



POZVÁNKA NA ODBORNÝ SEMINÁŘ
MOZKOVÝ JOGGING
- trénink paměti

který se koná

29. dubna 2019

od 9.00 do 15.30 hodin, prezenze účastníků od 8.45 hodin

Sociální služby Praha 9, z. ú.
Hejnická 538, 190 00 Praha 9 - Střížkov

Akreditovaným seminářem v rozsahu 8 hodin bude provázet

MgA. Bc. Lenka Čurdová

Účastníci tohoto semináře získají povědomí o vztahu paměti s pozorností, představivostí, motivací, emocí, životosprávou a stárnutím. Během kurzu se účastníci naučí používat techniku Mind Mapping k řešení problémů. Dozví se, jak si osvojit základní mnemotechnické pomůcky pro využití potenciálu paměti. Získají návod, jak si zapamatovat chtěné a zapomenout na nechtěné. Získané poznatky budou moci uplatnit nejen v osobním životě, ale i v práci se seniory v rámci aktivizačních činností.

Obsah semináře:

- Mozek a paměť
 - Možnosti našeho mozku
 - charakteristické rysy jednotlivých typů paměti
 - Vztah životosprávy, duševní pohody a paměti
- Trénink mozku
 - Kreativní cesty tréninku mozku a zapamatování
 - Test pozornosti
- Představivost a asociace
 - Síla představivosti, asociace a motivace
 - Pravidla mentálních map (7 kroků k tvorbě mapy)
- Praktický nácvik
 - Praktický nácvik mnemotechnických pomůcek (čísla, hesla, data, kalendář;...)

Cílová skupina: pracovník v sociálních službách, sociální pracovník, zdravotnický pracovník

Cena: pro členy APSS ČR - 890 Kč za osobu, pro nečleny APSS ČR - 1290 Kč za osobu

Na semináři bude zajištěno malé občerstvení.

Elektronický formulář přihlášky, storno podmínky a více informací o semináři je uvedeno na www.institutvzdelavani.cz.