

Gehirn-Jogging

Merk-würdigkeit gegen Vergesslichkeit

Veranstalter: NÖ Landarbeiterkammer

Ihr Trainer: Heinrich Ledebur

Zielgruppe: Alle, die ihre eigene geistige Fitness erhalten und steigern wollen

Ziel: Lernen Sie in einem spielerischen „gedanklichen Spaziergang“ wie Sie Namen, Fremdwörter, Zahlen und andere Fakten ohne mühsames pauken *be-hirnen*, *be-herzen* und *be-greifen* sowie die allgemeine mentale Beweglichkeit und Konzentration steigern.

Inhalte:

- Wie funktioniert unser Gehirn?
- Wie verlaufen geistige Entwicklungen allgemein?
- „Selbst-Steuerungsmodell“
- Lust am lernen: (...merk-würdiges...)
- Merken mit all unseren Sinnen - Merktechniken
- Freude am Scheitern als Teil des Lernprozesses
- Das natürliche Umfeld als analoges Lernfeld nutzen
- Tipps und Tricks für zu Hause, Arbeit und Familie

Sonstiges: Jeder kennt diese Situation: Sie führen ein Gespräch und vergessen prompt den Namen Ihres Gegenübers... oder wichtige Aufgaben die zu erledigen sind... wo ist nur wieder der Autoschlüssel hingekommen? Wir leben in einer Zeit, in der wir von Informationen überflutet werden. Manches davon ist wichtig, manches nicht. Lernen Sie, sich das Wesentliche zu merken und nutzen Sie diese Vorteile in Ihrem Berufsalltag!



Foto: Sunny studio - stock.adobe.com

Methodik: Theoretische Inputs, Reflexion in Gruppen, praktische Übungen

Dauer: 1 Tag von 09.00 Uhr bis 17.00 Uhr

Kosten: EUR 50,- pro LAK-Mitglied
inkl. Seminarunterlagen und Verpflegung (ohne Getränke beim Mittagessen)

Ort: NÖ LAK ServiceCenter, Landhausboulevard, Haus 2 Top 6a, 3100 St. Pölten
Tel.: 02742 / 35 26 83, E-Mail: stpoelten@lak-noe.at

Termin: Di, 21.04.2020

Anmeldeschluss: 30.03.2020

Kursnr: BRAIN-20-01

Anmeldung: [- hier](#)