



ZEIT-FENSTER

Ihre ganz individuelle Reise

Ganzheitliches Gedächtnistraining

Anmeldung und Information

Zeit-Fenster

Brigitte Künzli

SchreibAtelier &

ganzheitliches

Gedächtnistraining

Hubstrasse 60

9500 Wil

Ist es Ihnen wichtig, Ihre **geistigen Leistungsfähigkeiten zu erhalten**? Fällt es Ihnen nicht immer leicht, **sich Dinge und Namen zu merken** oder haben Sie manchmal **Wortfindungsschwierigkeiten**?

Ich lade Sie ein, gemeinsam in einer kleinen Gruppe (max. 8 Personen) regelmässig Ihre Hirnfitness mit den acht Trainingsformen nach SVGT aufzubauen, um geistig gesund und flexibel Ihren Alltag zu gestalten!

Alle, die **nicht nur die Fitness ihres Körpers** erhalten möchten sondern auch die ihrer kognitiven Fähigkeiten. **Wenn das Berufsleben plötzlich wegfällt** und Strukturen im Alltag neu aufgebaut werden sollen, ist das **regelmässige Pflegen der geistigen Flexibilität** sowie der Austausch mit Gleichgesinnten ein optimaler Start dafür!

Gruppe 2: insgesamt 5 Termine:

Freitag, 09:30 – 11:30 Uhr

06.03.26; 20.03.26; 10.04.26;
24.04.26; 08.05.26;

Preis pro Person: CHF 190.00

Bitte mitbringen: Stift und Block

Kursleitung: Brigitte Künzli,
ganzheitliche Gedächtnistrainerin SVGT

Sie stärken Ihr Gedächtnis, bleiben **geistig wach** und bewältigen alltägliche Herausforderungen mit **Klarheit und Freude**.



www.zeit-fenster.ch

willkommen@zeit-fenster.ch

078 448 44 88