

Interessiert?  
Willkommen!

## Aktiv gegen Demenz?

Kann man wirklich selber etwas zur Vorbeugung einer Demenz tun? Was sagt die Wissenschaft dazu? Worin besteht der Zusammenhang zwischen Bewegung im Alltag und dem Gedächtnis?

Diese und zahlreiche weitere Fragen versuchen wir im Rahmen dieses Informationsnachmittages zu klären. Unterhaltsame Bewegungs- und Gedächtnistrainingsübungen und die Möglichkeit, sich durch die Spitex den Blutdruck und Blutzucker messen zu lassen, runden die Veranstaltung ab. Sind Sie interessiert?

---

<b>Kursnummer</b>	15200.21S403
<b>Wann</b>	<b>Dienstag, 16. November 2021</b> , 14.00 bis 17.00 Uhr, mit kleinem Zvieri
<b>Wo</b>	Seeland Tageszentrum SELTA, Chaumontweg 2, 3250 Lyss, Ortsbus 367 ab Bahnhof bis Haltestelle Dreihubel. Parkmöglichkeiten sind beschränkt
<b>Leitung</b>	Sylvia Wicky und Cécile Kessler, dipl. Pflegefachfrauen, Schwerpunkt Gesundheitsförderung
<b>Workshops</b>	Heidi Rothen Raclé, Dipl. Ergotherapeutin, Gedächtnistrainerin SVGT Barbara Bennet, dipl. Pflegefachfrau HF, Demenz Coach Spitex Seeland Lotti Buchs, esa-Leiterin FitGym
<b>Kosten</b>	Keine, Teilnehmerzahl begrenzt
<b>Anmeldung</b>	Um Anmeldung wird gebeten bis 2. November 2021 an: Pro Senectute Kanton Bern, bildung.sport@be.prosenectute.ch, Tel. 032 328 31 04

Corona-Schutzmassnahmen werden nach aktuellen Vorgaben berücksichtigt.  
Bitte bringen Sie ein gültiges Zertifikat mit QR Code, elektronisch oder auf Papier, und einen persönlichen Ausweis (ID, Pass, Führerschein, Swiss Pass) mit.

---



Im Auftrag der Gesundheits-, Sozial- und Integrationsdirektion des Kantons Bern



Kanton Bern  
Canton de Berne

PRO SENECTUTE  
**Zwäg ins Alter**