



Gedächtnis trainieren, Gleichgewicht stärken, Augen klären, Ohren spitzen

Wir trainieren jeden Monat unsere Augen, Ohren und unser Gedächtnis. Der regelmässige Wiederholungskurs und Austausch helfen, Gelerntes anzuwenden und zu vertiefen. Der Gewinn für die Gesundheit und Lebensqualität ist nicht zu unterschätzen. Spielerische Übungen ermutigen Neues zu wagen und wecken die Neugierde auf mehr. Kursleitung: Suzette Schmutz, integrative Kinesiologin.

Wann? Immer am 1. Freitag im Monat, 13.30 – 14.30 Uhr

3.11. | 1.12. | 5.1. | 2.2. | 1.3. | 5.4. | 3.5. | 6.9. | 4.10. |
1.11. | 6.12. | Juni, Juli, August ist Sommerpause

Kosten: CHF 10.– pro Nachmittag

Wo? Im Pfarreizentrum Liebfrauen, siehe Bildschirm, Weinbergstrasse 36,
8006 Zürich. Tram 6, 7, 10, 15, Haltestelle Haldenegg

Infos: Nicola Siemon, Pfarrei Liebfrauen, Zehnderweg 9, 8006 Zürich
Tel. 043 244 75 00



**Katholische Kirche
Liebfrauen**



www.liebfrauen.ch