

Mit dem VW um den Eiffelturm

Lerntrainer Frank Navel riet zu Eselsbrücken mit möglichst bildhaften schrägen Nomen

Wie kann man Informationen langfristig richtig speichern, darüber informierte Lerncoach Frank Navel die Unternehmerfrauen im Handwerk.

VON ANGELIKA MEURER-SCHAFFENBERG

Landkreis Osterholz. „Ich habe es dir schon tausend Mal gesagt, merk es dir endlich.“ „Ich bin aber nicht der auditive Typ. Tanz es mir vor oder zeig mir ein Bild und ich merke es mir sofort.“ So könnte laut Lerncoach Frank Navel ein Dialog mit einem Menschen klingen, der Informationen nicht über das Gehör speichert.

Der Lern-Trainer aus Lilienthal beschrieb den Unternehmerfrauen im Handwerk während deren Versammlung in der Kreishandwerkerschaft, wie man Informationen möglichst langfristig speichern und im richtigen Moment richtig wiedergeben kann.

„Es gibt unterschiedliche Lerntypen. Auditive Menschen merken sich gut, was sie hören, visuelle müssen Dinge gesehen haben und kinästhetisch Veranlagte sollten mit körperlicher Wahrnehmung arbeiten“, empfiehlt Navel. Ideal sei es, beim Lernen

„Lernen Sie so, dass sie möglichst viele Erfolgserlebnisse haben.“

Frank Navel



Gab gute Tipps zum besseren Erinnern: Lerncoach Frank Navel.

FOTO: MEURER-SCHAFFENBERG.

viele Sinne mit einzubeziehen. Wer die Informationen multi-sensorisch abspeichern, könne sie auch auf verschiedene Weise abrufen. „Wer Vokabeln liest, sie laut sagt und dann schreibt, hat alle drei Informationskanäle genutzt“, gab Navel ein Beispiel.

Wichtig sei, die Lernform zu finden, die einem selbst entspricht. Es gelte, eine möglichst ehrliche Selbsteinschätzung der eigenen Stärken und Schwächen vorzunehmen. „Lernen Sie so, dass sie möglichst viele Erfolgserlebnisse haben und freuen sie sich über diese. Das motiviert, weiter zu machen“, riet der Referent. In einer Prüfung solle man sich erst einen Überblick verschaffen und mit leichten Aufgaben anfangen, um dann Energie für Aufgaben zu bekommen, die schwieriger erscheinen und viele Punkte bringen.

Navel riet, in kleinen „Häppchen“ zu lernen. „Der Mensch kann wissenschaftlich erwiesen nicht mehr als sieben Dinge erinnern“, wusste er. Deswegen seien Wiederholungen und Lernen in kleinen Einheiten wichtig.

Wie man sich die 17 europäischen Länder, in denen mit Euro bezahlt wird, dennoch in geordneter Reihenfolge von „Bevölkerungsreich“ bis „am dünnsten besiedelt“, merken kann, zeigte Frank Navel mit der Geschichtentechnik. Im Selbstver-

such schrieben die Zuhörerinnen die Länder auf und verbanden diese mit einem Begriff, der ihnen spontan zu diesem Land einfiel. Dann dachten sie sich mit diesen Begriffen eine Geschichte aus. Die Reihenfolge Deutschland, Frankreich, Italien merkte sich Frank Navel also wie folgt: „Ich fuhr mit einem VW um den Eiffelturm und hatte viele Stiefel auf das Dach gebunden“. Im weiteren Verlauf lies er Kaiserin Sissy mit einem Slaven bei Harfenklang durch eine Sauna wandern.

„Denken Sie sich möglichst außergewöhnliche, schräge und bildhafte Nomen

aus. Dann prägt es sich am besten ein“, forderte der Lerncoach auf. Er trainierte mit dieser Technik zum Beispiel Fahrgastbegleiter der Bremer Straßenbahn, die sich so 30 Haltestellen in der richtigen Reihenfolge leicht merken könnten. Auch die Osterholzer Zuhörerinnen waren begeistert von der Wirksamkeit dieser Methode und konnten Erfolgserlebnisse verbuchen.

Insgesamt nannte Frank Navel mehrere Bausteine, die hilfreich für gutes Lernen seien: Selbsteinschätzung, Motivation, Konzentration, Lernstrategie, Lernorganisation, Prüfungskompetenz. Hintergrund für den Vortrag war auch die Überlegung, wie Auszubildende in ihrem Lernen sinnvoll unterstützt werden könnten. Navel zeigte auf, wie seine Theorie in der Praxis aussehen könnte.

„Wenn jemand lernen soll, wie eine Maschine funktionieren soll, lesen sie die Anweisungen erst einmal gemeinsam durch. Das nächste Mal besprechen sie die Schritte und beim dritten Mal stellen sie die Maschine gemeinsam an. So haben sie alle Lerntypen abgedeckt.“ Navel hat ein Buch geschrieben mit dem Titel „Leichter Lernen mit ganzheitlichem Lerncoaching.“

NACHRICHTEN IN KÜRZE

UNFALL AUF LANDESSTRASSE Polizei sucht Verursacherin

Ritterhude (rab). Die Ritterhuder Polizei fahndet nach einer bislang unbekanntem Autofahrerin, die am Donnerstagmorgen gegen 14.30 Uhr auf der Landesstraße zwischen Bremen und Ritterhude einen Auffahrunfall verursacht hat. Nach Angaben von Zeugen soll es sich bei dem von ihr genutzten Auto um einen silbernen Kleinwagen gehandelt haben, heißt es im Bericht der Polizei. Aus Richtung Lilienthal kommend war die Frau auf die Landesstraße in Richtung Ritterhude abgebogen und hatte dadurch einen 68-jährigen Autofahrer zu einer Vollbremsung gezwungen. Eine 41-jährige Opel-Fahrerin, die hinter dessen VW Golf fuhr, erkannte die Situation zu spät und fuhr auf. Dabei entstand ein Schaden von rund 3000 Euro. Verletzt wurde niemand.

Die Polizei in der Hammegemeinde sucht nun nach der Fahrerin des silbernen Kleinwagens, die den Unfall verursacht hat. Zeugen, die Hinweise geben können, werden gebeten, sich bei der Polizeistation in Ritterhude unter der Telefonnummer 04292/990760 zu melden.

EINBRUCH IN EINFAMILIENHAUS Schmuck und Laptop gestohlen

Osterholz-Scharmbeck (rab). Unbekannte Täter sind am Donnerstagmorgen in ein Einfamilienwohnhaus an der Straße „Zum Kattenhorn“ eingebrochen. Sie fanden diversen Schmuck, nahmen aber nur Markenartikel mit, so die Polizei. Weiter wurden ein Laptop und ein Handy gestohlen. Der Einbruch ereignete sich zwischen 13.30 und 14.50 Uhr. Zeugen bittet die Polizei, sich unter Telefon 04791/3070 zu melden.

PFARRBÜRO HAT GESCHLOSSEN Keine Öffnung am 18. Mai

Ritterhude (cva). Das Büro der evangelisch-lutherischen Kirchengemeinde St. Johannes in Ritterhude ist am Freitag, 18. Mai, nicht geöffnet. Darauf weist die Pfarrdienststelle hin. Das Büro, das sich im Pfarrhaus an der Riesstraße 27 befindet, bleibt den ganzen Tag geschlossen. Bürger, die Fragen haben, können die Einrichtung und Pfarrsekretärin Bettina Schulze zu den gewohnten Öffnungszeiten unter der Telefonnummer 04292/1388 erreichen.

RITTERHUDER WOCHENMARKT Händler kommen am Freitag

Ritterhude (mth). Für viele ist der kommende Freitag, 18. Mai, ein Brückentag. Von Himmelfahrt bis zum Sonntag werden die Tage gern zu einem Kurztrip genutzt. Die Händler des Ritterhuder Wochenmarktes allerdings gönnen sich keine Verschnaufpause. Sie stehen wie gewohnt am Freitag von 8 bis 13.30 Uhr auf dem Parkplatz am Hamme Forum. Für die daheimgebliebenen Ritterhuder ist es eine gute Gelegenheit, das vielfältige Angebot aus der Region kennen zu lernen.

VERKÄUFE

Akkordeon-Center OHZ,

kompetente Fachberatung für Neu- und Gebrauchsinstrumente, An- und Verkauf, Reparaturen und Restauration, 48 - 185 Baß, Handharmonikas, Midi, Zubehör, Noten, Unterricht, im Musicians-Office, Bahnhofstr. 63, ☎ 0 47 91 / 68 68

Beverstedter Ofenhaus:

Döschers Steinöfen! Die Sauberbrenner! Ein Filter ist nicht nötig! Ständig 100 Öfen in der Ausstellung, J. W. Döschers Ww. ☎ 0 47 42/31 www.doescher.eu

1A-Kaminh. Buche o. Birke

trocken v. Forstbetrieb ☎ 0171/3730536

KAUFGESUCHE

Aufgepasst liebe Leser

Ihrer Altkleider und -schuhe, Textilien aller Art, Thorsten Flathmann, OHZ/Sandhausen. ☎ 01 73 / 6 35 10 64 oder 0 47 91 / 98 61 60

VERSCHIEDENES

Kostenlose Abholung

Ihrer Altkleider und -schuhe, Textilien aller Art, Thorsten Flathmann, OHZ/Sandhausen. ☎ 01 73 / 6 35 10 64 oder 0 47 91 / 98 61 60

Auflösung eines Antik und Trödel Ladens, günstig, viele Teile € 1,-

☎ 01 75/49 77 855

UMZÜGE TRANSPORTE

www.BOTEN-SERVICE.de
Kurier-Dienste, Transporte, Umzüge, Entrümpelungen. ☎ 04 21 / 16 30 40

KRAFTFAHRZEUG-VERKÄUFE

Gute Gebrauchte

VW Passat 1.8 TSI Comfortline

EZ 12/2010, 118 kW, 7.278 km, night blue met., Climatronic, NAVI RNS 510, PDC vo. u. hi., Sitzheiz. vo., AHK schwenkbar, Tempomat, MFA, Sportsitze vo., Ausstattungs-Paket: Licht + Sicht, Tagesfahrlicht, Multimediale AUX-IN, Außentemperaturanzeige, Sport-Paket, Spiegel-Paket, Reifenkontroll-Anzeige, Nebelscheinwerfer mit statischem Kurvenlicht, Sport-Fahrwerk, Telefonvorbereitung, Seiten-scheiben hi. getönt, 4 x el. FH, Steckdose 230 V, CD-Wechsler, Seitenairbag hinten, el. Außenspiegel ☎ 24.990,-

VW Polo 1.2 „WERDER EDITION“

EZ 02/2009, 44 kW, 45.995 km, reflexsilver met., Radio RCD 200, Climatronic, LM-Felgen, Lederlenkrad, el. Fensterheber, Sondermodell Silver-Edition, Sitze vo. höhenverstellbar, Einstieghilfe Easy-Entry, Chrom Paket, Servo, 4 x Airbag, ABS, ESP, Zentralverriegelung mit FB ☎ 8.490,-

VW Polo 1.6 Goal

EZ 11/2006, 77 kW, 81.233 km, black magic perl., Radio RCD 200, Klimaanlage, PDC hi., el. Fensterheber, Tempomat, MFA, Sitzhöhenverstellung, Servo, ABS, ESP, 4 x Airbag, Zentralverriegelung ☎ 7.990,-

VW Sharan 2.0 TDi 4Motion BM Trendline

EZ 09/2011, 103 kW, 12.317 km, toffeebraun met., Climatronic, Radio RCD 210, AHK schwenkbar, Winterpaket, Sitzheiz., el. Außensp., el. Fensterheber, PDC vo. u. hi., LWS, MFA, Tagesfahrlicht, Nebelscheinwerfer, Standheiz., Mittelarmlehne, Dachreling, Servo, Verglasung hi. abgedunkelt, 10 x Airbag, ABS, ESP, Zentralverriegelung mit FB ☎ 31.990,-

VW Sharan 2.0 TDi BMT STYLE

EZ 09/2011, 125 kW, 13.256 km, deep black perl., Climatronic, NAVI RNS 510, XENON mit Kurvenlicht, PDC vorne und hinten, Adaptive Fahrwerksregelung DCC, Aufleuchten „Jarama“ 17 Zoll, el. Schiebedach, el. Heckklappe, Sitzheizung, Tempomat, Regensensor, Nebelscheinwerfer, Telefonvorbereitung, Multifunktions-Lederlenkrad, Mittelarmlehne, MFA, LWS, Netzrennwand, Sitzhöhenverstellung, Scheinwerferreinigungsanlage, STYLE Plus Paket, Fahrerassistenzpaket, el. Schiebetüren + el. Öffnung u. Schließung, Schlüsselloses Schließ- und Startsystem „Keyless Access“ inkl. Startknopf, Spurhalteassistent „Lane Assist“, Dynamische Fernlichtregulierung „Dynamic Light Assist“, LED Tagfahrlicht + Kennzeichenbeleuchtung, Multifunktionskamera mit Verkehrszeichenerkennung, Multimediale AUX-IN, Multifunktionskamera mit Verkehrszeichenerkennung, Multimediale AUX-IN, Diestahlwarnanlage, Seitenscheiben hinten getönt, el. Außenspiegel, el. Fensterheber, Dachreling, Servolenkung, ABS, ESP, 10 x Airbag, Zentralverriegelung Keyless Entry ☎ 38.990,-

VW Touran 2.0 TDi BMT DPF Comfortline

EZ 11/2011, 103 kW, 12.027 km, toffeebraun met., Climatronic, NAVI RNS 510, Aufleuchten „Sedona“ 16 Zoll, PDC vo. u. hi., Sitzheiz., Tempomat, LWS, MFA, Multifunktions-Lederlenkrad, Telefonvorbereitung, Multimediale AUX-IN, Coming-Home Funktion, Tagfahrlicht, Mittelarmlehne, Regensensor, Family Paket, Winterpaket, Diestahlwarnanlage, Scheinwerferreinigungsanlage, Sitzhöhenverstellung, Netzrennwand, el. Fensterheber, el. Außenspiegel, Dachreling, Servolenkung, ESP, ABS, 10 x Airbag, 7-Sitzer, Zentralverriegelung mit FB ☎ 27.990,-

Ihr Ansprechpartner für Geschäfts- und Werkzeuge!

Finanzierung oder Leasing über die VW-Bank/Leasing ab 0,9 % aff. Jahreszins möglich!

Ihr VW-Partner für Worswede, Grasberg, Lilienthal und Umgebung!

Ständig über 100 Gebrauchtwagen aller Fabrikate!

THOMAS GERKEN
AUTOHAUS AM WEYERBERG

OSTERWEDER STRASSE 5
27226 WORSWEDEN
☎ 0 47 92 / 9 33 00
http://www.vw-worswede.com

WIR TUN MEHR...

Toyota Avensis Executive 2.0 I Automatik

EZ 03/2004, 89tkm, 108 kW/147 PS, silber-met., Radio-CD, Parkpilot, Klimaautomatik, LM-Felgen
nur € 8.965,-

AUTOHAUS MÜLLER

Autohaus Müller GmbH & Co. KG
Gewerbering 35 • 27432 Bremervörde
Telefon: 0 47 61 / 97 79 - 0 • www.opel-mueller.de

Herbert Müller GmbH
Hamburger Straße 2 • 27442 Karshöfen
Telefon: 0 47 63 / 94 90 - 0 • www.opel-mueller.de

Torfkahn zu verkaufen!

Bj. 2000, 15 PS Motor, Werkstattwart., Segel, 12 V Beleuchtung, umfangreiche Ausrüstung, Persenning, Eichenholzkörper, gepfl. Zus., Liegeplatz Achim, Preis VH. ☎ 0 42 02/43 18, Fax: 43 53, Mobil: 01 62/9 73 07 00

300x...300x...300x...AHS

Klein- bis Geländewagen, auch ohne Anzahlung, JETZT ☎ 0 47 93 - 94 00

Schnäppchen machen,

bequem einkaufen, Aktionen erleben - Sie finden täglich neue Angebote in Ihrer Tageszeitung.

Meriva 1.6 Edition

77 kW, EZ: 05/08, 69.482 km, ESP, Radio/CD MP3, Klima, Sitzheizg. vo., Tempomat, BC, Parkpilot, NSW
€ 10.345,-

OPEL AUTOHAUS DIECKMANN

Worswede-Neu St. Jürgen
Jan-Weber-Str., Tel. 0 47 92 / 26 26
http://www.opel-dieckmann.de

Nissan Primera 2.0 I Automatik

EZ 03/2004, 124tkm, 103 kW/140 PS, Navi, Bordcomputer, Klimaautomatik, LM-Felgen ...
nur € 7.950,-

AUTOHAUS MÜLLER

Autohaus Müller GmbH & Co. KG
Gewerbering 35 • 27432 Bremervörde
Telefon: 0 47 61 / 97 79 - 0 • www.opel-mueller.de

Herbert Müller GmbH
Hamburger Straße 2 • 27442 Karshöfen
Telefon: 0 47 63 / 94 90 - 0 • www.opel-mueller.de

Honda CRV 2.0 I Execut

EZ 02/09, nur 12.190 km, Leder, Klima, CD, Alu, Nebel, Xenon, silber, usw.
nur 21.850,- €

AUTOHAUS HEINZ ENTELMANN

Veegesacker Heerstr. 78 • 28757 Bremen-Nord
☎ 0421/621091

Mercedes A140 Classic-Navi

EZ 10/03, nur 57.190 km, Klima, CD, AHK, Sitzheizung, silber usw.
nur 5.890,- €

AUTOHAUS HEINZ ENTELMANN

Veegesacker Heerstr. 78 • 28757 Bremen-Nord
☎ 0421/621091

Ihr Abo-Vorteil:

Den WESER-KURIER jeden Morgen im Briefkasten!

Informationen zum Abo unter www.weser-kurier.de

WESER KURIER

FAHRZEUG-ZUBEHÖR

Glänzt er noch?

www.cosmeti-car.de

Ist Ihr Auto Hohlraum-versiegelt?

www.cosmeti-car.de

An Unterbodenschutz gedacht?

www.cosmeti-car.de

WOHNMOBILE, -WAGEN · CAMPING

Mobilheim (NR)

überdacht, 850 x 300 cm, mit Vorzelt, an der Hamme gelegen. Gasheizung reparaturbedürftig, zu verkaufen, VB € 990,-, Pacht für dieses Jahr bezahlt. ☎ 0421/6361867

JETZT FINANZIEREN!

HONDA The Power of Dreams



Der neue Honda Civic.

+ 5 Euro-NCAP-Sterne für einen der sichersten Kompaktwagen
+ der Beste: „Auto Bild“-Preis-Leistungs-Sieger
+ größter Kofferraum seiner Klasse und äußerst flexibel
+ mehr Fahrspaß bei höchster Effizienz

Kraftstoffverbrauch Civic in l/100 km: innerorts 8,7-5,1; außerorts 5,2-3,7; kombiniert 6,4-4,2; CO₂-Emission in g/km: 150-110. (Alle Werte gemessen nach 1999/94/EG)

... das sympathische Autohaus

H. Entelmann seit 1979 über 30 Jahre

Veegesacker Heerstraße 78 • 28757 Bremen
Telefon (04 21) 62 10 92 • Telefax (04 21) 62 38 95
e-mail: info@honda-bremen.de • www.honda-bremen.de

Honda für Bremen und Umgebung

* Bei einer Laufzeit von bis zu 48 Monaten. Ein Finanzierungsangebot der Honda Bank GmbH, Hanauer Landstraße 222-224, 60314 Frankfurt am Main. Gültig für Privatkunden bis 31.05.2012.

** Honda Civic 2.2 i-DTEC Sport: Preis-Leistungs-Sieger in der „Auto Bild“ Nr. 6 vom 10.02.2012 im Vergleich mit Alfa Romeo Giulietta 2.0 JTDm 16V und BMW 118d.

Kraftstoffverbrauch in l/100 km: innerorts 5,2; außerorts 3,9; kombiniert 4,4. CO₂-Emission in g/km: 115. (Alle Werte gemessen nach 1999/94/EG)

Abb. zeigt Sonderausstattung. ☎ 0421/6361867