



MASARYKOVA UNIVERZITA
UNIVERZITA TŘETÍHO VĚKU

Vážení přátelé,
nad rámec základního programu U3V vám ve spolupráci se společností DONASY s.r.o. nabízíme:

Techniky dobré paměti

Počet účastníků: maximálně 25 osob
Lektoři: Mgr. Miroslava Dohnalová, Ing. Zbyněk Dohnal
Termín: 18. 2. – 11. 3. 2013, vždy v pondělí od 9:00 – 11:30 hod.
(18.2., 25.2., 4.3., 11.3.)
Místo konání: Kounicův sál, 5. patro, Rektorát MU, Žerotínovo nám. 9, Brno
Cena: 350,- Kč

Cíle semináře:

- poskytnout základní informace o tom, jak funguje paměť, jak nás v průběhu života zrazuje a proč právě s určitými informacemi paměť pracuje lépe, než s informacemi jinými,
- na praktických příkladech a cvičeních ukázat, jak je možné nejen všestranně zvyšovat výkon mentální práce, ale i pozitivně ovlivňovat celkový rozvoj osobnosti, kreativitu a výkon učení každého (bez rozdílů věku), kdo tyto techniky používá.

Tematické okruhy:

- Úvod k technikám dobré paměti
- Rozvoj technik dobré paměti
- Cvičení paměti pro duševní rovnováhu
- Sociální mozek

Naučíte se:

- Základní techniky dobré paměti pro každý den.
- Jak si zapamatovat kalendář na celý rok, jména, telefonní čísla, události.
- Používat cvičení smyslové paměti k relaxaci.

Zájemci se mohou přihlásit v kanceláři Univerzity třetího věku MU, Komenského nám. 2, 2. patro, dveře č. 217. Kurzovné je nutno zaplatit před zahájením kurzu.

Úřední hodiny jsou Po, St: 9:00 – 11:00, Út, Čt: 13:00 – 15:00 hod.

Ing. Bc. Barbora Hašková, v.r.
Manažer pro koordinaci ČŽV

Mgr. Miroslava Dohnalová, v.r.
odborný garant kurzu