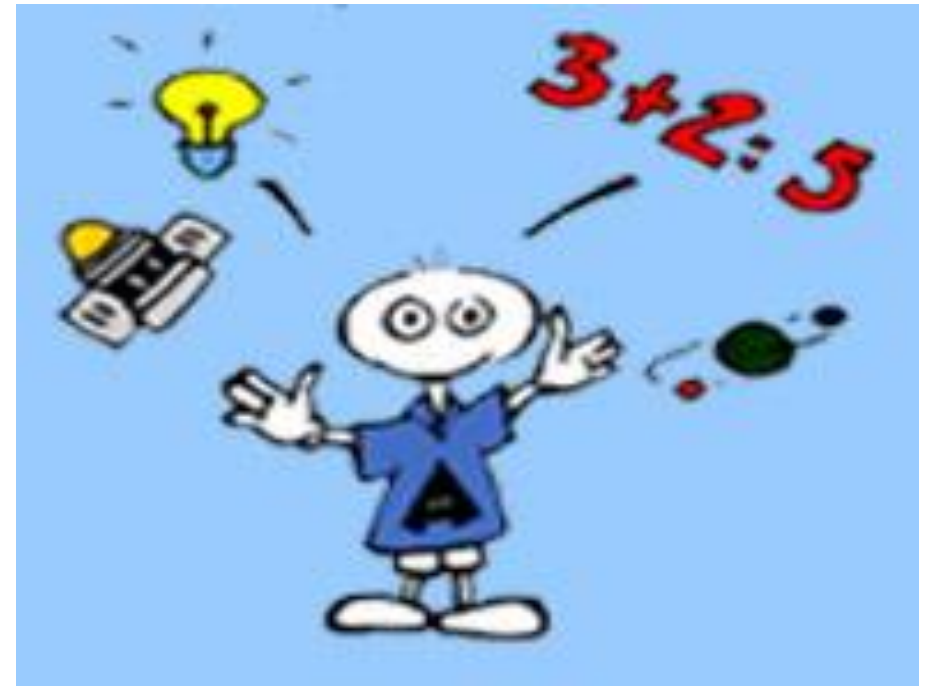


Weitere Angebote der Ev. Erwachsenenbildung Ennepe-Ruhr können Sie auch im Internet kennen lernen, und zwar unter [www.eeb-en.de](http://www.eeb-en.de).

Sie erhalten keine Anmeldebestätigung. Die Kursgebühr können Sie 14 Tage vor Kursbeginn auf folgendes Konto überweisen:

Empfänger: Kirchenkreis Schwelm  
KD-Bank eG  
IBAN: DE57 3506 0190 2001 1260 51  
Verwendungszweck: Kurs-Nr. + Name



**Webinar „Denkfit“  
ab 6. Juli 2020**



# „Denkfit bleiben – Denksport treiben“

Unser Gehirn ist von Natur aus neugierig. Gehen Sie mit interessanten Menschen auf mentale Entdeckungsreisen und erkunden Sie neue Denkwelten. Ihr Geist will genutzt werden, damit sein Potential erhalten bleibt. Jetzt könnten Sie einwenden, aber ich denke doch immer. Ja, das stimmt. Das Gehirn arbeitet immer, bleibt allerdings nur leistungsfähig, wenn es gefordert wird. Es ist vergleichbar mit unseren Beinmuskeln. Wir gehen täglich, bekommen aber einen Muskelkater, wenn wir nach langer Zeit mal wieder joggen oder Gymnastik treiben.

In diesem Kurs lernen Sie, wie Ihr Gehirn fit bleibt. In praktischen Übungen erfahren Sie, dass zielgerichtete Aufmerksamkeit die Tür zum Arbeitsgedächtnis öffnet und die Konzentration fördert. Sie werden feststellen, wie die Verarbeitungstiefe die Merkfähigkeit beeinflusst. Der römische Staatsmann Marcus Tullius Cicero erkannte schon vor 2.000 Jahren: "Das Gedächtnis nimmt ab, wenn man es nicht übt."

Kurs 015: 3x montags von 9:00 bis 10:00 Uhr  
**6., 13. und 20. Juli 2020**

Es werden Computer-Grundkenntnisse vorausgesetzt.

Um sich aktiv beteiligen zu können, wird eine Webcam und ein Mikrofon benötigt.

Wenn Sie weder Webcam noch Mikrofon haben, können Sie über Videostream den Kurs verfolgen.

**Kosten: 22,- €**

**Referentin: Monika Richhardt, zertifizierte Gedächtnistrainerin**

**Verantwortlich: Petra Syring**

---

Bitte einsenden an: Evangelische Erwachsenenbildung Ennepe-Ruhr, Pothhoffstr. 40, 58332 Schwelm

## **Denkfit bleiben**

Kurs 20-01-015

Name: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Tel.-Nr. \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

---

(Datum, Unterschrift)