



18105

Zusammen spazieren

Tipps und Tricks zum geleiteten Spaziergang mit alten Menschen

Planen Sie, gemütliche Spaziergänge durchzuführen mit Seniorinnen und Senioren, welche sich gerne bewegen und noch 1–2 Stunden zu Fuss unterwegs sein können? Am ersten Kursnachmittag werden Routenplanung, Vorbereitung, Durchführung, Hilfestellungen sowie Tipps + Tricks für die Begleitung einer Spaziergruppe besprochen. Ein eigenes kleines Konzept «Spaziergruppe» wird entworfen. Am zweiten Nachmittag machen wir uns selber auf den Weg. Wir führen einen geeigneten Beispielspaziergang unter Berücksichtigung von möglichen Stolpersteinen durch. Frau Rita Gorsatt, dipl. Aktivierungsfachfrau, leitet den fachlich-inhaltlichen Teil dieses Kurses. Der Kurs richtet sich an alle, welche Spaziergänge mit alten Menschen planen oder bereits jetzt leiten.

Daten	30.04. + 07.05.2018
Zeit	16.00–19.00 Uhr
Ort	Haus der Kirche, Altenbergstr. 66, Bern
Veranstalter	Gemeindedienste und Bildung
Leitung	Heidi Minder Jost, Fachbeauftragte Alter
Auskunft	Heidi Minder Jost, T 031 340 25 07, heidi.minder@refbejuso.ch
Anmeldung	kursadministration@refbejuso.ch
Kosten	Mitarbeitende und Freiwillige in Kirchgemeinden keine Kosten; externe Teilnehmende CHF 20.– / Nachmittag
Anmeldeschluss	01.04.2018

