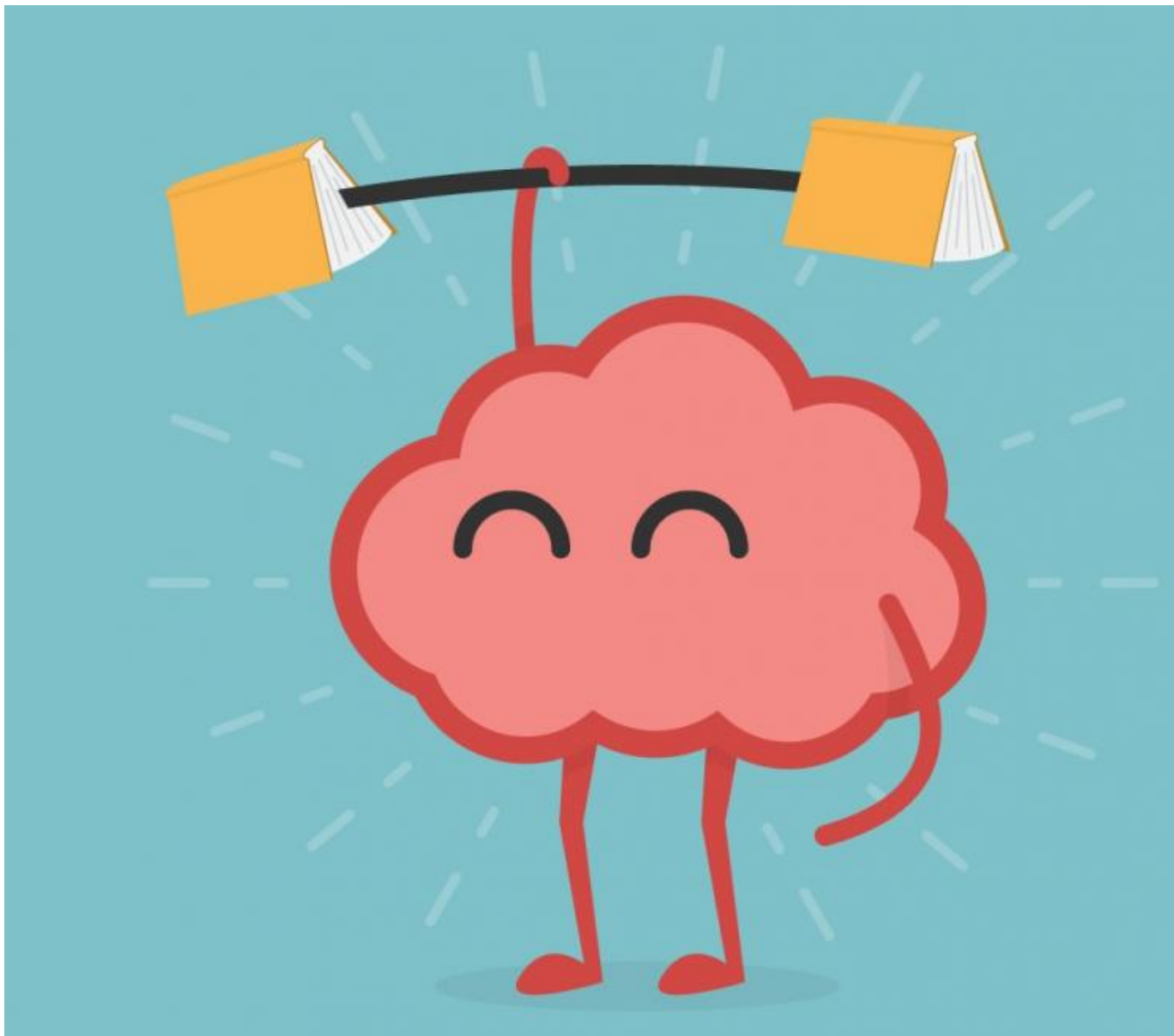


## Ćwiczenia umysłowe dla osób starszych



## Ćwiczenia umysłowe dla osób starszych

Data publikacji  
10.03.2022 10:34

## **Zestaw ćwiczeń dla Seniorów w czasie miesięcznego wyzwania dla umysłu.**

Zapraszamy do zapoznania się z zestawem ćwiczeń umysłowych dla osób starszych na witrynie internetowej psychologdlaseniora.pl. Miesięczne wyzwanie dla umysłu zawiera zarówno ciekawe ćwiczenia jak i inspirujące artykuły. Zadania można wypełniać samodzielnie i realizować każdego dnia, zaczynając najlepiej od pierwszego.

Zarówno ćwiczenia jak i planer, który ułatwi organizację i zaplanowanie bieżących zadań, znajdują się do pobrania na witrynie internetowej

<https://psychologdlaseniora.pl/>.

**Ćwiczenia** <https://psychologdlaseniora.pl/category/artykuly/>

**Planer** [https://psychologdlaseniora.pl/wp-content/uploads/2022/01/miesieczne-wyzwanie-dla-umyslu\\_planner\\_kolor\\_2022.pdf](https://psychologdlaseniora.pl/wp-content/uploads/2022/01/miesieczne-wyzwanie-dla-umyslu_planner_kolor_2022.pdf)

Autorem wyzwania i ćwiczeń dla Seniorów jak i całego artykułu na ten temat jest psycholog Piotr Łącki.

[Więcej informacji.](#)

Źródło: <https://psychologdlaseniora.pl/wyzwanie-umyslowe-2022/rozne-cwiczenia-umyslowe-dla-osob-starszych/>  
Grafika: <https://pl.freepik.com/>

- [PDF](#)
- [Drukuj](#)
- [Share](#)
  
- [Więcej aktualności](#)
- [Archiwum aktualności](#)