

Veranstalter:

Bundesverband Gedächtnistraining e.V.

Geschäftsstelle
Friedensweg 3
57462 Olpe-Dahl

www.bvgt.de
info@bv-gedaechtnistraining.de



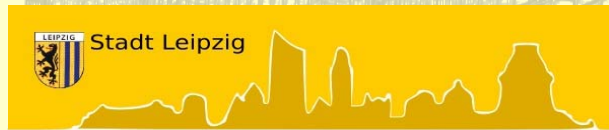
Weiterführende Informationen zum ganzheitlichen Gedächtnistraining und zu Kursen in Leipzig können Sie auch erfragen bei:

Harriet Schubert

Ausbildungsreferentin
Bundesverband Gedächtnistraining e.V.
0341 / 30 65 132
harriet.schubert@arcor.de

Tag der geistigen Fitness ®
ist ein registrierter Titel des
Bundesverband Gedächtnistraining e.V.

Unterstützt durch:



Flyer: design@schuesslmax.de

Ganzheitliches Gedächtnistraining bringt das Denken in Hochform

Der Gedächtnis-Parcour...

... kann während des ganzen Tages absolviert werden. Seine einzelnen Etappen entsprechen ausgewählten Trainingsfeldern des ganzheitlichen Gedächtnistrainings: Denkflexibilität, assoziatives und logisches Denken, Wahrnehmung (sehen, fühlen, riechen), Konzentration, Merkfähigkeit, Wortfindung, Fantasie und Kreativität.

Sie finden im Museum der bildenden Künste Leipzig die einzelnen Stationen auf der Bibliotheks-, Trillerpfeifen- und Permoser-Terrasse sowie im 3. Stock vor dem Neo-Rauch-Saal.

In der Tabelle unten stehen die Titel der benannten Trainingsfelder – für Sie zur Einstimmung – in leicht verschlüsselter Form (die Vokale fehlen).

Für jede gelöste Parcours-Aufgabe gibt es einen Stempel in der Tabelle:

DNKFL	WRTF	MRKF
XBLTT	NDNG	HGKT
KNZN	ssztvs	lgschs
TRTN	DNKN	DNKN
FNTS	KRT	WHRN
	VTT	HMNG

Für die **Teilnahme am Gewinnspiel** liegen am 23. September Teilnahmekarten im Museum der bildenden Künste Leipzig aus. Drei Preise, die Sie an den *Tag der geistigen Fitness* erinnern sollen, werden dort gegen 17.00 Uhr verlost.



Liebe interessierte Leipziger,

Von Jung bis Alt sind alle herzlich eingeladen, einen Gedächtnistrainings-Parcours zu durchlaufen, der die Exponate der Ausstellung in Denkaufgaben einbezieht, zu Vorträgen und Gesprächen mit Experten und einigen Überraschungen.

Viele ehrenamtliche Helfer bereiten ideenreich und engagiert den Tag vor. Sie werden junge, aber auch viele ältere und hochbetagte Mitbürger erleben, die – eben durch regelmäßiges geistiges Training – kompetent und mit großer Freude für Sie einen ganz speziellen „denkwürdigen“ Tag gestalten: Das sind Trainerinnen des Bundesverbandes für Gedächtnistraining, zusammen mit Mitgliedern des Seniorenbeirats der Stadt Leipzig und Mitarbeiterinnen des Museums der bildenden Künste Leipzig.

Der Eintritt ist frei – mitzubringen sind Spaß am Denken und gute Laune!

Programm

im Museum der bildenden Künste Leipzig

10.00 Uhr Einlass und Beginn

Eröffnung
des Tages der geistigen Fitness
Prof. Dr. Thomas Fabian,
Bürgermeister und Dezernent
Jugend, Soziales, Gesundheit & Schule
Foyer

Einführung
in Programm und Angebote
Harriet Schubert,
Bundesverband Gedächtnistraining

Start
des Gedächtnis-Parcours
Dr. Hans-Werner Schmidt,
Museum der bildenden Künste

10.30 Uhr Vortrag

Lernen im Alter – Erfahrungen mit dem
ganzheitlichen Gedächtnistraining
Prof. Dr. Heinz Lohse
Anschließend Gespräch mit Dr. Franziska
Rubin (mdr)
Neo-Rauch-Saal

11.30 Uhr Mit Köpfchen im Kopf fit bleiben

Beteiligte: mdr-Moderatorin
Dr. Franziska Rubin, Gesundheitskoch
Andreas Gossler, Naturärztin Dr. Anke
Görgner, Fitnessexperte Jürgen Reif und
Apotheker Friedemann Schmidt.
mdr-Aufzeichnung zu „Hauptsache gesund“
Neo-Rauch-Saal

13.30 Uhr Wo ist nur meine Brille?

Informationsgespräch zum ganzheitlichen
Gedächtnistraining mit Tipps, Tricks und
Erfahrungen
Bundesverband Gedächtnistraining
Bibliothek

14.30 Uhr Bilder einer Ausstellung

Schnupperstunde
Bundesverband Gedächtnistraining
Bibliothek

15.00 Uhr Großeltern treffen ihre Enkel

Sie zeigen Ihnen ihr Lieblingsbild der
Ausstellung
Foyer

15.30 Uhr Spielzeit

Dr. Kawashimas Gehirn-Jogging:
Wie fit ist Ihr Gehirn? Innovative Gehirn
Jogging Software von Nintendo.
Produktvorstellung und anschliessend
gemeinsames "trainieren"
mit Christine Richter -
Marketing Coordinator Nintendo

17.00 Uhr Gewinn-Spiel

Schluss des offiziellen Teils
Rudolph Voigt,
Maler und ein Glücks-Enkel
Foyer

Tag der geistigen Fitness

Anmeldung

Tag der geistigen Fitness

23. September 2006

im Museum der bildenden Künste Leipzig

Absender:

Weiterhin begleiten mich
(bitte Anzahl angeben):

..... Freunde / Bekannte / Kinder / Enkel

Um die Organisation zu erleichtern, wäre es nett
diesen Teil des Faltblattes abzutrennen, auszufüllen
und in einem Briefumschlag bis zum 18. September
an die rechts angegebene Adresse zu senden oder
Sie melden sich telefonisch an:
0341 / 123 67 45.

An:

Seniorenbeirat der Stadt Leipzig
Friedrich-Ebert-Straße 19a

04109 Leipzig