

Hoci mozog nie je sval, potrebuje tréning

Terapia hrou BLOK A

04.05.2017



Človek nikdy nie je dosť starý na to, aby mohol začať s pravidelným cvičením. Precvičovať mozog je potrebné v každej životnej etape, no najmä vtedy, keď človek začne starnúť. Cvičenie trénovania pamäti sa vykonáva rôznou formou a to kognitívnym cvičením - rôzne spoločenské hry a pracovné listy. Dňa 4. 5. 2017 sme si so seniormi zvolili terapiu hrou. Pri hre sme ich motivovali úsmevom, empatiou, milým povzbudzujúcim slovom a pohladkaním.

