

## ANMELDUNG

GEDÄCHTNISTRAINING EMPFIEHLT SICH FÜR ALLE MENSCHEN, DIE DIE EIGENE KÖRPERLICHE UND GEISTIGE GESUNDHEIT ERHALTEN UND VERBESSERN WOLLEN.

NAME: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

ANSCHRIFT

\_\_\_\_\_

TEL. \_\_\_\_\_

HIERMIT MELDE ICH MICH VERBINDLICH AN.

UNTERSCHRIFT:



### **Gerlinde Ehlers-Streit**

Pflegesachverständige

Case Managerin

Krankenschwester

Gesundheitspädagogin

Gerontopsychiatrische Familienberatung

Fachtherapeutin für kognitives Gedächtnistraining  
(n. F. Stengel)

Hilterweg 42

33803 Steinhagen

Telefon: 05204-800349

Telefax: 05204-800348

## **DENK- UND GEDÄCHTNISTRAINING**



## **Seniorenberatung**

---

Pflegeberatung  
Demenzberatung

Gerlinde Ehlers-Streit

# KOGNITIVES GEDÄCHTNISTRAINING NACH DR. MED. FRANZISKA STENDEL

---

## DENK- UND GEDÄCHTNIS- TRAINING

### Wo hab' ich denn bloß das ...

- Wenn Ihnen kurz zurückliegende Ereignisse nicht einfallen ...
- Wenn Sie sich Notizen machen und Eselsbrücken bauen müssen ...
- Wenn Sie antriebslos sind und Orientierungsprobleme haben ...
- Schwierigkeiten bei der eigenen Urteilsbildung? ...
- Konzentrationsstörungen und schlechte Aufmerksamkeit? ...

## SIE WOLLEN ETWAS DA- GEGEN TUN!

## GANZHEITLICHES DENK- UND GEDÄCHTNIS- TRAINING NACH DR. MED. FRANZISKA STENDEL

- fördert die Konzentration und Wahrnehmung
- trainiert spielerisch alle Gedächtnisfunktionen
- steigert die Informationsverarbeitungsgeschwindigkeit und -tiefe
- übt das ganze Spektrum des Denkens
- trainiert gezielt sprachliche Funktionen, wie z.B. Wortfindung und Formulierung
- bezieht alle Sinne ein: Sehen, Hören, Riechen, Schmecken, Tasten
- vermittelt spielerisch kognitive Strategien
- macht Freude und Spaß
- wird ohne Stress und Leistungsdruck in Gruppen durchgeführt

## GEISTIG FIT HALTEN ... WOZU?

Mit Denk- und Gedächtnistraining können wesentliche Verbesserungen der Denk- und Gedächtnisfunktionen erzielt werden.

Konzentration, Merkfähigkeit, Wortfindung, Formulierung und Reproduktion, aber auch Wahrnehmung, assoziatives Denken und Erinnern, Denken in Zusammenhängen, Überlegen, Entscheiden, Wieder erkennen, das sind Dinge, die ganz ohne Stress und Leistungsdruck erarbeitet werden .

Wissenschaftliche Untersuchungen zeigen: diese Art des Trainings kann Hirnleistungsstörungen vorbeugen und bereits bestehende verbessern.

**Zeiten: um 19 Uhr**

**am**

**Kosten: 90 €** zahlbar innerhalb einer Woche nach Kursbeginn

**Mindestteilnehmerzahl: 6 Personen**

**Veranstaltungsort: Hilterweg 42**

**33803 Steinhagen**