

# ewig schön? ewig fit? ewig glücklich?

## Eine Wissensbörse zum Thema Lebensgestaltung

**Mittwoch, 23.11.2005**

**20.00 Uhr im Kafi Tintenfisch, GZ Wipkingen**

### **Neurofeedback – Eine Methode des Hirntrainings**

*Informationsabend für Eltern von Kindern und  
Jugendlichen mit AD(H)S und andere Interessierte*

Aufmerksamkeitsstörungen AD(H)S mit oder ohne Hyperaktivität erfordern geeignete Hilfe. Eine neue, erfolgversprechende Therapieform ist Neurofeedback, ein computergestütztes Lernprogramm.

Das Kind oder die erwachsene Person lernt mit Hilfe des Computers auf spielerische Weise seine Hirnfunktionen und damit sein Verhalten positiv zu beeinflussen. Konzentrationsfähigkeit und Aufmerksamkeit verbessern sich nachweislich. Zunehmende Lernfähigkeit und wachsendes Selbst-Vertrauen wirken sich in allen Lebensbereichen positiv aus.

Themen dieses Abends:

- Was geschieht beim Hirntraining
- theoretischer Hintergrund
- Life-Demonstration
- Hirnwellen
- weitere Anwendungsbereiche
- Verbindung von Neurofeedback mit andern Methoden

*Mit Dr. phil. Hans Peter Kobler, Fachpsychologe für  
Psychotherapie FSP*

### **Programmübersicht**

**Themenkreis Gesundheit, Entspannung, Energie**

Dienstag, 30.8.2005 20.00 Uhr

Die kleine Massageapotheke

*Mit Judith Kronbach, dipl. Fussreflexzonen- und  
La-Stone Therapeutin*

Mittwoch, 14.9.2005 20.00 Uhr

Wussten die Chinesen mehr?

Lebensgestaltung aus Sicht der Traditionellen  
Chinesischen Medizin (TCM)

*Mit Madina Bokoum, Shiatsutherapeutin und  
Alex Siegenthaler, Shiatsutherapeut, Akupunkteur*

Mittwoch, 28.9.2005 20.00 Uhr

Beweglicher werden heisst lebendiger sein - körperlich,  
seelisch, geistig. Die Feldenkraismethode

*Mit Christa Schär, dipl. Feldenkrais - Lehrerin*

Mittwoch, 9.11.2005 20.00 Uhr

Mach etwas für die Ewigkeit! - lerne dich und deinen  
Weg bewusster kennen.

*Mit Klaus M. Känzig, Psychiatriepfleger,  
dipl. astrologisch-psychologischer Berater API*

**Mittwoch, 23.11.2005 20.00 Uhr**

**Neurofeedback - eine Methode des Hirntrainings**

***Mit Dr. phil. Hans Peter Kobler,  
Fachpsychologe für Psychotherapie FSP***

**Themenkreis Liebe, Geburt, Entwicklung**

Mittwoch, 11.1.2006 20.00 Uhr

Eltern werden - wählen wie! Persönliche Gestaltung  
von Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett

*Mit Regina Grimm und Margrit Maurer,  
freipraktizierende Hebammen*

Mittwoch, 25.1.2006 20.00 Uhr

Das Spiel und seine Bedeutung für das kleine Kind.  
Die ersten vier Lebensjahre

*Mit Katherina Papageorgiou, Dr. med. Fachärztin  
FMH für Kinder- und Jugendmedizin*

Mittwoch, 8.2.2006 20.00 Uhr

Ewige Liebe - Ewiges Glück?

Tipps für gelingende Partnerschaften

*Mit Brigitte Lachelier, dipl. Psychologin IAP*

Das Kafi Tintenfisch bleibt nach der Veranstaltung noch geöffnet.

**wipkingen** **gzwipkingen**

Breitensteinstrasse 19a, 8037 Zürich, Telefon: 01 276 82 80, Fax: 01 271 98 60  
E-Mail: gz-wipkingen@gz-zh.ch, Internet: www.gz-zh.ch