

„Spickzettel im Kopf“

Gedächtnistraining und Merktechniken zur Bewältigung von Komplexität in Beruf und Gesellschaft

Wer erfolgreich sein will, braucht ein leistungsfähiges Gedächtnis, denn die Herausforderungen in Beruf und Alltag sind groß. Die Fähigkeit, neue Informationen schnell aufnehmen und abspeichern zu können, spielt dabei eine entscheidende Rolle.

Wir erleben eine bunte Vielfalt des Denkens und Lernens, wenn wir die unterschiedlichen Funktionen beider Gehirnhälften nutzen und mit einbeziehen. Das Gehirn benötigt regelmäßiges Training um den täglichen Anforderungen gewappnet zu sein. Wir vermitteln Ihnen aktuelle neurowissenschaftliche Erkenntnisse sowie Strategien und Übungen zur Steigerung der Gedächtnisleistung, die Sie gezielt in Ihrem Arbeitsalltag einsetzen können.

Gezielte Merktechniken, unterschiedlichste Gedächtnisübungen sowie leichte auch spielerische Bewegungseinheiten unterstützen uns dabei und helfen die Gedächtnisleistung zu steigern.

Es erwartet Sie eine spannende Gedächtnisreise mit denkwürdigen Spaziergängen sowie Bewegungs- und kurzen Entspannungseinheiten zum Ausprobieren. Der angespannte Schulter-Nackenbereich findet Berücksichtigung, Alltagsbewegungen werden bewusst gemacht.

Organisatorisches

Kurs-Nr. 24-1-003

Termin: **11. bis 15. März 2024**

Kosten:
im Haupthaus 850,- € p.P. im Doppelz.
890,- € im Einzelzimmer
inkl. Vollpension
im Gästehaus 810,- € p.P. im Doppelz.
850,- € im Einzelzimmer
inkl. Vollpension
bei eigener Anreise

Ort: Haus am Weststrand
Am Weststrand 1
26548 Norderney

Referentin: Monika Volkmann-Lüttgen

Verantwortlich: Petra Syring

TN-Zahl: min. 9 / max. 14

Konto: Kirchenkreis Hattingen-Witten
KD-Bank eG-Bank für Kirche u. Diakonie
IBAN: **DE57 3506 0190 2001 1260 51**
BIC: **GENODED1DKD**
Verwendungszweck: Kurs-Nr. + Name

Es besteht auch die Möglichkeit einen Bildungsscheck zu beantragen.

Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Seminar „**Bildungsurlaub Spickzettel 24-1-003**“ an.

Name: _____

Vorname: _____

Straße: _____

PLZ/Ort: _____

Tel.-Nr.: _____

E-Mail: _____

Geb.-Datum: _____

Datum: _____

Unterschrift: _____

Evangelische Erwachsenenbildung
Ennepe Ruhr
Pothoffstraße 40
58332 Schwelm

Anmeldung: **Ev. Erwachsenenbildung EN, Pothoffstr. 40, 58332 Schwelm.** Es gelten die Allg. Geschäftsbedingungen, abgedruckt im Halbjahresprogramm oder unter www.eeb-en.de

Informationen: **Tel.: 0 23 36 / 40 03 – 44**

Abmeldung:
**§ 8 Nr.1 und 3: Es gelten folgende Rücktrittsfristen:
Bis 15. Januar 2024 unter Einbehalt von 25% der Kosten für das Tagungshaus + 25,- € Bearbeitungsgebühr.
Bei Rücktritt nach dem 15. Januar 2024 haben die Teilnehmenden den vollen Veranstaltungspreis zu entrichten. Sollte ein Ersatz für den abgesagten Bildungsurlaub in gleichem Umfang gefunden werden, entfällt das Ausfallgeld, es bleibt die Bearbeitungsgebühr.**

Hinweis: Wir empfehlen den selbstständigen Abschluss einer Reiserücktrittskostenversicherung!



„Die Fortbildung ist als Bildungsurlaub nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz NRW anerkannt.“

Die Ev. Erwachsenenbildung EN ist Regionalstelle des Evangelischen Erwachsenenbildungswerkes Westfalen und Lippe e.V., einer nach dem Weiterbildungsgesetz NRW anerkannten und geförderten Einrichtung der Weiterbildung.

„Spickzettel im Kopf“

Gedächtnistraining und
Merkschniken



**BILDUNGSURLAUB
11. bis 15. März 2024**

Eine Kooperation mit der Ev. Erwachsenenbildung Westfalen und Lippe