

Kursinhalte

MEMOFIT bietet Ihnen ein abwechslungsreiches, modular aufgebautes Übungsprogramm. Dabei werden die wichtigsten Funktionen des Gehirns spielerisch und ohne Stress aktiviert.

Sie lernen u. a. Übungen für den Wort- und Sprachschatz, für die Konzentration, für die Wahrnehmung sowie zum assoziativen und logischen Denken kennen.

Um Ihre Merkfähigkeit zu verbessern, werden verschiedene Gedächtnistrainingsarten vorgestellt und mit Kreativität und Fantasie in der Gruppe eingeübt.

Bewegungs- und Entspannungsübungen runden das vielfältige Programm ab.

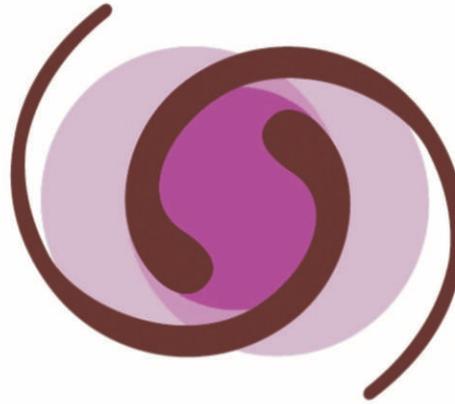
Kursbeginn: auf telefonische Anfrage
Kursdauer: 10 Termine à 90Min.
Kursgebühr: 100 €uro
inkl. Übungsmaterial

Ort: Praxis Dr. med. J. Eckert & Partner
Sulzbachstr. 16-18, Saarbrücken



Neugierig geworden?

Weitere Informationen zu den Kursen und Angeboten erhalten Sie bei:



Sabine Kelkel

ZERTIFIZIERTE
GEDÄCHTNISTRAINERIN
UND
AUSBILDUNGSREFERENTIN

Rosenstraße 39
66773 Hülzweiler
Tel.: 06831 - 54963

sabine.kelkel@t-online.de

Dr. med. Joachim Eckert & Partner

NEUROLOGIE, PSYCHIATRIE,
PSYCHOTHERAPIE

Sulzbachstr. 16-18
(Beethovenplatz)
66111 Saarbrücken
Tel.: 0681 / 321 84
Fax: 0681 / 376578

praxis Eckert@aol.com

Online unter:

www.lernenundmerken.de
www.eckert-saarbruecken.de

Durch Gedächtnistraining langfristig die
Alltagsfertigkeiten verbessern

MEMOFIT

Gedächtnistraining

bessere Merkfähigkeit •
mehr Konzentration •
länger geistig fit sein •

Gedächtnis trainieren
Merkfähigkeit verbessern



www.eckert-saarbruecken.de
www.lernenundmerken.de

Kommen Ihnen diese Situationen bekannt vor?

- Sie müssen ganz dringend zu einem wichtigen Termin, aber: wo sind die Autoschlüssel?
- Sie gehen in den Keller. Wenn Sie dort sind ist Ihnen entfallen, was Sie im Keller holen wollten.
- Wie war doch gleich der Name des neuen Kollegen?



Es ist für viele Menschen eine Selbstverständlichkeit, sich körperlich fit zu halten.



Leider vergessen wir, dass auch unser Gehirn langfristig und dauernd trainiert werden sollte, um leistungsfähig zu bleiben.

Ein gutes Gedächtnis bedeutet Lebensqualität.

Wir bieten Ihnen ganzheitliches Gedächtnistraining!



Regelmäßiges und dauerhaftes kognitives Training steigert Konzentration und Merkfähigkeit.



Die Übungen in der Gruppe machen Spaß, erhöhen die Motivation und führen zu manchem "Aha – Erlebnis".



Dr. med. **Joachim ECKERT**

Arzt für Neurologie, Arzt für Psychiatrie

Lernen & Merken 

Probieren Sie es aus!