

Zariadenie pre seniorov a domov sociálnych služieb Dolný Kubín  
M. Hattalu 2161, 026 01 Dolný Kubín  
v zriaďovateľskej pôsobnosti Žilinského samosprávneho kraja

## Oprášte si svoju pamäť

v spolupráci so študentkami Obchodnej akadémie Dolný Kubín  
(študijného odboru sociálno-výchovný pracovník)

**12.11.2019**

Za našu pamäť je zodpovedný mozog, ktorý tvorí približne 100 miliárd nervových buniek neurónov. Tie medzi sebou vytvárajú nespočetné spojenia synapsie. V procesoch učenia sa vytvárajú nové synapsie a ich sieť hustne. Každá ľudská aktivita, či už mentálna, fyzická alebo spoločenská, podporuje tvorbu nových synapsií. A tak sme dnešné dopoludnie využili na oprášenie pamäti a venovali sa cvičeniam zameraným na pamäť. Študentky si pripravili rôzne porekadlá, hádanky a slovné hry, ktoré povzbudili seniorov k riešeniu rôznych úloh. Čas strávený riešením úloh sme si spríjemnili uvarením voňavej kávy a rozhovorom o tom, aká je dôležitá naša pamäť a jej precvičovanie.

