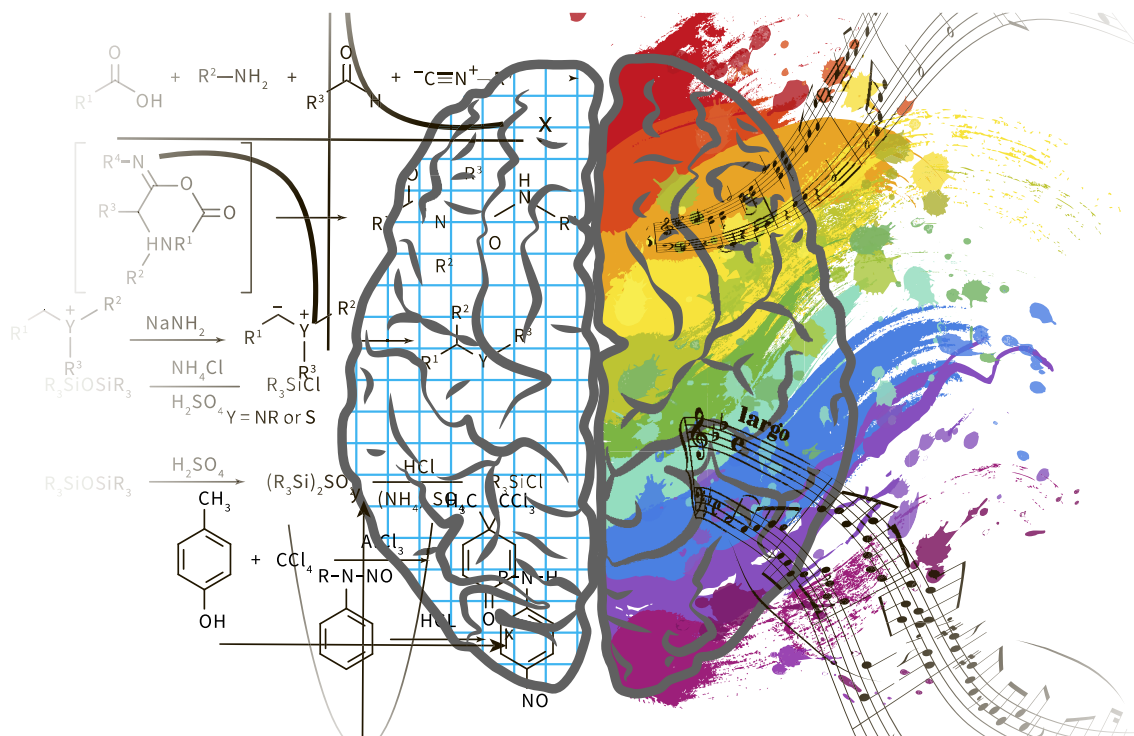




Ochutnávka paměťového tréninku zcela zdarma ve čtvrtek 14. března 2024

Česká společnost pro trénování paměti a mozkový jogging vyhlašuje **od pondělí 11. 3. 2024 do neděle 17. 3. 2024 Národní týden trénování paměti**, a to v rámci celosvětové akce Brain Awareness Week (Týden uvědomění si mozku), již od roku 1996 pořádá organizace Dana Alliance for the Brain.

Díky této celotýdenní akci se veřejnost přístupnou a srozumitelnou formou seznamuje s nejnovějšími poznatky týkajícími se výzkumu mozku a paměti. Všichni zájemci navíc mají možnost prostřednictvím osvětových přednášek, jež se konají zdarma po celé ČR, vyzkoušet si, že cesta ke zdokonalení paměti je nejen snadná, ale také dobrodružná a zábavná. Trénování paměti s využitím **jednoduchých, přitažlivých a zároveň vysoce efektivních mnemotechnik**, jejichž původ sahá až do antických hlubin, je zkrátka úžasným nástrojem bojujícím proti mentální deterioraci, slábnutí paměti a kognitivních schopností a podporujícím duševní svěžest, spolupráci obou mozkových hemisfér, budování rezervní mozkové kapacity i zdravého sebevědomí.

Máte-li zájem **dozvědět se víc a zcela zdarma zjistit**, v čem trénování paměti spočívá a jak vám může pomoci, zavítejte na **ukázkovou 90minutovou lekci**, která se koná **v aule Základní školy a Mateřské školy ZRAK, nám. Míru 19, Praha 2, a sice ve čtvrtek 14. března od 15.30 do 17.00 h.**

Lekci povede **Mgr. Šárka Kociánová**, certifikovaná trenérka paměti II. stupně, členka České společnosti pro trénování paměti a mozkový jogging a též manažerka a lektorka projektu Vzdělávání pro školy i rodiny (www.vzdelavameskoly.cz).

Těšíme se na vás!