



Gedächtnistraining

Geistig aktiv sein und bleiben
Lust und Freude am Denken

Für das Gedächtnis sind viele Faktoren wichtig. Das Gedächtnistraining dient in erster Linie dazu, Ihre Sinne bewusster wahrzunehmen, Durch das Vermitteln und Einüben von Gedächtnisstrategien steigern Sie Ihre Merkfähigkeit und Ihre geistige Beweglichkeit. Auch das logische Denken wird gefördert.

Die Umgebung fordert heraus: **Gehörtes, Gelesenes und Gesagtes** muss immer stets präsent und schnell abrufbar sein.

Kursort	Pro Audito Region Olten, Ziegelfeldstrasse 8, Olten	
Daten	jeweils dienstags, ab 11. November bis 09. Dezember 2025	
Dauer	5 Nachmittage 14.00 – 16.00 Uhr	
Kosten	Fr. 60.00 für Mitglieder, Fr. 120.00 für Nichtmitglieder	
Kursleitung	Ursula Hirt	

Machen Sie bei unseren Kursen mit! Es lohnt sich. Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung.

Anmeldungen bitte bis am 28. Oktober 2025 an das Sekretariat

Tel. **062 213 88 44** oder per Mail sekretariat@proaudito-olten.ch

Gedächtnistrainerin
Ursula Hirt

Sekretariat
Regula Christina Wyss