

Mezigenerační a dobrovolnické centrum TOTEM Bolevec
připravilo pro své klienty na období 2023/2024

OSOBNOSTNĚ–SOCIÁLNÍ ROZVOJ

TRÉNOVÁNÍ PAMĚTI

Odborně vedená pravidelná setkání, při kterých se trénuje krátkodobá i dlouhodobá paměť za účelem jejího udržení nebo i zlepšení. Jsou zde zahrnuty metody z oblasti rozvoje kreativity a fantazie, koncentrace, zlepšování slovní zásoby, smyslová cvičení, vědomostní cvičení, asociace, relaxace atd. Tento způsob trénování paměti má velice pozitivní vliv na psychickou kondici. Lekce trénování paměti jsou koncipovány tak, že kromě procvičování mozkových závitů si užijeme i hodně zábavy.

Komu je určeno: seniorům

Lektor: Miroslava Kudrnová, Mgr. Jana Pittnerová, DiS.

Kdy probíhá: pondělí 13:00–14:15 hod.
úterý 8:00–9:15 hod.
9:30–10:45 hod.
středa 10:00–11:15 hod.
13:30–14:45 hod.

Účastnický poplatek: zdarma

Kapacita: volná místa budou známa po zápisech pro stávající klienty

U koho získáte podrobné informace:

Miroslava Kudrnová, tel.: 377 260 425, mob. 734 672 591

Mgr. Jana Pittnerová, DiS., tel.: 377 260 425, mob. 777 980 462



BOLEVEC

Pozn.: Kompletní nabídka TOTEMových aktivit je k dispozici na webových stránkách www.totemplzen.cz nebo na požádání v papírové podobě v prostorách TOTEM, z.s., Kaznějovská 51, Plzeň.