



65 Jahre oder älter? Möchten Sie etwas für Ihr Wohlbefinden und Ihre geistige Fitness tun?

Nehmen Sie an unserer Studie teil und entdecken Sie Gruppenkurse rund um Wohlbefinden und geistige Fitness

In unseren Kursen
lernen Sie praktische
Ansätze kennen, die
sich gut in den Alltag
integrieren lassen

ADVANCE ist ein
europäisches
Forschungsprojekt in
Zusammenarbeit mit der
WHO und der Universität
Genf



Neue
Gruppenkurse in
Zürich, Bern und
online ab
September 2026

KOSTENLOS TEILNEHMEN: KURSE FÜR MEHR WOHLBEFINDEN UND GEISTIGE FITNESS FÜR PERSONEN AB 65 JAHREN

- 5 bis 10 Termine über einen Zeitraum von 10 Wochen
- Austausch in einer wertschätzenden und unterstützenden Atmosphäre
- Zugang zu einer Online-Plattform mit praktischen Übungen und Tipps
- Entschädigung von bis zu CHF 100.–

Kurse in Zürich

unter anderem an folgenden Standorten:

- **GZ Buchegg** (Bucheggstrasse 93, 8057 Zürich)
- **GZ Wollishofen** (Albisstrasse 25, 8038 Zürich)
- **Gesundheitszentrum für das Alter Bürgerasyl-Pfrundhaus** (Leonhardstrasse 16–18, 8001 Zürich)
- **Zürcher Lighthouse** (Eglistrasse 1, 8004 Zürich)

Kurse in Bern

unter anderem an folgenden Standorten:

- **BFSUG Bern** (Belpstrasse 24, Bern)
- **Haus der Begegnung** (Mittelstrasse 6a, Bern)
- **Kirchgemeindehaus Bümpliz** (Bernstrasse 85, 3018 Bern)

Kurse
starten
September
2026

Online-Kurse auf Deutsch via Zoom

Für weitere Informationen zu Terminen
und Standorten kontaktieren Sie uns oder
scannen Sie den QR-Code.



+41 (0)22 379 37 89



advance-project@unige.ch



www.cigev.unige.ch/advance_de



Funded by
the European Union

Project funded by

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun Svizra

Swiss Confederation

Federal Department of Economic Affairs,
Education and Research SER
State Secretariat for Education,
Research and Innovation SER



COGNITIVE AGING LAB
CENTER FOR THE INTERDISCIPLINARY
STUDY OF GERONTOLOGY AND VULNERABILITY

ADVANCE
MENTAL HEALTH RESEARCH DONE DIFFERENTLY