

# Gedächtnistraining

## Bleiben Sie geistig fit und leistungsfähig mit Fitness für Ihr Gehirn

Gedächtnistraining für Ihr Gehirn ist mindestens genauso wichtig wie Körpertraining. Denn Sie bleiben länger selbständig und knüpfen ausserdem in der Gruppe interessante Kontakte.



### Sie wählen den Standort zwischen den Optionen:

Liestal, Allschwil, Laufen, Birsfelden und Binningen

**Kosten:** CHF 34.– pro Doppelstunde, 1x wöchentlich 2 Stunden

### Fortlaufende Kurse und Blockkurse finden regelmässig statt.

Weitere Informationen, Datum und Durchführungsort finden Sie auf der Website.

Schnupperstunden sind möglich und eine Anmeldung ist erforderlich.

**Wir beraten Sie gerne:** Tel. 061 905 82 99, [bildung@srk-baselland.ch](mailto:bildung@srk-baselland.ch)



[srk-baselland.ch/  
gedaechtnistraining](http://srk-baselland.ch/gedaechtnistraining)

**Schweizerisches Rotes Kreuz**  
Kanton Baselland

