



margit hinterreiter  
akadem. mentalcoach  
dipl. lebens- und sozialberaterin

## Schlaue Köpfe lernen richtig

### Kurs für Jugendliche von 15 – 20 Jahre

„Lernen funktioniert nur, wenn es mit Freude und Freiwilligkeit getan wird!“

- Möchtest du wissen, wie du drei bis fünf Mal schneller lernst?
- Willst du das Gelernte schnell im Langzeitgedächtnis haben?
- Hast du keine Lust stundenlang zu pauken?
- Willst du die Lernzeit mit Spaß statt Frust erleben?
- Willst du wissen, wie du deinen Lernstress abbauen kannst?
- Möchtest du in Prüfungssituationen die Kontrolle haben?

Dann bist du in diesem Kurs genau richtig!

### Kursziel

Lerncoaching ist der beste Weg, Lernen anders zu erleben und dabei noch Zeit zu sparen für die anderen Dinge in deinem Leben. Durch den bewussten Einsatz von schlaun und zeitsparenden Methoden, wird dir das Lernen in Zukunft sehr gut gelingen und auch Freude statt Frust bringen.

### Inhalt

1. Bedeutung von „Lernen mit allen Sinnen“
2. Wie funktioniert mein Gehirn beim Lernen und wie kann ich es beeinflussen
3. Lern- und Merktechniken, die den Spaß beim Lernen garantieren
4. Kreative Gestaltung von Lernplakaten, um das Lernen zu erleichtern („Innerer Spickzettel anlegen“)

### Leitung

Margit Hinterreiter ist akadem. Mentalcoach, NLPaed Lerncoach, dipl. Lebens- und Sozialberaterin, Dozentin an div. Erwachsenenbildungsstätten, Suggestopädin, Atemrhythmisch fundierte Pädagogin, Heilpädagogin und Ganzheitstherapeutin, CliniClown.

## KURSORTE

### 1. Erwachsenenbildung-Stein Egerta, Liechtenstein

Beginn	Donnerstag, 09. Sept. 2021
Dauer	18.30 bis 21.00 Uhr
Ort	Stein Egerta, Schaan (sollte es aufgrund von COVID-19 nicht möglich sein, den Kurs vor Ort abzuhalten, wird er auch als Online-Kurs angeboten.)
Kosten	sind auf der Homepage ersichtlich <a href="https://www.steinegerta.li">https://www.steinegerta.li</a> (zzgl. € 15,00 für die Unterlagen – vor Ort zu bezahlen)
Was du brauchst	Trinkflasche, gesunde Jause, Schreibzeug



margit hinterreiter  
akadem. mentalcoach  
dipl. lebens- und sozialberaterin

## 2. VSH-Götzis

Beginn	Donnerstag, 02. / 09. Dez. 2021
Dauer	18.30 bis 20.30 Uhr
Ort	VHS-Götzis (sollte es aufgrund von COVID-19 nicht möglich sein, den Kurs vor Ort abzuhalten, wird er auch als Online-Kurs angeboten.)
Kosten	sind auf der Homepage ersichtlich <a href="https://www.vhs-goetzis.at">https://www.vhs-goetzis.at</a> (zzgl. € 15,00 für die Unterlagen – vor Ort zu bezahlen)
Was du brauchst	Isomatte, bequeme Kleidung, Schreibzeug, Trinkflasche