



# ANKERLEZEN

lees vlotter. onthoud beter.

---

Training in aandachtig lezen en duurzaam onthouden

## We lezen meer dan ooit. Maar hoeveel blijft er werkelijk hangen?

Ankerlezen is een praktische training waarin aandacht, lezen en geheugen samenkomen. Geen snellezen. Geen opgejaagde technieken.

Wel: vlotter lezen, beter onthouden, minder mentale frictie, meer grip op informatie.

## Waarom ankerlezen?

Veel mensen herkennen het: een artikel lezen en het later nauwelijks kunnen navertellen. Uitgebreide aantekeningen maken zonder echte grip. Voortdurend terugbladeren. Moeite om focus vast te houden.

Niet omdat het geheugen tekortschiet. Maar omdat informatie vaak vluchtig verwerkt wordt.

## Wat is ankerlezen?

Ankerlezen is lezen met houvast. Tijdens het lezen leer je informatie actief koppelen aan mentale ankers: beelden, structuur, aandacht en bestaande kennis.

Daardoor blijft informatie niet langer los zand, maar krijgt het een plek in het geheugen.

## Wat leer je?

De training combineert geheugentechnieken met praktische leesvaardigheid. Je leert onder andere:

- hoe aandacht invloed heeft op onthouden
- hoe je informatie direct verankert tijdens het lezen
- hoe je minder afhankelijk wordt van aantekeningen
- hoe je structuur aanbrengt in verschillende teksten
- hoe je informatie beter terughaalt na het lezen
- hoe je soepeler en gericht leest

Je oefent direct met verhalende teksten, studieboeken, rapporten, dossiers, artikelen en vakliteratuur.

## Minder schrijven. Meer verwerken.

Veel mensen maken automatisch uitgebreide aantekeningen. Dat voelt veilig, maar vaak wordt informatie daardoor vooral opgeslagen buiten het hoofd.

Bij ankerlezen ligt de nadruk eerst op begrijpen, structureren en onthouden tijdens het lezen. Daarna leer je hoe compacte notities ondersteunend kunnen werken.



## Voor wie?

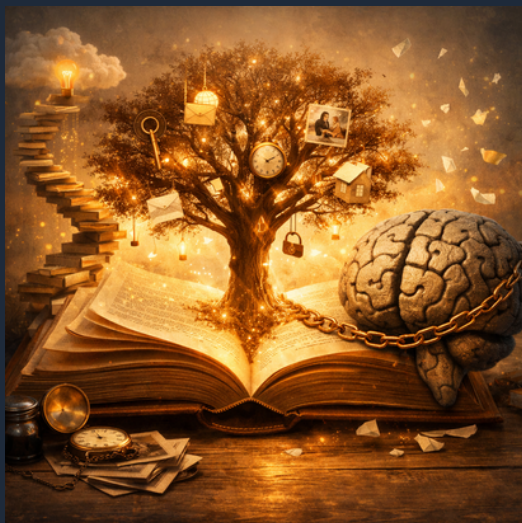
De training is geschikt voor iedereen die veel informatie verwerkt:

- studenten
- professionals en kenniswerkers
- managers
- trainers en docenten
- mensen die veel lezen voor werk of studie

Ankerlezen is vooral waardevol voor mensen die:

- meer grip willen op informatie
- rustiger willen lezen
- minder willen teruglezen
- beter willen onthouden wat ze lezen
- minder afhankelijk willen zijn van samenvattingen





## Over Rick de Jong

Rick de Jong is geheugentrainer en spreker met meer dan vijftien jaar ervaring. Hij behaalde de titel International Master of Memory en vestigde in 2015 het Europees record Pi-geheugen (22.612 decimalen).

## Praktisch

Dagtraining: 09:00 - 17:00

Open training: €245 excl. btw

Incompany: €1.995 excl. btw

Inclusief lunch en materialen

Inclusief online oefenmodules

Trainingen op locatie  
en incompany mogelijk

[www.memoryspeaker.nl](http://www.memoryspeaker.nl)

[info@memoryspeaker.nl](mailto:info@memoryspeaker.nl)

## Wat deelnemers zeggen

"Stuk voor stuk inspirerende en leerzame bijeenkomsten waarbij Rick je zeer bevlogen laat beleven waartoe ons brein in staat is."

Mark Bax  
Vanderlande Industries

"Rick is een prettige, bevlogen coach. Super dat je aan het einde van de dag met een concreet resultaat naar huis gaat."

Robbert Blijleven  
Adviseur Landschap Overijssel

"De workshop was boeiend en inspirerend. Interessant om te weten hoe je brein werkt en hoe je dit kunt trainen."

Aggie Beerthuijzen  
Van A tot B

Meer grip op informatie.  
Meer rust tijdens het lezen.  
Meer onthouden van wat belangrijk is.