

Нейробика

Практикум по «Нейробике» в рамках месячника профилактики факторов риска для пожилого человека, провела логопед Наталья Акишина 19 октября для сотрудников Дома ребенка.

Она познакомила с новой методикой развития нейронных связей. Нейробика — это комплекс простых упражнений, которые способствуют улучшению памяти, дают дополнительную энергию и повышают работоспособность нашего мозга в любом возрасте.

Под руководством специалиста в ходе мероприятия сотрудники выполнили комплекс упражнений и специальных заданий.

«Основным отличием данной методики от многих других является то, что упражнения нейробики направлены на широкое использование всех пяти органов чувств человека. Это способствует улучшению качества жизни у лиц пожилого возраста», - прокомментировала Наталья Петровна.





