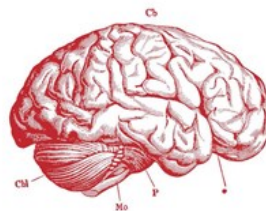
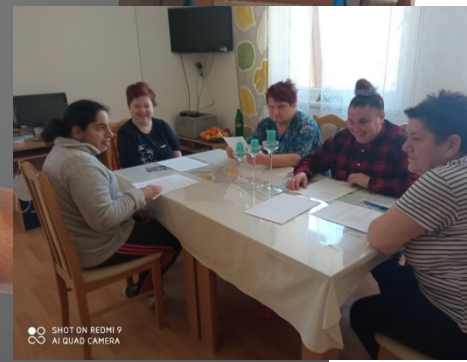




# CSS TAU –



**TÝŽDEŇ  
MOZGU** | 2022  
14. – 20. marca



Týždeň mozgu sa vo svete oslavuje od roku 1996. Naše zariadenie sa tiež zapojilo do aktivít zameraných na podporu činnosti mozgu a pamäte. Začali sme aktivitou „Vševedko“, na ktorej naše obyvateľky riešili rôzne „Cvičenia na aktivizáciu krátkodobej pamäti“ a v zariadení podporovaného bývania úspešne zvládli „Matematického klokanu.“



**Druhou aktivitou sme  
trénovali mozog  
ovocno-zeleninovými  
„Hmatovými a  
chuťovými hádankami“**



**TÝŽDEŇ  
MOZGU**  
14. – 20. marca

**2022**



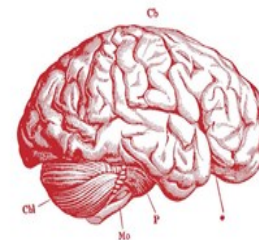


**TÝŽDEŇ  
MOZGU** | 2022  
14. – 20. marca

# Mýtus vs. Fakt



V tretej aktivite pripravili sociálni pracovníci dvadsať populárnych výrokov pre obyvateľky zariadenia o mozgu, pri ktorých hádali či ide o “Fakt alebo mýtus”



**TÝŽDEŇ  
MOZGU** | 2022  
14. – 20. marca



**Štvrtá aktivita na precvičovanie mozgu a pamäti -  
„Psychomotorický padák pri senioroch“.  
Psychomotorika pozitívne ovplyvňuje radosť  
z vykonávania pohybových aktivít, posilňuje  
sebavedomie seniorov a vytváranie nových  
sociálnych vzťahov.**



**TÝŽDEŇ  
MOZGU**  
14. – 20. marca | **2022**

**Piatou aktivitou bol „Psychomotorický padák s obyvateľkami zo zariadenia podporovaného bývania a samostatných bytov“.**

**Psychomotorika je forma pohybovej aktivity, ktorá je zameraná na prežívanie pohybu. Vede k poznávaniu vlastného tela, okolitého sveta, k zážitkom pohybových aktivít a tréningu pamäte.**





**TÝŽDEŇ  
MOZGU** 2022  
14. – 20. marca

**Šiesta aktivita na ambulantnej forme – „Pohybové pexeso“. Vďaka primeranej a pravidelnej mentálnej námahe naše mozgové bunky doslova kvitnú 😊**





**Siedma aktivita – „Turistika na horskom vzduchu“. Zlepšuje krvný obeh vrátane mozgu a po každej „pohybovej terapii“ fungujú mozgové centrá zodpovedné za vnímanie a spracovanie informácií oveľa lepšie.**



**TÝŽDEŇ  
MOZGU**  
14. – 20. marca 2022

