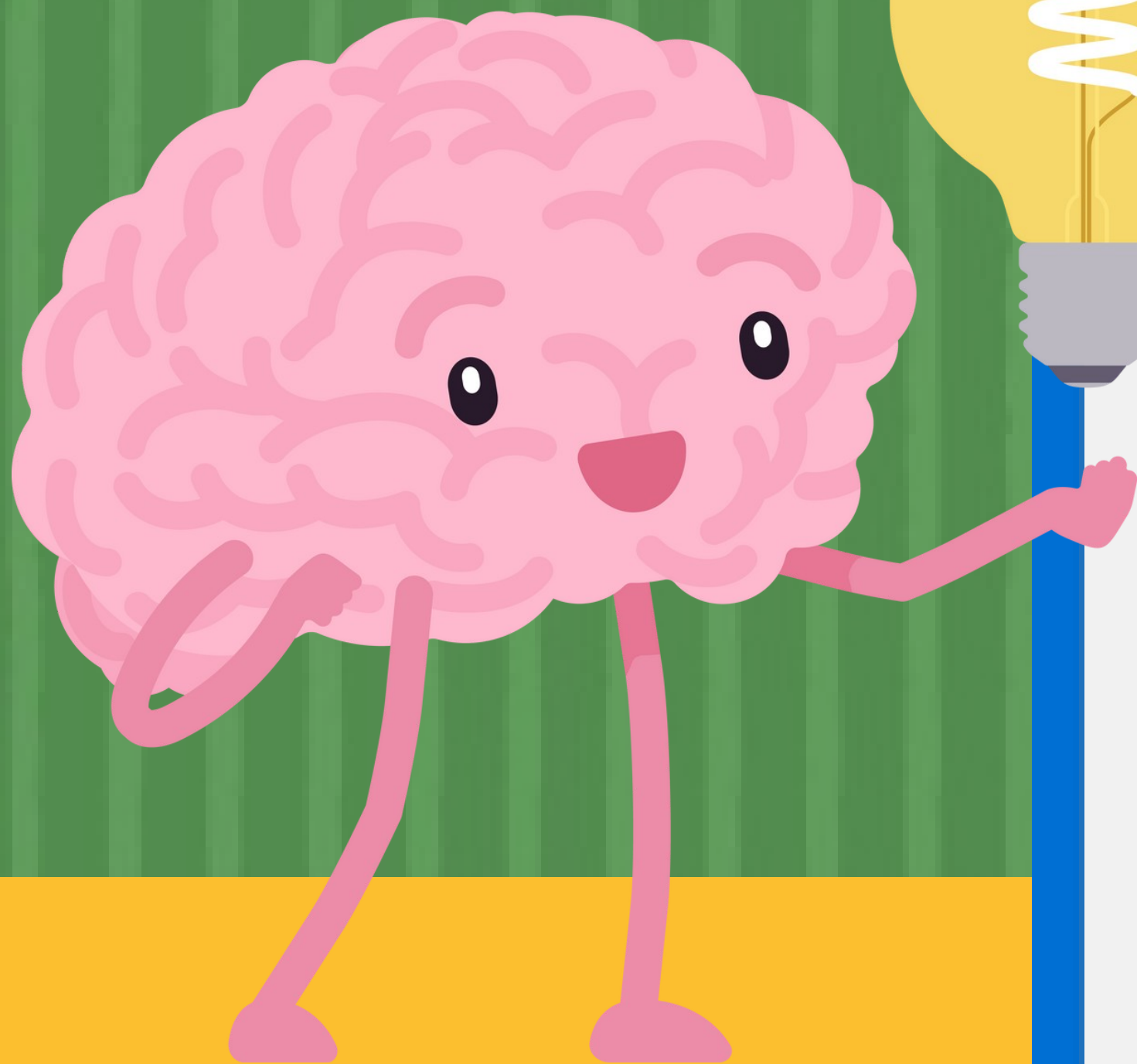




Программа социальной
реабилитации

Фитнес для Мозга

Цель программы



**Комплексное развитие
межполушарного
взаимодействия,
восстановление и тренировка
когнитивных функций.**

Задачи программы

- **Активизировать мыслительные процессы** через развитие памяти, внимания, восприятия, воображения, речи.
- **Развивать практические навыки** фокусировки внимания при чтении, при прослушивании и просмотре информации, вспоминания необходимого и забывания ненужного.
- **Развивать все виды памяти и внимания.**
- **Повышать скорость обработки** и объём запоминаемой информации.
- **Развивать гибкость и нестандартность мышления.**
- **Знакомить с приёмами** эффективной работы с разнообразной информацией: тексты, цифры, изображения, списки, географические названия и т. д..

Целевая аудитория

Получатели

социальных услуг

отделения

социальной

реабилитации

Участники

проекта

«Активное

долголетие»

Тренируем мозг



Направления и методики



Нейрогимнастика

Речевая и дыхательная гимнастика

Физические упражнения

Решение логических задач

Тренинги

Игры

Медитативные практики

Лекции и беседы о здоровом и активном образе жизни

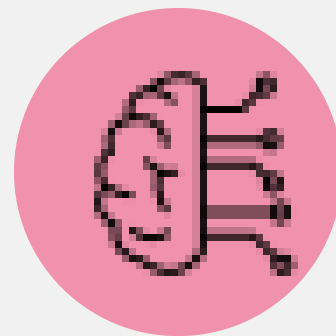
Эффект от занятий



**Повышение
концентрации
внимания**



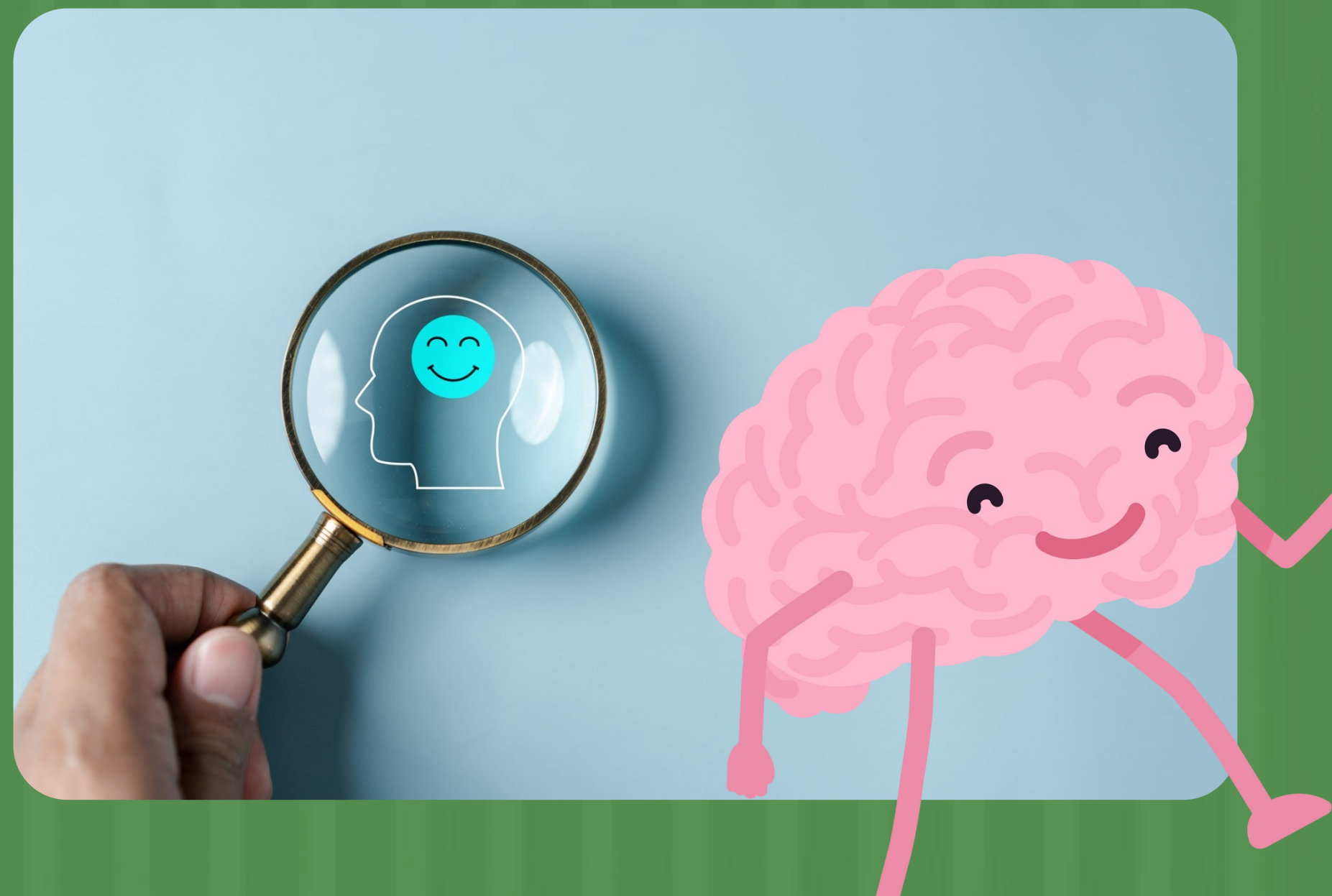
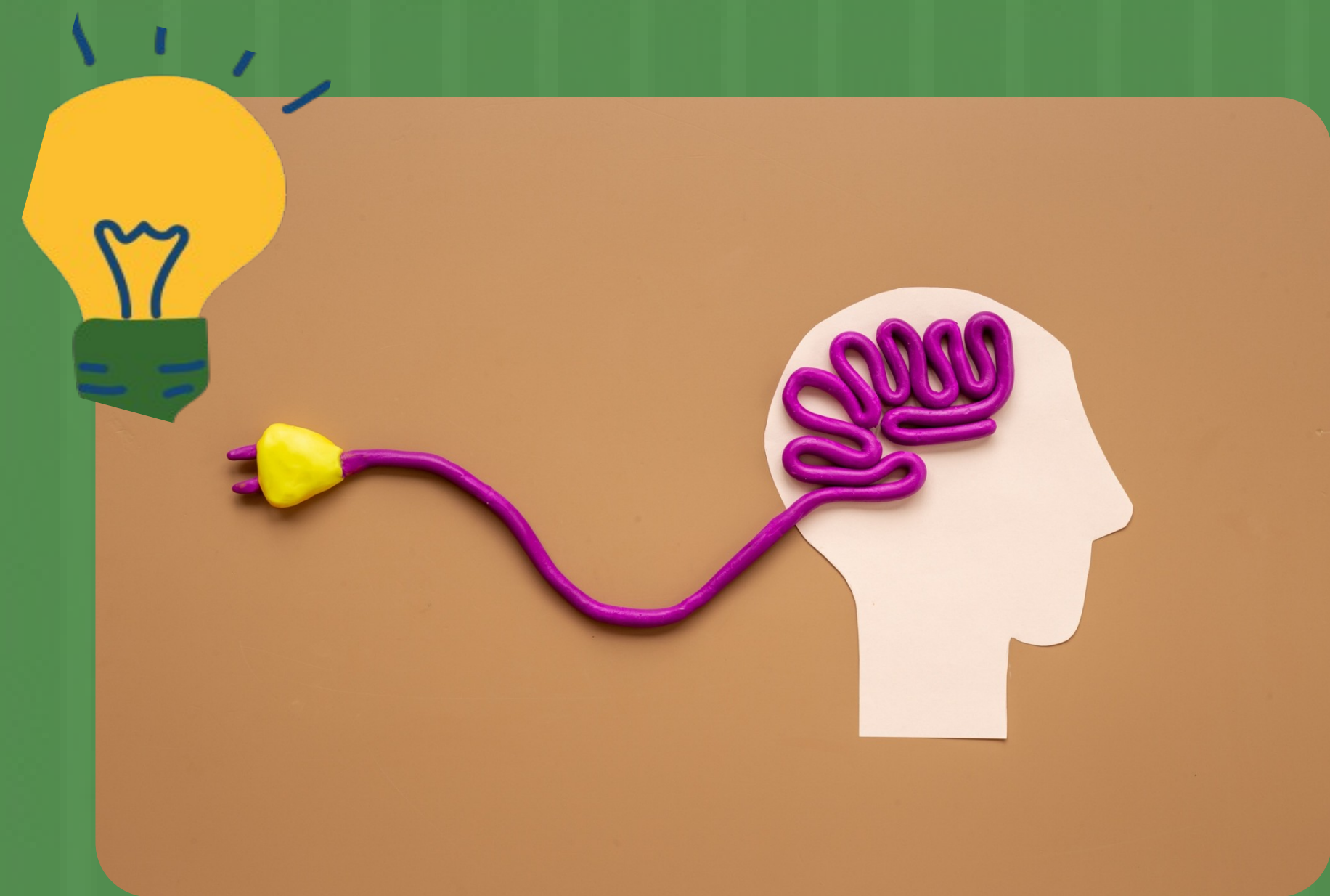
**Повышение энергии
и положительных
эмоций**



**Рост нейронных
связей**



Улучшение памяти



КОНТАКТНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Комплексный центр социального обслуживания и реабилитации «Талдомский»

Адрес: 141901, Московская область, г. Талдом,
м-н Юбилейный, д.46А

Телефон: 8-496206-40-90

Почта: gbsuso.tldberezca@mosreg.ru

Здесь вы найдете полезную и актуальную информацию о жизни нашего центра.

Сайт: berezka-tdi.ru

Телеграмм канал: t.me/kcsorTaldomskiy

