

Siłowania pamięci



Siłowania pamięci

Data publikacji
07.02.2020 08:00

Fundacja Pracownia Badań i Innowacji Społecznych „Stocznia”, realizująca projekt "Siłownia Pamięci", dofinansowany ze środków ASOS, stworzyła materiały

wspierające ćwiczenie pamięci oraz terapię reminiscencyjną podczas zajęć dla seniorów. Praktyczny i bezpłatny narzędziownik zawiera różnorodne materiały przydatne w przygotowaniu i prowadzeniu treningów umysłu z seniorami. Zostały one opracowane z myślą o terapeutach, pedagogach, psychologach czy pracownikach socjalnych z bogatym doświadczeniem, jak i animatorach, bibliotekarzach, pracownikach domów kultury czy centrów aktywności niespecjalizujących się w treningach umysłu. Materiały Siłowni Pamięci umożliwiają także osobom bez żadnego doświadczenia – opiekunom, członkom rodziny, znajomym – korzystanie z ćwiczeń, które mogą pozytywnie wpłynąć na samopoczucie i kondycję poznawczą seniora.

Na Siłownię Pamięci składa się poradnik, ćwiczenia, scenariusze zajęć oraz aplikacja MEMO.

Poradnik stanowi niezbędne wprowadzenie do treningu umysłu, a zawarte w nim informacje na temat rodzajów, funkcji i metodyki prowadzenia zajęć stanowią pomocne wskazówki w dostosowaniu ćwiczeń do potrzeb i możliwości seniorów.

Do pobrania: [tutaj](#)

Ćwiczenia wraz kartami pracy są gotowym materiałem do treningu umysłu. To wygodne w użyciu i bezpłatne materiały, które pozwolą poprowadzić ciekawy i efektywny trening umysłu w grupie seniorów.

Do pobrania: [tutaj](#)

Scenariusze zajęć stanowią propozycję zajęć grupowych na cały rok kalendarzowy. Każde zajęcia mają swój temat przewodni oraz stałą strukturę zapewniającą uczestnikom poczucie bezpieczeństwa.

Do pobrania: [tutaj](#)

MEMO to rodzina trzech aplikacji na tablet, stworzona dla seniorów i z ich udziałem. Mimo że aplikacje zostały stworzone do pracy indywidualnej, można je z powodzeniem wykorzystywać w pracy grupowej. Wszystkie są dostępne za darmo.

Do pobrania: [tutaj](#)

Źródło: <https://www.silowniapamieci.pl/>

Grafika: <https://pixabay.com/pl/>

- [PDF](#)
- [Drukuj](#)
- [Share](#)

- [Więcej aktualności](#)
- [Archiwum aktualności](#)