

## Evivo - gesund und aktiv leben

---

### Ref. Kirchgemeindehaus

Oelrainstrasse 22  
5400 Baden

**25. Mai 2024, 9:30 bis 12:00 Uhr**

---

**Gruppentraining in einfachem Deutsch für Menschen, die mit einer chronischen Krankheit leben und für ihre nahe Familie**

**Nach nur 15 Stunden Training besser leben können  
Das Gruppentraining dauert 6 mal 2,5 Stunden.  
Es wird von geschulten Kursleiterinnen durchgeführt, die selber mit einer chronischen Krankheit leben.  
Was du lernst, kannst du sofort anwenden**

#### **Was kostet der Kurs?**

Der Kurs ist gratis.

Für alle, die eine Kulturlegi haben, werden die Reisekosten zurückbezahlt (Tickets mitbringen).

**Weitere Informationen:** [Flyer HEKS Evivo-Gruppentraining](#)

**Anmeldung** bis spätestens 2 Wochen vor dem Kurs.

E-Mail: [altum-aargauNULL@heks.ch](mailto:altum-aargauNULL@heks.ch) oder

Telefon / WhatsApp-Nachricht / SMS: 079 689 91 09

Bei der Anmeldung angeben:

Vorname / Name / Adresse / Wohnort / Geburtsdatum

---

Mit Unterstützung von

- HEKS-Geschäftsstelle Aargau/Solothurn, AltuM – Alter und Migration Aargau, [www.heks.ch](http://www.heks.ch)
- Pro Senectute Aargau, [www.ag.prosenectute.ch](http://www.ag.prosenectute.ch)
- Departement Gesundheit und Soziales, Gesundheitsförderung im Alter, [www.ag.ch/ggesundundzwaeg](http://www.ag.ch/ggesundundzwaeg)
- Gesundheitsförderung Schweiz, [www.gesundheitsfoerderung.ch](http://www.gesundheitsfoerderung.ch)

[zurück](#)