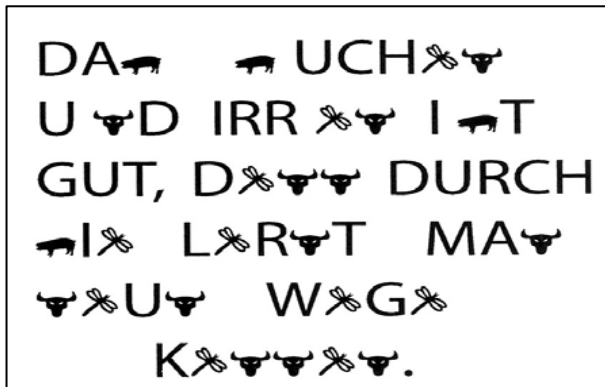


## Ganzheitliches Gedächtnis

Der Bundesverband Gedächtnistraining bildet seit 1987 Gedächtnistrainer aus und verzeichnet etwa 3.000 Mitglieder. Weiterbildungen und Informationsveranstaltungen finden regelmäßig in Regionalgruppen statt.



Ersetzen Sie die Zeichen durch die richtigen Buchstaben und Sie erhalten ein Sprichwort!

## Ganzheitliches Gedächtnistraining

*Mach mit – Gehirn bleibt fit!*



*Ganzheitliches  
Gedächtnistraining*

Eine Veranstaltung der:



Ortsvereinigung Köln und Umgebung e.V.

## Ganzheitliches Gedächtnistraining

In diesem Kurs trainieren Sie in angenehmer Atmosphäre und ohne Leistungsdruck Ihre Merkfähigkeit und Denkflexibilität.

Die Techniken sind einfach und machen garantiert Spaß. Sie werden sich wundern, wie schnell Sie Fortschritte erzielen!

In der Praxis bedeutet Ganzheitlich die Beteiligung von Körper, Geist und Seele. Einbezogen wird der ganze Mensch, nicht nur einzelne Funktionen des Gehirns. Entspannungsübungen und Bewegungselemente sind Teil des Trainings.

Training für jedes Alter

Wissenschaftliche Studien haben erwiesen: Regelmäßiges Gedächtnis- und Konzentrationstraining führt zu einer Steigerung der Gehirnleistung unabhängig vom Alter und der Lebenssituation der Trainierenden.

Die Lernfähigkeit bleibt bis ins hohe Alter erhalten.

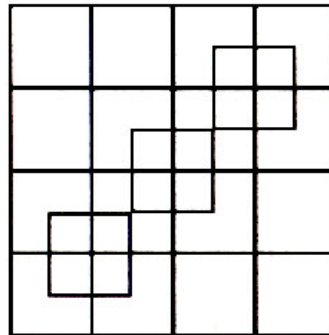
Steigern Sie mit Spaß Ihre Kreativität und geistige Fitness!

## Ganzheitliches Gedächtnistraining

Die verschiedenen Hirnleistungen werden nicht isoliert trainiert sondern durch die Vielfalt der Übungen miteinander verbunden.

Trainingsziele:

- Wahrnehmung
- Konzentration
- Merkfähigkeit
- Wortfindung
- Assoziatives Denken
- Logisches Denken
- Strukturieren
- Phantasie & Kreativität
- Denkflexibilität



Wie viele Quadrate zählen Sie hier?

## Ganzheitliches Gedächtnistraining

Termine:

Donnerstag: 02.02. 2012 15.00 bis 16.30 Uhr

Donnerstag : 09. 02. 2012 15.00 bis 16.30 Uhr

Donnerstag: 23. 02. 2012 15.00 bis 16.30 Uhr

Donnerstag: 01. 03. 2012 15.00 bis 16.30 Uhr

Donnerstag: 08. 03. 2012 15.00 bis 16.30 Uhr

Kursgebühr: 15.00 €

### Ort:

Ledo Gemeinschaftsraum  
Reeser Straße 15  
50735 Köln

### Anmeldung:

Tel: 0221- 6909954  
info@dmsg-koeln.de

### Leitung:

Mechthilde Eischeid  
Trainerin des Bundesverbandes e.V. mit  
Zertifikat  
Tel: 0221 734133  
E-Mail: Mechthilde.Eischeid@netcologne.de

### Anmeldung:

Vorname \_\_\_\_\_

Familienname \_\_\_\_\_

Ort \_\_\_\_\_

Straße \_\_\_\_\_

Tel. \_\_\_\_\_