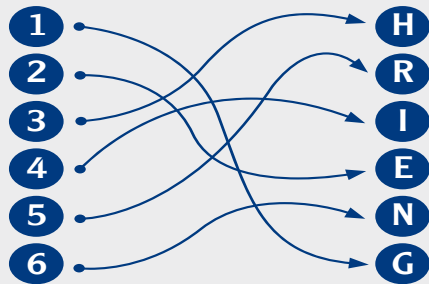


Übungsbeispiele zum Gedächtnistraining

Diese Übung fördert Ihre KONZENTRATION:

Die Buchstaben am Ende der Zahlen ergeben ein Wort!



LÖSUNG:

Diese Übung fördert Ihre WORTFINDUNG:

Bilden Sie aus den Buchstaben des Wortes „GEDAECHTNIS“ neue Wörter (z.B.: Dach, Nest, ...). Sie dürfen dabei die Buchstaben nicht verdoppeln und keinen neuen dazunehmen.

MÖGLICHE LÖSUNGSWÖRTER:

WEITERE ÜBUNGSBEISPIELE finden Sie als PDF-Download auf unserer Webseite www.gedaechtnistraining-oebv.at unter der Rubrik **Service / Übungen**.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Nachdenken!

**Wir bringen Sie mit Freude
und Spaß auf den Weg
zu Ihrem optimierten Gedächtnis.**

Ihr/e Gedächtnistrainer/in

WEITERE INFORMATIONEN UND AUSKÜNFTE:

- Telefon: +43 (0)699/10 74 40 45
Mittwoch von 09.00 - 13.00 Uhr
- E-Mail: office@gedaechtnistraining-oebv.at
- Internet: www.gedaechtnistraining-oebv.at



Österreichischer Bundesverband
für Lern-, Denk- und Gedächtnistraining und
multimodale biografieorientierte Aktivierung

**Haunspergstraße 21
5020 Salzburg**



Angebote und Zielgruppen



Erwachsene

Unsere qualifizierten TrainerInnen vermitteln in **VORTRÄGEN, SEMINAREN, KURSEN** und **WORKSHOPS**:

- Merktechniken
- Techniken zur Arbeitsoptimierung
- Techniken zur Konzentrationssteigerung
- Kreativitätstechniken
- Entspannungsübungen
- Informationen über gehirngerechte Ernährung
- Strategien zur Informationsverarbeitung durch verbesserte Assoziation



Senioren

Die Aktivierung des Geistes ist so wichtig wie die körperliche Betätigung!
Wir bieten Ihnen:

- Förderung der geistigen Kapazität
- Übungen für alle Gehirnleistungen
- Themen im Jahresrhythmus
- Realitätsorientierung
- Bewegung
- Stärkung des Selbstwertes
- Soziale Kontakte

Das speziell abgestimmte Gedächtnistraining wird in der Tagesbetreuung, in Seniorenheimen, auf Pflegestationen – übers ganze Jahr – als Einzel- oder Kleingruppenangebot durchgeführt.



Wirtschaft

Fortbildung für Mitarbeiter in **SEMINAREN** und **WORKSHOPS**:

- Optimierung von Arbeitstechniken
- Konzentrationssteigerung
- Kreativitätstechniken
- Optimale Pausengestaltung
- Gehirngerechte Ernährung am Arbeitsplatz



Tourismus

Wellness fürs Gehirn. Für Kurzentren, Hotels mit Schwerpunkt „Wellness“ und Kneippvereine:

- Bewegung für den Geist
- Entspanntes Hirntraining
- Spaß am Denken
- Informationen über gehirngerechte Ernährung



Schüler und Studenten

Leichter lernen durch:

- Ganzheitliches Lernen mit allen Sinnen
- Leistungssteigerung ohne Druck
- Merktechniken
- Strategische Lernplanung
- Stressfreie Prüfungsvorbereitung



Ziele und Aufgaben des ÖBV-GT

- Das Lern-, Denk- und Gedächtnistraining mit ganzheitlichem Ansatz und einer multimodalen biografieorientierten Aktivierung nach neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen zu verbreiten.
- Den Ausbildungsstandard und die Qualifikation für TrainerInnen und AusbildungsreferentInnen festlegen.
- Sammlung und Verbreitung von geeigneten Informations- und Arbeitsmaterialien. Die Weiterentwicklung von Theorie und Praxis des ganzheitlichen Lern-, Denk- und Gedächtnistrainings und der multimodalen biografieorientierten Aktivierung.
- Förderung des Erfahrungsaustausches auf nationaler Ebene und Beteiligung am internationalen Erfahrungsaustausch.

Seit seiner Gründung im Jahr **1997** steht der ÖBV-GT im Dienste seiner Mitglieder und aller am Gedächtnistraining interessierten Personen.

“ Ein gutes Gedächtnis ist keine Frage der Intelligenz, sondern des Trainings! ”



Das Trainernetzwerk des ÖBV-GT bietet Lern-, Denk- und Gedächtnistrainings österreichweit an. Finden Sie eine/n Trainer/in in Ihrer Nähe auf der Homepage des Verbandes unter der Rubrik **Trainersuche**.