

Trénink paměti pro seniory s Věrou Přikrylovou

KOMUNITNÍ CENTRUM
„Klub volnočasových aktivit Pešek“

Peškova 1, Olomouc

Kapacita: 30 osob/akce

Registrace na: aktivni.olomouc.eu

Vstup: zdarma

V našem seniorském věku je velice důležitá soběstačnost a nezávislost na druhých.

I když nemůžeme ovlivnit všechno, trénování paměti a pohyb jsou činnosti, které mají velký vliv na náš další život. Na našich setkáních si vysvětlíme, jak paměť funguje, proč si nezapamatujeme to, co potřebujeme a naopak - pamatujeme si to, co není důležité.

A hlavně se naučíme, co dělat pro to, abychom si zapamatovali co nejvíc i v našem věku.

- úterý 1. dubna, 10:00-11:30 hod.
- úterý 3. června, 10:00-11:30 hod.
- úterý 6. května, 10:00-11:30 hod.



Bližší informace ke všem akcím najdete na prorodinu.olomouc.eu, proseniory.olomouc.eu.