

**NA PŘEDNÁŠKU V RÁMCI
CELOSVĚTOVÉ AKCE „TÝDEN UVĚDOMĚNÍ SI MOZKU“
A NÁRODNÍHO TÝDNE TRÉNOVÁNÍ PAMĚTI**

**Přijďte se dozvědět něco víc o možnosti trénování paměti
a vyzkoušet si vybrané techniky a praktická cvičení**

Kdy: Středa 15. března 2023 od 17.30 do 18.30 hod.

Kde: Místní knihovna, Semilská 546, Praha 9

Trénování paměti je efektivní nástroj proti zhoršování výkonnosti paměti a kognitivních funkcí, a zároveň účinná cesta ke zvýšení