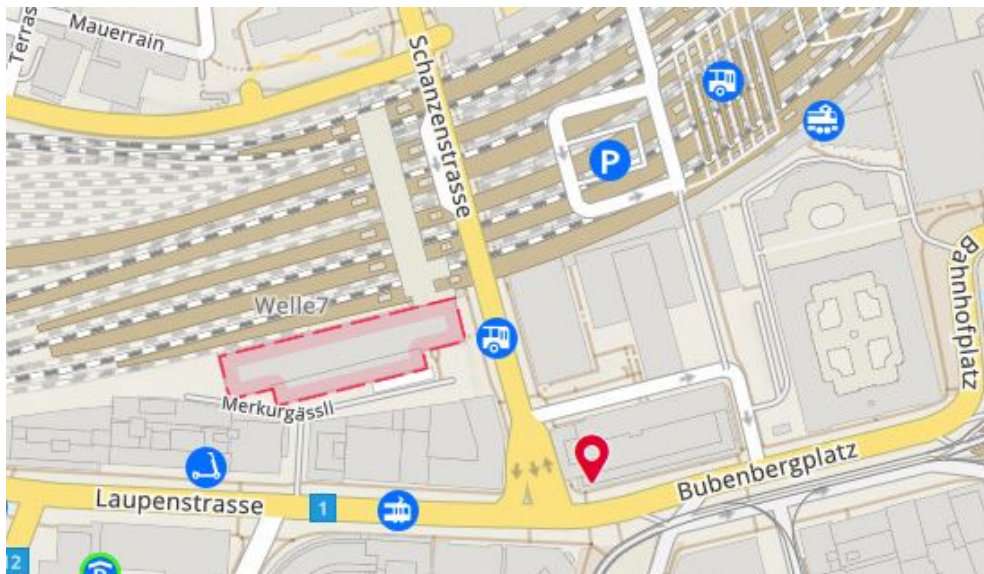


Anreise mit dem ÖV

Die „Welle7“ befindet sich direkt beim Hauptbahnhof Bern im PostParc West, unmittelbar bei der Bushaltestelle „Schanzenstrasse“. Auch via Gleis 1 über die Bahnhof-Passerelle erreichbar. Empfang der Klubschule im 3. Stock (Deck 3).

Anreise mit dem Auto

Autobahnausfahrt Neufeld in Richtung „Zentrum/Bahnhof“ fahren. Empfehlung Bahnhofparking.



Unser vollständiges Kursprogramm finden Sie unter www.fragile.ch/kursprogramm

Anmeldung bei:

FRAGILE Suisse, Ressort Bildung
Badenerstrasse 696, Zürich
Telefon 044 360 26 91
E-Mail: bildung@fragile.ch



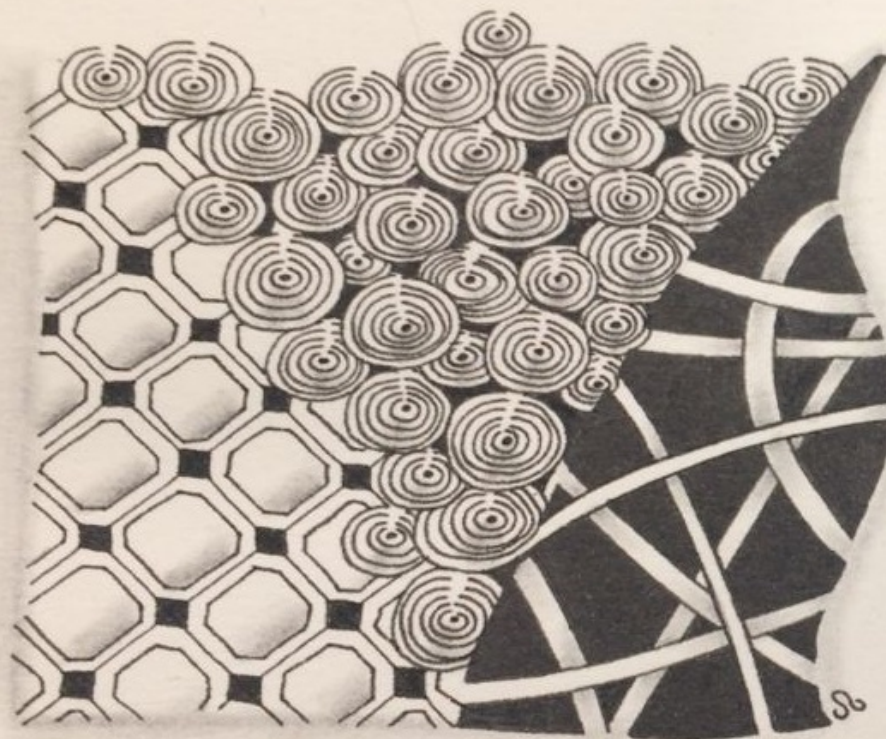
Unterstützen Sie unser
spendenfinanziertes Angebot:
PC 80-10132-0
IBAN CH77 0900 0000 8001 0132 0

Herzlichen Dank!



FRAGILE SUISSE

Für Menschen mit Hirnverletzung
und Angehörige



Zentangle Einsteiger H26

Strich für Strich zu mehr Entspannung und Konzentration

Freitag, 13.11. / 20.11.2026



Ein Kurs für
Menschen mit Hirnverletzung und Angehörige

Zielgruppe	Menschen mit Hirnverletzung und Angehörige
Ausgangslage	Entdecken Sie diese einfache Zeichenmethode, um im hektischen Alltag rasch zu innerer Ruhe und Konzentration zu finden. Zentangle ist eine Form der abstrakten Zeichnung auf Basis von sich wiederholenden Mustern. Die Möglichkeiten sind grenzenlos und die Kreativität wird auf entspannende Art gefördert.
Inhalte	Sie erhalten eine Einführung in die Kunst des Zentangelns. Nach sorgfältiger Anleitung und mit achtsamer Begleitung gestalten Sie Ihre erste persönliche Kachel, Ihr erstes kleines Kunstwerk. Überraschen Sie sich selbst, indem Sie sich auf diese besondere Art des „Kritzeln“ mit Stift auf Papier einlassen. Sie erfahren dabei, wie Sie der Hektik des Alltags innert kürzester Zeit in eine konzentrierte Entspannung entfliehen können.
Ziele	● Sie erfahren die entspannende Wirkung des konzentrierten Arbeitens mittels einfacher Formen ● Sie entdecken die unerschöpfliche Kreativität in dieser Form des Tuns ● Sie gestalten in beiden Kurseinheiten je ein eigenes Zentangle
Kursleitung	Sonja Richei Certified Zentangle Teacher CZT; www.creaversum.ch, creaversum_niederscherli

Kursnummer	SE88211
Teilnehmende	Max. 6 Personen
Ort	Welle7 Migros Klubschule Schanzenstrasse 5 3008 Bern
Datum	Freitag, 13.11. / 20.11.2026
Zeit	09:00 bis 12:00 Uhr
Kosten	CHF 48.00 für Mitglieder CHF 38.00 für Mitglieder mit KulturLegi CHF 80.00 für Nicht-Mitglieder
Barrierefreiheit	Der Zugang sowie der Kursraum sind rollstuhlgängig
Bemerkung	Teilnahmebedingung: Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Sie können am Kurs teilnehmen, wenn Sie die Formen der Buchstaben ICSO mit einem Stift zeichnen können.

Annulationsbedingungen

Bei Abmeldungen von einem Kurs gelten folgende Regelungen:

- Bis einen Monat vor Veranstaltungsbeginn: Sie erhalten den vollen Kursbeitrag zurück.
- 30 – 15 Tage vor der Veranstaltung: Sie erhalten 50 % der Kosten zurück.
- Weniger als 14 Tage vor der Veranstaltung: Eine Rückerstattung ist leider nicht mehr möglich.

Bei Absagen wegen Krankheit erhalten Sie den bezahlten Beitrag zurück mit Ausnahme von Angeboten mit Übernachtung. Stellt uns das Tagungshaus Ihr Zimmer in Rechnung, müssen wir Ihnen diese Kosten verrechnen. Bitte sagen Sie so früh wie möglich ab, wenn Ihnen der gebuchte Kursbesuch nicht möglich ist. Für versäumte Veranstaltungen oder Kurstage sowie bei vorzeitiger Abreise besteht kein Anspruch auf Rückerstattung. Fehlzeiten können nicht nachgeholt werden. Kursteilnehmende sind für eine ausreichende Versicherungsdeckung selbst verantwortlich. Die kompletten Teilnahmebedingungen können Sie bestellen oder unter www.fragile.ch/Teilnahmebedingungen einsehen.