**TISKOVÁ ZPRÁVA**

**MOZKOHRANÍ VE VOLNOČASOVÉM KLUBU ARCHA V NÁMĚŠTI NAD OSLAVOU**

**15. září 2021, Volnočasový klub ARCHA, Penzion Náměšť nad Oslavou**

Dne 15. září 2021 jsme v rámci projektu „SOCIÁLNÍ PLÁNOVÁNÍ NA ÚZEMÍ MAS OSLAVKA“ uspořádali ve spolupráci s Volnočasovým klubem Archa Oblastní charity Třebíč setkání pro seniory ze zájmového území akci MOZKOHRANÍ. V rámci akce si mohli senioři protrénovat svůj mozek a vyzkoušet si hračky z Mozkoherny Mgr. Evy Fruhwirtové. Trénink je vhodný pro všechny bez rozdílu věku. Posiluje paměť, zlepšuje koncentraci, rozvíjí kreativitu, vede k lepšímu zvládání krizových situací a udržuje mentální kondici. Kombinují se zde osvědčené metody s moderními neurotechnologiemi. K tréninku byly využity [mozkohračky](https://www.mindball.eu/produkty/mozkohracky/), EEG přístroje, [neurotechnologie](https://www.mindball.eu/produkty/neurotechnologie/), [Mindball](https://www.mindball.eu/produkty/mindball/), speciálně připravené pracovní listy a techniky z oblasti mentálního tréninku. Součástí programu byly psychomotorické cviky, uvolňovací techniky a další metody posilující mozek a propojení hlavy a těla. Senioři si celé dopoledne velmi užili a uvítali by, kdyby se podobné akce konaly v Náměšti nad Oslavou a okolí častěji.





****