



Wunderwerk Gehirn und wie wir es gesund halten

Mentale Fitness und Gesundheit sind nicht nur für die Leistungsfähigkeit, sondern auch für das Wohlbefinden ausschlaggebend. Wie können wir unser Hirn fit und gesund halten, wie unsere Konzentration verbessern und mit welchen hirngerechten Strategien und Aktivitäten unser Gedächtnis verbessern? Diesen Fragen gehen wir zusammen mit M. Sc. Neurowissenschaftlerin Frau Firuze Polat auf die Spur.

Wann	Mittwoch, 21. Januar 2026, 14:00 Uhr , Türöffnung 13.30 Uhr
Wo	Migros Limmatplatz Zürich, 4. Stock Eingang Personalrestaurant Guggi
Kosten	CHF 20.— (bitte genauen Betrag in bar bereithalten)
Anmeldung bis 11. Januar	an Beatrice Gaus, Härdlenstrasse 99, 8302 Kloten oder per Email an: beatrice.gaus@forum-elle.ch (die Anmeldung ist verbindlich)
Abmeldung	bis 10 Tage vor dem Anlass kostenlos. Für spätere Abmeldungen oder Nichterscheinen wird CHF 20.— in Rechnung gestellt.
Notfall-Telefon	+ 41 77 495 52 88 (ist nur am Tag des Anlasses für Anrufe in Betrieb)

Anmeldung zum Vortrag «Wunderwerk Gehirn und wie wir es gesund halten»

Name: Vorname:

Str. / Nr.: PLZ / Ort:

Telefon: E-Mail:

Datum: Gast ☐