

Cvičenie pamäti ako účinná metóda rehabilitácie mozgu



V týždni od 15.3. - 19.3.2021 prebiehal týždeň mozgu. Aj keď sa naše zariadenie CSS Brezovec v Dolnom Kubíne reálne nezapojilo do týždňa mozgu, naši prijímatelia sociálnych služieb sa pravidelne a veľmi radi zúčastňujú na rôznych aktivitách podporujúcich činnosť mozgu. Tak tomu bolo aj 17.3.2021, kedy sa stretli na skupinovom pamäťovom cvičení zameranom na rozvoj pamäti. Tento týždňový kvíz bol zameraný na logické matematické úlohy, priestorovú orientáciu, všeobecné vedomosti, ale aj niečo veselé a zábavné. Cvičenie prebiehalo v dobrej nálade, a pod heslom: Čo viem - viem a keď neviem, tak sa dozviem. Cieľom tohto cvičenia bolo stimulovať rôzne oblasti mozgu a preventívne predchádzať negatívnym dopadom straty pamäti.

