



„Den pro seniory a nejen pro ně“ ve Filiánku

Akce se koná v rámci Týdne pro rodinu, jehož vyhlašovatelem je Rodinný svaz ČR.

„Jsme tím, co si pamatujeme. Bez paměti přestáváme existovat, naše minulost je vymazána a přece věnujeme paměti jen málo pozornosti, kromě případů, kdy nás opouští. Děláme strašně málo k jejímu procvičení, živení, posilování a ochraně.“
Mark Twain

Filiánek, z.s. zve brněnské seniory a seniorky na ukázkovou hodinu trénování paměti.

Dozvíte se a vyzkoušíte si:

- jak zpracovávat, třídit a uchovávat informace
- techniky práce s pamětí
- psychomotorická cvičení a jejich využití v denním životě
- kognitivní trénink paměti

Psychomotorické cvičení v kombinaci s kognitivním tréninkem paměti je podle nejnovějších vědeckých poznatků nejlepším nástrojem ke zvýšení soběstačnosti a prodloužení nezávislosti seniorské populace.

Místo konání akce: Antonínská 18, 602 00 Brno, zvonek Filiánek balet

Termín konání: úterý 15. 5. 2018

1. ukázková hodina 9:00- 9:50 hod.

2. ukázková hodina: 10:00- 10:50 hod.

3. ukázková hodina: 11.00-11:50 hod.

Vstupné zdarma

Doporučujeme rezervaci místa na e-mailu: filianek@filianek.cz

Lektoři:

Ing. Jana Benešová, Trenérka paměti I. stupně, ČSTPMJ

Akci podporuje Jihomoravský kraj.