziele</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wir aktivieren alle Gehirnregionen</li> <li>• Wir entwickeln und automatisieren eigene Strategien und Hilfen, damit wir uns im Alltag bestmöglich zurechtfinden</li> <li>• Nicht zuletzt zählt jede frohe Stunde</li> </ul>
<b>Kursleitung</b>	Liliane Möri Kirby, Gedächtnistrainerin SVGT, Psychologin

<b>Kursnummer</b>	11524						
<b>Teilnehmende</b>	Max. 8 Personen						
<b>Ort</b>	Kirchgemeinde Paulus Freienstrasse 20 3012 Bern Tel. 031 309 00 09 Raum F/G						
<b>Datum</b>	Montag, 15.01. / 12.02. / 18.03. / 15.04. / 13.05. / 17.06.2024						
<b>Zeit</b>	14:15 bis 16:45 Uhr						
<b>Kosten</b>	<table> <tr> <td>Mitglieder:</td> <td>CHF 180.-</td> </tr> <tr> <td>Mitglieder mit Kulturlegi:</td> <td>CHF 144.-</td> </tr> <tr> <td>Nichtmitglieder:</td> <td>CHF 300.-</td> </tr> </table>	Mitglieder:	CHF 180.-	Mitglieder mit Kulturlegi:	CHF 144.-	Nichtmitglieder:	CHF 300.-
Mitglieder:	CHF 180.-						
Mitglieder mit Kulturlegi:	CHF 144.-						
Nichtmitglieder:	CHF 300.-						
<b>Kursbestätigung</b>	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](http://www.fragile.ch/Teilnahmebedingungen) einsehen.