



Einladung

Der Schlüssel zum guten Gedächtnis

- Wie funktioniert unser Gehirn?
- Was gibt es Neues aus der Hirnforschung?
- Welchen Einfluss haben Ernährung, Bewegung, trinken, Stress, Entspannung, soziale Kontakte, Erkrankungen und andere Faktoren auf unsere geistige Leistungsfähigkeit?
- Mit welchen Gedächtnisstrategien (Mnemotechniken) kann ich mir Namen, Fakten, Passwörter usw. besser merken?
- Was können sie selber für ihre geistige Fitness tun?
- Welches Gehirn- Gedächtnistraining trainiert nicht nur, sondern macht auch viel Spaß und führt zum Erfolg?

Auf diese und viele weitere Fragen erhalten sie die Antwort bei diesem interaktiven Vortrag

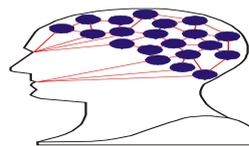
Ziel: Fit zu sein für Schule, Lehre, Studium, Beruf und Alltag

Wann Dienstag 22. März 2011
17.00-18.30

Wo Parksanatorium Aulendorf
Vortragsraum

Veranstalter Selbsthilfegruppe Kontinenz Aulendorf
Leitung Frau Birgit Giesen

Referentin Elisabeth Ziegler



www.gehirnjogging.com

anlässlich der brainWEEK Vortragsreihe
internationale Woche des Gehirns

Eintritt frei



