

Mnemotechniki w Klubach Seniora.



Fundusze Europejskie
dla Świętokrzyskiego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



WOJEWÓDZTWO
ŚWIĘTOKRZYSKIE

Ćwiczenia mózgu są dla seniorów bardzo ważne, ponieważ spowalniają starzenie się umysłu, poprawiają pamięć i koncentrację, zmniejszają ryzyko demencji, wspierają samodzielność, poprawiają nastrój, ułatwiają komunikację oraz zachęcają do aktywnego i satysfakcjonującego życia.
