



# Tréninkem paměti proti demenci

Fosanima o.p.s. zve všechny zájemce na trénink paměti, který proběhne

**KDY:** 21.9.2017

**KDE:** Opal Havlík – kongresový sál- 3. patro, Dr. E. Beneše 21, Bruntál

**V KOLIK:** 10.-11.h, 15.30-16.30h

- seznámíte se s tím, jak funguje náš mozek
- otestujete si své momentální paměťové schopnosti
- získáte informace o fungování a principech kvalitního zapamatování
- pomocí některých cvičení a technik se naučíte, jak lépe pracovat se svojí pamětí
- rozvinete svoji kreativitu
- zlepšíte své soustředění
- uděláte něco pro sebe

Zájemci se hlase na [fosanima@seznam.cz](mailto:fosanima@seznam.cz) .

Tato akce bude součástí akce Včera, dnes a zítra, která se koná k příležitosti Mezinárodního dne Alzheimerovy choroby.