

## Wunderwerk Gehirn – und wie wir es fit halten

Dienstag, 28. Oktober 2025, 14.30 – 16.30 Uhr

Aula Schule Gassacker, Grächwilstrasse 14, 3045 Meikirch

Das Alter geht nicht spurlos an unserem Gehirn vorbei – doch wir können viel tun. Welche Faktoren das Gehirn positiv beeinflussen und schützen können, erfahren Sie an diesem Nachmittag. Nach dem Vortrag wird ein Zvieri offeriert.

**Anmeldung bis 17. Okt. 2025:** Regionale Fachstelle Alter, Hauptstr. 26, 3033 Wohlen, [info@regionale-fachstelle-alter.ch](mailto:info@regionale-fachstelle-alter.ch), Tel. 079 151 69 26

**Referentin:** Lou Kalbermatten, angehende Psychologin und Ernährungsberaterin bei Hirncoach AG

Der Anlass wird organisiert und unterstützt durch:



## Informationsstelle rund ums Alter



Wohlen, Kirchlindach, Bremgarten, Meikirch

Möchten Sie sich über Angebote informieren? Benötigen Sie Unterstützung im Alltag? Oder haben Sie sonst Fragen?

Dann besuchen Sie die regionale Informationsplattform:

[www.regionale-fachstelle-alter.ch](http://www.regionale-fachstelle-alter.ch)

Oder melden Sie sich direkt bei:

**Regionale Fachstelle Alter**

Wohlen, Kirchlindach, Bremgarten, Meikirch

Sophie Weber, Fachstellenleiterin

[info@regionale-fachstelle-alter.ch](mailto:info@regionale-fachstelle-alter.ch), Tel. direkt 079 151 69 26

Hauptstrasse 26, 3033 Wohlen b. Bern

Veranstaltungsreihe 2025



# Gesundheit im Alter



Kostenlose  
Informations-  
veranstaltungen  
in Ihrer Region

Eine Veranstaltungsreihe rund um die Themen **Psychische Gesundheit, Sicherheit im Alltag, Medikamente und Lebensqualität, sowie Gehör und Hirnfitness.**

Möchten Sie mehr erfahren? Wir laden Sie herzlich ein, an den Informationsveranstaltungen teilzunehmen.

Eine Veranstaltungsreihe von:



## In Balance bleiben – psychische Gesundheit stärken

**Donnerstag, 27. März 2025, 14.30 – 16.30 Uhr**

**Tertianum Bergsicht, Nüchternweg 7, 3038 Kirchlindach**

Wie können wir mit Veränderungen und Herausforderungen beim Älterwerden umgehen? Erhalten Sie wertvolle Impulse und Werkzeuge für den Alltag. Nach dem Vortrag offeriert das Tertianum Bergsicht ein Zvieri.

**Anmeldung bis 18. März 2025:** Regionale Fachstelle Alter, Hauptstr. 26, 3033 Wohlen, [info@regionale-fachstelle-alter.ch](mailto:info@regionale-fachstelle-alter.ch), Tel. 079 151 69 26

**Referentin:** Anna Hirsbrunner, Koordinatorin Zwäg ins Alter, Pro Senectute Kanton Bern

Der Anlass wird organisiert und unterstützt durch:



**TERTIANUM**



## Sicherheit im Alltag

**Mittwoch, 21. Mai 2025, 14.30 Uhr – 16.30 Uhr**

**Gemeindezentrum, Johanniterstr. 24**

**3047 Bremgarten bei Bern**

Informieren Sie sich an diesem Nachmittag zu verschiedenen Themen der Kriminalität wie Einbruch & Diebstahl, Betrug sowie Gefahren im Internet und erfahren Sie, wie Sie sich vorbeugend schützen können. Nach dem Vortrag wird ein Zvieri offeriert.

**Anmeldung bis 13. Mai 2025:** Regionale Fachstelle Alter, Hauptstr. 26, 3033 Wohlen, [info@regionale-fachstelle-alter.ch](mailto:info@regionale-fachstelle-alter.ch), Tel. 079 151 69 26

**Referent:** Andreas Hofmann, Kantonspolizei Bern

Der Anlass wird organisiert und unterstützt durch:

**Beratungsstelle Alter Bremgarten**  
[www.beratungsstelle-alter-bremgarten.ch](http://www.beratungsstelle-alter-bremgarten.ch)



## Medikamente & Lebensqualität

**Dienstag, 26. August 2025, 14.30 – 16.30 Uhr**

**Kipferhaus, Dorfstrasse 9, 3032 Hinterkappelen**

Tabletten, Pflaster, Spritzen – oft gehören sie zum Alltag. Aber sind sie alle sinnvoll? Mit welchen Medikamenten ist Ihnen wohl und was sind akzeptable Nebenwirkungen? Erfahren Sie an diesem Nachmittag Tipps und Tricks rund um das Thema «Medikamente im Alter». Nach dem Vortrag wird ein Zvieri offeriert.

**Anmeldung bis 15. August 2025:** Regionale Fachstelle Alter, Hauptstr. 26, 3033 Wohlen, [info@regionale-fachstelle-alter.ch](mailto:info@regionale-fachstelle-alter.ch), Tel. 079 151 69 26

**Referent:** Martin Beyeler, Geschäftsführer der Apotheke Unitobler, Bern

Der Anlass wird organisiert und unterstützt durch:



## Hören – das Tor zur Aussenwelt

**Donnerstag, 18. September 2025, 14.30 – 16.30 Uhr**

**Reberhaus, Lindenstrasse 4, 3043 Uettligen**

Unser Gehör ist eine wichtige Brücke zu anderen Menschen. Altersbedingte Hörminderung betrifft alle Menschen irgendwann. Erfahren Sie, wie man eine Hörminderung erkennt und warum es wichtig ist, sie ernst zu nehmen. Nach dem Vortrag wird ein Zvieri offeriert.

**Anmeldung bis 8. Sept. 2025:** Regionale Fachstelle Alter, Hauptstr. 26, 3033 Wohlen, [info@regionale-fachstelle-alter.ch](mailto:info@regionale-fachstelle-alter.ch), Tel. 079 151 69 26

**Referentin:** Barbara Gasser, dipl. Audioagogin, IGGH Interessengemeinschaft Gehörlose und Hörbehinderte

Der Anlass wird organisiert und unterstützt durch:

