

# Inhalt

Vorwort . . . . .	6
<b>1 „Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr?“ –</b>	
Lernen und Gedächtnis im Laufe des Lebens . . . . .	10
<b>2 „Einen Vorsprung im Leben hat, wer da anpackt, wo die anderen erst einmal reden“ –</b>	
30 x 10 Minuten spielend trainieren . . . . .	23
<b>3 „Wer war's denn gleich, Sie wissen doch ...?“ –</b>	
Vergesslichkeit hat Ursachen . . . . .	148
<b>4 „Wo ist meine Brille?“ –</b>	
Wie Sie im Alltag Ihrem Gedächtnis auf die Sprünge helfen . . . . .	162
Lösungen . . . . .	182
Literaturverzeichnis . . . . .	212
Seitenzahlen der verschiedenen Übungen . . . . .	214