



Quelle: Freepik

Für aktive Senior:innen

Ganzheitliches Gedächtnistraining 2026

Jeweils am letzten Mittwoch im Monat
Zwei Gruppen: 9 bis 11 Uhr oder 14 bis 16 Uhr
(Genaue Daten auf der Rückseite)

Kirchgemeindehaus Oerlikon

Kirchenkreis zwölf reformiert-zuerich.ch/zwoelf

Unser Motto

Stark im Alltag



Wer rastet der rostet! Dieses Sprichwort hat noch immer Gültigkeit. Trainieren Sie mit uns, denn in der Gruppe macht es mehr Spass und die sozialen Kontakte werden so verstärkt.

Ganzheitliches Gedächtnistraining fördert die Konzentration, Merkfähigkeit, Wortfindung, Sprache und das Vorstellungsvermögen. Mit Kreativität, Bewegung und Spiel unterstützen wir unser Gehirn zusätzlich. Qualifizierte Gedächtnistrainerinnen SVGT unterstützen Sie beim Dranbleiben.

Schnuppern Sie doch einfach mal rein. Bitte nehmen Sie vorgängig mit der Leitung Kontakt auf.



Kosten 72 Franken: Januar bis Juni 2026
60 Franken: August bis Dezember 2026
subventioniert durch die Reformierte Kirche Zürich



Ort Kirchgemeindehaus Oerlikon,
Baumackerstrasse 19, 8050 Zürich
Pestalozzizimmer, Eingang EG



Leitung/Kurse Silvia Suter, 079 270 31 70

Auskunft bei Ruth Tobler, Sozialdiakonin, 044 311 45 00



Jeweils am letzten Mittwoch im Monat

Zwei Gruppen: 9 bis 11 Uhr oder 14 bis 16 Uhr

**28. Januar, 25. Februar, 25. März, 29. April, 27. Mai,
24. Juni, Sommerpause im Juli, 26. August, 30. September,
28. Oktober, 25. November, 16. Dezember**

Kirchgemeindehaus Oerlikon

Unser Motto

Stark im Alltag



Wer rastet der rostet! Dieses Sprichwort hat noch immer Gültigkeit. Trainieren Sie mit uns, denn in der Gruppe macht es mehr Spass und die sozialen Kontakte werden so verstärkt.

Ganzheitliches Gedächtnistraining fördert die Konzentration, Merkfähigkeit, Wortfindung, Sprache und das Vorstellungervermögen. Mit Kreativität, Bewegung und Spiel unterstützen wir unser Gehirn zusätzlich. Qualifizierte Gedächtnistrainerinnen SVGT unterstützen Sie beim Dranbleiben.

Schnuppern Sie doch einfach mal rein. Bitte nehmen Sie vorgängig mit der Leitung Kontakt auf.



Kosten 72 Franken: Januar bis Juni 2026
60 Franken: August bis Dezember 2026
subventioniert durch die Reformierte Kirche Zürich



Ort Kirchgemeindehaus Oerlikon,
Baumackerstrasse 19, 8050 Zürich
Pestalozzizimmer, Eingang EG



Leitung/Kurse Silvia Suter, 079 270 31 70
Auskunft bei Ruth Tobler, Sozialdiakonin, 044 311 45 00



Jeweils am letzten Mittwoch im Monat

Zwei Gruppen: 9 bis 11 Uhr oder 14 bis 16 Uhr

**28. Januar, 25. Februar, 25. März, 29. April, 27. Mai,
24. Juni, Sommerpause im Juli, 26. August, 30. September,
28. Oktober, 25. November, 16. Dezember**

Kirchgemeindehaus Oerlikon