



## Offenes Training ‚Moderne Lern- und Lesetechnik‘ 2 Tage (Sa/So) Schneller lesen! Mehr behalten! Mehr rausholen!

Studium, Ausbildung, Schule, Beruf, Weiterbildung ..., praktisch in jedem Lernkontext steigen die Anforderungen von Jahr zu Jahr. Dabei wird oft klar vorgegeben, *was* zu lernen ist, - *was* es zu beherrschen gilt. Leider wird nur selten vermittelt, *wie* man effektiv und effizient lernt.

Moderne Lern- und Lesetechnik ist leicht zu erlernen. Sie bringt dem Anwender Lern-Freude, Zeitersparnis, bessere Prüfungsergebnisse und ein zuverlässigeres Gedächtnis. Ein Leben lang!

Daher ist dieses Training nützlich für alle, die viel lesen, lernen und erinnern müssen/wollen.

**19./20.10.2019 Horgen Sa 9-17/So 10-17 Uhr Offenes Training Anwendungsintensiv!**

### Die Trainingsziele

Die Teilnehmenden ...

- ✓ wenden optimierte Lernstrategien an
- ✓ kennen Strategien, um Konzentration und Gedächtnisleistung zu steigern
- ✓ erhöhen ihr Lesetempo, vor allem aber die Lese-Ausbeute pro investierter Zeit



### Trainingsinhalte

- Individuelle Bedarfsschwerpunkte klären
- Intro: Lesen muss man zweimal lernen
- Die schlimmsten Lesefehler vermeiden
- Die 3-6-9 Lesetechnik für schnelleres Lesen und besseres Erinnern anwenden
- Gehirngerechte Notizen machen
- Konzentration nachhaltig steigern
- Einfache Entspannungstechniken nutzen
- Individuelle Lernstrategien optimieren
- Spezielle Erinnerungstechniken nutzen
- Individuelle Tipps und nächste Schritte

### Termin/Details/Anmeldung

*Datum/Ort:* 19./20.10.2019 Horgen (Sa/So)

*Investition:* 390.- CHF pro Person

*Darin enthalten:* Teilnehmer-Unterlagen, Mineralwasser, Kaffeepausen

In CH sind Seminare von der MWST befreit.

*Anmeldung:* Einfach, schnell und sicher via PayPal-Button auf [www.5essence.ch](http://www.5essence.ch). Oder senden Sie uns kurz ein Mail mit Titel, Datum und Ort des Trainings sowie der Anzahl der Teilnehmenden. Wir melden uns umgehend.

### Trainingsmethodik

Viele praktische Lern-/Leseanwendungen, Konzentrations- und Gedächtnisübungen, (kurze) Diskussionen/Reflexionen, spezielle Techniken zum nachhaltigen Lerntransfer

### Dieses Training ist ideal für ...

- alle, die im Studium bzw. einer Aus- oder Weiterbildung auf Prüfungen hinarbeiten
- alle, die beruflich viel lesen und erinnern (müssen) ... und dabei Zeit sparen wollen

*Weitere Details und Abklärungen gern in einem persönlichen Gespräch. Rufen Sie doch einfach an oder senden Sie ein Mail. Geben Sie uns die Chance, einander kennenzulernen.*

