

Zabav sa a zacvič s pamäťou

30.06.2021

Dňa 30. júna 2021 sme spolu s našim dobrovoľníkom realizovali aktivitu zameranú na zábavu a činnosť mozgu. Pri pozitívnom ovplyvňovaní jeho činnosti, býva v tejto súvislosti spomínaná pamäť. K jej oslabeniu často vedie nedostatok motivácie a jednotvárny a nudný spôsob života. A aby to tak nebolo, zamerali sme sa dnes na jej rozvoj a rôzne pamäťové cvičenia, či už krátkodobej alebo dlhodobej pamäti. V druhej časti aktivity, sme sa zamerali na športovo-pohybové hry, ktoré väčšinou zdokonaľujú psychomotoriku, uvoľňujú pohybovú energiu a vyvolávajú radosť a zábavu z uvedených činností. Ten dnešný deň bol zameraný na zmysluplne strávený čas, mal odstrániť nudu a bolo potrebné urobiť niečo pre vlastné zdravie. To si myslíme aj podľa vyjadrení PSS, že dnešnými aktivitami sa nám to podarilo dosiahnuť.

