

Herzliche Einladung zu den Themen-Nachmittagen «Möglichst gesund altern»



ERSTE HILFE – KURS FÜR SENIORINNEN & SENIOREN

Theorie und Praxis in Notfallsituationen – mit Profis.

Pause mit gemütlichem Austausch bei Kaffee/Tee und Kuchen.

Mittwoch, 16. Oktober 2024 14.00 – ca. 16.00 Uhr

Biglen Aula/Mehrzweckraum Primarschulhaus Feltschen

Anmeldung bis 1. Oktober 2024: info@grosshoechstetten.ch, 031 710 21 10

(Teilnehmerzahl beschränkt)

VORTRAG ZU DEMENZ & ALZHEIMER

Referentin Olivia Weibel, Fachberaterin Demenz, Alzheimer Bern.

Anschliessend gemütlicher Austausch bei Kaffee/Tee und Kuchen.

Donnerstag, 14. November 2024 14.00 – ca. 16.00 Uhr

Arni grosses Sitzungszimmer Gemeindeverwaltung, Dreierweg 7

ANGEHÖRIGE PFLEGEN – WAS HEISST DAS?

Kurzreferat von Marius Muff, Leitung Spitex Region Konolfingen

und Podiumsgespräch mit Fachpersonen und Betroffenen.

Anschliessend gemütlicher Austausch bei Kaffee/Tee und Kuchen.

Donnerstag, 23. Januar 2025 14.00 – ca. 16.00 Uhr

Grosshöchstetten Aula Schulhaus Schulgasse 3

SELBSTÄNDIG ÄLTER WERDEN – WAS KANN ICH DAFÜR TUN?

Mit Chantal Galliker, Gesundheitsförderung Pro Senectute.

Kurzweilige Informationen mit Fragerunde.

Anschliessend gemütlicher Austausch bei Kaffee/Tee und Kuchen.

Mittwoch, 19. Februar 2025 14.00 – ca. 16.00 Uhr

Walkringen Saal im Sternenzentrum, Hauptstrasse 9

GENUSSVOLL & GESUND

Gemütliches Mittagessen mit reichhaltigen Inputs.

Donnerstag, 20. März 2025 11.00 – ca. 14.00 Uhr

Beitenwil Landblick Alters- und Pflegeheim, Beitenwil 140, Rubigen

Anmeldung bis 5. März 2025: info@grosshoechstetten.ch, 031 710 21 10

(Teilnehmerzahl beschränkt), Unkostenbeitrag CHF 20.–

**Wir freuen uns auf Sie! Gemeinderätinnen & Gemeinderäte
der regionalen Alters- und Generationenarbeit**

Transport: Brauchen Sie eine Mitfahrgelegenheit?

Melden Sie sich bei der Gemeindeverwaltung Ihrer Wohnsitzgemeinde

**Eintritt frei
Kollekte**