

Das aktuelle Fernsehprogramm im **rtv**-Magazin

# Nordwest Zeitung

OLDENBURGER NACHRICHTEN

UNABHÄNGIG - ÜBERPARTEILICH

Mittwoch, 6. Februar 2008

NWZ

Einzelpreis 1,10 €

SONDERSEITE

NWZ-CARD



**Exklusiv**

Mittwoch, 6. Februar 2008

## Kopf oder Zettel? - Ihr Gedächtnis kann wesentlich mehr als Sie denken!

Gedächtnistraining mit Oliver Geisselhart

*Auf Grund der großen Nachfrage bieten wir Ihnen am 25. Februar einen Zusatztermin an!*

Wo ist denn schon wieder der Autoschlüssel? Eine übliche Alltagspanne. Die allerwenigsten Menschen sind mit ihrem Gedächtnis wirklich zufrieden, die meisten klagen über Vergesslichkeit. Nahezu alle wünschen sich ein, wenn auch nicht perfektes, aber doch wenigstens gutes Gedächtnis. Dieses ist im Alltag von großem Wert und hilft Tag für Tag zudem viel von der ach so knappen Zeit zu sparen. Wie sympathisch wirkt doch ein Mensch, der sich auf Anhieb an meinen Namen erinnern kann. Wer die Na-



men der ihm wichtigen Leute sicher im Kopf behält, strahlt Selbstbewusstsein aus. Gleichzeitig fühlt es sich toll an, auch die lästige Zettelwirtschaft einschränken zu können. Wer seinen Tagesplan und seine Aufgaben kennt, braucht nicht nach der entsprechenden Notiz zu suchen. Wichtige Texte brauche ich nur noch einmal zu lesen und habe diese dann sicher abgespeichert. Neues lerne ich schnell und mit Spaß - egal, ob es sich um eine neue Sprache, um Fachbegriffe, Abläufe jeglicher Art, die Bedienung komplizierter Geräte oder den Lernstoff der Kinder handelt. Die Informationsflut, der wir heute oft ausgesetzt sind, lässt sich schnell und zuverlässig bewältigen. Geburts- und Hochzeitstage sowie wichtige Termine habe ich sicher im Kopf. PIN-Codes, Geheimzahlen und Telefonnummern lassen sich genau so abspeichern, dass sie jederzeit wieder sicher abrufbar sind. Die

Angst, etwas Wichtiges zu vergessen, die innere Unruhe und das ständige Grübeln gehören der Vergangenheit an, Ruhe und Ausgeglichenheit kehren ein.

Die gute Nachricht: Wir alle haben von der Natur ein gutes Gedächtnis mit auf den Weg bekommen - ein fast perfektes sogar. Die schlechte Nachricht: Die meisten von uns benutzen ihr Gedächtnis nicht richtig. Dabei ist dies wirklich nicht schwer. Mit ein paar einfachen Techniken und ein wenig Übung lässt sich dieses Manko jedoch in rund zwei Wochen beheben.

Die zur Zeit beste und schnellste Möglichkeit bietet Oliver Geisselhart, Bestsellerautor und Gedächtnistrainer des Jahres. In seinem Vortrag „Kopf oder Zettel? - Ihr Gedächtnis kann wesentlich mehr als Sie denken!“ - vermittelt er am 25. Februar in den Räumen der Nordwest Zeitung Methoden, das Gedächtnis zu schulen. Dabei steigern Sie die Gedäch-

nisleistung Ihres Gehirns mit Leichtigkeit um ein Vielfaches! Spielerisch und völlig mühelos wecken Sie das Potential Ihrer Kreativität, Phantasie und Intelligenz! Das Speichern von Sätzen, Fachtexten, Vokabeln und Fremdwörtern sowie von Gesprächsinhalten am Telefon und in der persönlichen Unterredung wird zum Kinderspiel.

Nordwest Zeitung,  
Peterstraße 28-34,  
Oldenburg, Vortragssaal  
(ausgeschildert).

Montag, 25. Februar,  
19 bis 21 Uhr.

Preis mit NWZ-Card:  
24 Euro,  
Preis ohne  
NWZ-Card: 29 Euro.

Anmeldungen  
bitte unter  
0441/99883456

