

Gehirntraining

In der Hirnforschung herrscht in den letzten Jahren Goldgräberstimmung: Fast täglich wird in den Medien über neue bahnbrechende Erkenntnisse berichtet. Und je besser wir unser Gehirn verstehen, desto besser können wir es auch gezielt beeinflussen. Es werden Möglichkeiten und Strategien aufgezeigt, um körperlich und geistig fit zu werden bzw. lebenslang zu bleiben.

Vorträge und Workshops

- Gehirn, Geist und körperliche Aktivität
- Auswirkungen digitaler Medien auf Gehirn und Gesundheit
- Lebenslang fit bleiben – neue Erkenntnisse aus der Wissenschaft
- Gehirntraining durch Bewegung (u.a. Life Kinetics)
- Hirndoping am Arbeitsplatz – Was wir warum besser nicht schlucken sollten



Referenzen



Landesverband der
Unternehmerfrauen im
Handwerk Hessen e.V.



Philipps-Universität
Marburg
seit 1527