



Bei guter Konzentrationsfähigkeit sind wir über einen längeren Zeitraum in der Lage, uns voll und ganz mit einem bestimmten Thema auseinander zu setzen, wobei die Motivation hier eine wesentliche Rolle spielt.

Eng verbunden mit unserer Konzentrationsfähigkeit ist auch unsere Gedächtnisleistung, die geistige Fitness, aber auch unsere Merkfähigkeit.

Sind wir bei einer Aufgabe über- oder unterfordert, so hat das in der Folge Auswirkungen auf unsere Konzentrations-, und Leistungsfähigkeit.

Eine Vielzahl an Ursachen kann unsere Konzentration beeinflussen wie z.B. veränderte Lebensumstände, Multitasking, Hektik, Stress, störende Einflüsse von außen u.v.m. Emotionale Ablenkungen sind dabei oft schwierig in den Griff zu bekommen.

Welche Ursachen zu Konzentrationsschwierigkeiten führen sind von Mensch zu Mensch verschieden.

**Individuelles Trainingsprogramm
für Ihre Konzentration und Ihr Gedächtnis.**



rebrain e.U.
Hochwaldweg 3/
Wagramer Straße 60
1220 Wien

0043 (0) 660 480 2779
kornelia.woehrle@rebrain.at
www.rebrain.at

Konzentrations-, und/oder Gedächtnisprobleme?



WENN ich weiß **WARUM**,
gibt's auch ein **WIE**



**Für Kinder und Jugendliche
bei schulischen Problemen**

- ◆ In letzter Zeit können Sie sich auf Ihr Gedächtnis nicht mehr so verlassen wie früher?
- ◆ Es fällt Ihnen schwer, sich auf nur eine Sache längerfristig zu konzentrieren?
- ◆ Sie fangen mehrere Sachen gleichzeitig an, verlieren so immer öfter den Überblick und bringen immer weniger zu Ende. Sie sind dadurch auch müde und erschöpft.?

Wichtig ist, sich die Ursache für Konzentrationsprobleme bzw. Gedächtnisprobleme vor Augen zu führen, um zeitgerecht entsprechende Gegenmaßnahmen setzen zu können.



**bei Stress , Überforderung,
auch Unterforderung ist ein Thema**

**Sie wollen Gewissheit,
dafür gibt es eine Lösung!!**



Prävention ist das Schlüsselwort:

**kein intaktes Gehirn— auch kein gesunder Körper.
Schenken Sie Ihrem Gehirn daher schon heute Ihre
Aufmerksamkeit, nicht erst dann wenn sich bereits
die ersten Einschränkungen bemerkbar machen !!**

Konzentrations-, und/oder Gedächtnistest:
Ermittlung Ihres IST-Zustandes, Ergebnisgespräch.
Preis 174,00 Euro inkl. MwSt.

**Ich freue mich auf Ihr Kommen
bitte um Terminvereinbarung!!**

**Kornelia Wöhrle
Dipl. Lern-, Freizeit- und Vitalcoach**