



# GEDÄCHTNISTRAINING

„wer Hirn hat, trainiert es auch!“

Spielerisch und ohne Stress und Leistungsdruck werden die Teilnehmer und Teilnehmerinnen an Denk- und Wahrnehmungsvorgänge herangeführt, die zur Bewältigung des Alltags von großem Nutzen sind.

Trainiert werden alle Gedächtnisfunktionen wie z. B. Konzentration, Merkfähigkeit, Wortfindung, Formulierung und Reproduktion, aber auch Wahrnehmung, assoziatives Denken und Erinnern, Denken in Zusammenhängen, Überlegen, Entscheiden, Wiedererkennen – um nur einige zu nennen. Hör-, Geruchs-, Geschmacks- und Tastübungen ermöglichen ein „Training mit allen Sinnen“.

Die Effektivität des Trainings in Gruppen wird durch die Kommunikation mit Anderen gesteigert, die Kontaktfreudigkeit wird gefördert und die praktische Anwendbarkeit im Alltag wird durch gezielte Gedächtnistipps weiter verbessert.

**Referentin: Andrea Chromecek**, zert. Gedächtnistrainerin ÖBV-GT

**Wann: Freitag, 6. September 2019 um 17.00 Uhr**, Dauer ca. 1,5 – 2 Stunden

**Ort: Gebös Raum, Schulgasse 3**, 2333 Leopoldsdorf

**Kosten: Die Teilnahme ist gratis.** Die Kosten werden von der gesunden Gemeinde Leopoldsdorf übernommen.

**Anmeldung unter der Tel.Nr.: 0664/ 500 27 61**

Die gesunde Gemeinde Leopoldsdorf freut sich auf Ihre Teilnahme!