



**Magiczny
Kraków**

Gimnastyka mózgu - DPS, ul. Radziwiłłowska 8

2022-08-23

Gimnastyka mózgu, fitness umysłu, aerobik szarych komórek... Kilka nazw na określenie zajęć stymulujących procesy poznawcze.

Mogą mieć one charakter zajęć grupowych lub indywidualnych. W czasie ćwiczeń grupowych wspólnie tworzymy łańcuchy słów, rozwiązujemy krzyżówki, quizy i rebusy, a wszystko w atmosferze zabawowej rywalizacji. Zajęcia takie nie tylko pobudzają "szare komórki", ale poprawiają poczucie własnej wartości, polepszają kontakty interpersonalne i zabijają nudę.

Zajęcia indywidualne opierają się na elementach kinezylogii edukacyjnej, a także zeszytach rehabilitacji funkcji poznawczych. Dobierane są każdorazowo do potrzeb i zainteresowań Mieszkańca.