

# Kreatives Gedächtnistraining

**Zielgruppe:** Interessierte Frauen und Männer, die eine Verbesserung Ihrer geistigen Fähigkeit anstreben und die Kreativität fördern wollen.

**Inhalt:** Im heutigen modernen Berufsleben ist man ständig gefordert, dazuzulernen, etwas Neues zu lernen oder umzulernen.

Immer mehr Menschen können sich nicht gut konzentrieren und klagen über ein schlechtes Gedächtnis. Dabei kann die Gehirnleistung so gut trainiert werden wie Kraft und Ausdauer. Denn es gibt kein schlechtes Gedächtnis - sondern nur ein schlecht genutztes. Mit der gehirngerechten Methode nutzen Sie das ganze Potenzial Ihres Gehirns optimal.

Das Seminar befasst sich mit den phänomenalen Leistungen des Gehirns und verhilft Ihnen zu einem besseren Gedächtnis.

Sie werden überrascht feststellen, wie leicht es geht, sich mühelos etwas zu merken.

**Ziele:**  Sie lernen, wie Sie die linke und rechte Gehirnhälfte besser nutzen können.

 Sie entdecken neue Techniken, mit denen Sie kreativer und schneller denken können.

 Erfahren Sie, wie Sie ungeahnte Möglichkeiten Ihres Gehirns voll ausschöpfen.

 Sie erhöhen Ihre Konzentration und Ausdauer.

 Sie erfahren den Einfluss von Ernährung, Bewegung und Entspannung, die auf Ihre Produktivkräfte und Leistungsfähigkeit wirken.

**Methodik:** Wahlweise als Vortrag oder Seminar  
Teilnehmeraktivitäten - Gruppenarbeit

**Medien:** Overhead - Flipchart - Unterlagen