

GEISTIG FIT BIS INS HOHE ALTER

Kommt ihnen das bekannt vor?

Sie können sich plötzlich nicht mehr an einen Namen erinnern, oder vergessen beim Einkaufen die Hälfte von dem, was sie kaufen wollten. Es ist ärgerlich, wenn es öfter geschieht - ist es ein Warnsignal

Die Fähigkeit sich zu konzentrieren, zu denken, zu lernen muss im Alter nicht stark abnehmen

WAS IST MAT?

Mental Aktivierungs Training (MAT) wurde 1981 von der deutschen medizinischen Forschung, sowie von Pädagogen und Ingenieuren entwickelt mit dem Ziel:

" die Leistungsfähigkeit von Geist und Gedächtnis maximal auszunützen "

Durch MAT erreichen Sie bei täglichen Training eine messbare Leistungssteigerung der Grundfunktionen des Gehirns.

Für wen ist MAT geeignet?

Mentales Aktivierungstraining ist für jedes Gehirn, jedes Alters geeignet egal welche Anforderungen Sie erfüllen wollen.

Warum sollten wir unser Gehirn trainieren?

Lange nahmen Wissenschaftler an, dass täglich tausende Gehirnzellen absterben und dies den Menschen mit den Jahren in den geistigen Niedergang führt.

Heute wissen sie, dass dies nicht stimmt. Stattdessen schwächen sich die Verbindungen zwischen den Neuronen ab weil die nicht mehr genutzt werden. Besonders beschleunigt wird dieser Prozess durch:

- zu geringe oder einseitige Belastung als Unter oder Überforderung
- Nachlassen der geistigen Leistungsfähigkeit durch Extremstress, Krankheit, Unfall, Alter, Isolation

Hier setzt MAT an

Mit Geist und Gedächtnis ist es wie mit der Muskulatur.

Wird sie einige Tage nicht gefördert, baut sie ab.

Bereits nach wenigen Tagen machen Messungen schon den Abbau sichtbar.

Wer aber sein Gehirn pflegt, trainiert, wer regelmäßig in Bewegung bleibt und zwar geistig wie körperlich,

wer nicht ausschließlich auf eingefahrenen Bahnen agiert,

hat Gute Chans, Jahre länger als träge Menschen Spitzenleistungen vollbringen zu können.

Ergreifen Sie die Initiative:

TRAINIEREN SIE DAS GEHIRN, UND BLEIBEN SIE HERR IHRER SINNE, AUCH IM ALTER

Was wird trainiert?

Dieses Gehirn - Training konzentriert sich auf die drei Grundgrößen der Informationsverarbeitung

- Die Geschwindigkeit der Informationsverarbeitung
- Merkspanne
- Kurzzeitgedächtnis

Wie wird trainiert?

Mein Kursus gibt Ihnen Einblick in die Wunderwelt unserer Denkkzentrale und ihrer brachliegenden Möglichkeiten.

Sie erfahren wie einfach im täglichen Leben ohne Große Vorbereitung oder Vorkenntnisse der mentalen Aktivierung - Training angewendet werden kann

Warnung!!!!

Das besuchen von diesem Seminar könnte zu einer dramatischen Verbesserung Ihrer Gedächtnisleistung führen

MAT ist ein Wissenschaftlicher verfahren welche ständig überprüft wird:
hält er das was er verspricht.

Jährliche Fort und weiter Bildungen sind Voraussetzungen für die Verlängerung der Lizenzen.

Vor meiner Ausbildung bei der Gesellschaft für Gehirntrainig hatte ich auch keine Gebrauchsanweisung für das Gehirn.

Niemand hatte mir erklärt, wie man mit ihm umgehen soll.

Heute traue ich mich zu behaupten:

ich weiß, wie dieses faszinierende Organ funktioniert, was es kann und was es braucht.

Durch meine Ausbildung habe ich gelernt und durch die anschließende Berufserfahrung selbst erlebt,

dass die Abnahme der geistigen Leistungsfähigkeit mit zunehmendem Alter nicht als Schicksal betrachtet werden muss.

Ein Mensch im hohen Alter kann genauso geistig mobil sein wie in jungen Jahren.

Die körperliche Leistungsfähigkeit hat dieses Potential nicht,

aber der Geist hat unendliche Möglichkeiten

Das Schönste, Wertvollste an meiner Arbeit ist es, Menschen zu unterstützen, die eigenen Fähigkeiten zu entdecken, schlafende Neuronen aufzuwecken, neue synaptische Verknüpfungen zu erschaffen, sich selbst neu kennen zu lernen.

Erste Übung:

WAS das Hirn alles kann! Einfach drauflos lesen,

auch wenn komisch aussieht!

Aufgrund einer Suite an einer Elingschen Unvirestität ist es egal, in welcher Reihenfolge die Buchstaben in einem Wort stehen,

das einzig wichtige dabei ist, dass der erste und letzte Buchstabe am richtigen Platz sind.

Der Rest kann totaler Bolldamm sein, und du kannst es trotzdem ohne Probleme lesen.

Das geht deshalb, weil wir nicht Buchstabe für Buchstabe einzeln lesen,

sondern Wörter als Ganzes.

Ich lade Sie aufs herzlichste ein, mit mir ein Stück diesen Weg zu gehen