

## **Irene, sehbehindert:**

*«Mich frei bewegen zu können, ist ein grosser Gewinn in meinem Leben. Dank dem regelmässigen Joggen fühle ich mich sicherer und selbstbewusster, auch wenn ich alleine unterwegs bin.»*

**Bitte weitersagen, falls Sie sehbehinderte oder blinde Menschen kennen!**

## **Möchtest du dich draussen bewegen?**

Gerne stellen wir dir einen Begleiter fürs Jogging zur Verfügung. Ob Anfänger oder fortgeschritten, alle sind bei uns willkommen!

Melde dich bitte für ein erstes Gespräch über:

Tel.: 061 228 73 77

E-Mail: [info@blind-jogging.ch](mailto:info@blind-jogging.ch). Web: [www.blind-jogging.ch](http://www.blind-jogging.ch)

