

Pro koho jsou Masáže paměti určeny?

Semináře s výcvikem jsou určeny všem lidem, kteří chtějí zvýšit svůj mentální výkon, zlepšit své tvůrčí a kreativní schopnosti a mají zájem se učit pracovat s **technikami dobré paměti**. Používání těchto technik nejen pomáhá při učení, ale významně ovlivňuje naši schopnost si zapamatovat a opět si vybavit „uložené“ informace.

Semináře jsou koncipovány tak, aby se účastníci dozvěděli základní informace o mozku, fungování paměti, příčinách toho proč a kdy paměť selhává a jak se dá zvýšit výkon paměti v každodenním životě.

Úvodní Masáže paměti 1 a 2 vysvětlují zejména evoluční a biologické příčiny fungování paměti, co paměti pomáhá a co naopak „škodí“. Pomocí jednoduchých technik si lze ověřit, jak je naše paměť dokonalá.



Další Masáže paměti jsou rozděleny tématicky a zaměřují se na procvičení různých oblastí fungování paměti. Pomocí pokročilejších **technik dobré paměti**, jež vyžadují určitý nácvik a praxi, si ukážeme praktické

techniky, které lze používat v běžném každodenním životě bez ohledu na věk.

Neučíme účastníky lámat rekordy v pamatování. Semináře jsou vedeny tak, aby si účastníci ověřili, že čím více techniky dobré paměti budou používat, tím lépe a snadněji je budou ovládat. Je to dáno i tím, že tyto techniky využívají ve větší míře funkce mozku, kterými ho vybavily miliony let evoluce.

Techniky dobré paměti neslouží jen k tomu, aby si člověk lépe pamatoval, ale aby se naučil vnímat život v rozměrech a dimenzích, které mu bez těchto dovedností zůstávají skryty.



Akademie trénování paměti

DONASY S.R.O.

Poštovní adresa:

Chopinova 13

623 00 Brno

www.donasy.cz

www.radialnimysleni.cz

Telefon: +420 602 730 976

+420 602 367 076

Fax: +420 530 319 083

E-mail: dohnal@donasy.cz

mdohnalova@donasy.cz

Organizační informace a přehled akcí najdete na:

www.akademietrenovanipameti.cz

DONASY S.R.O.

Masáže paměti

Techniky zvyšování kognitivní kondice

www.radialnimysleni.cz

Masáže paměti

cesta k všestrannému rozvoji mentálních dovedností.

Co jsou masáže paměti?

Masáže mozku jsou připravovány jako cyklus přednášek se zaměřením na poskytnutí základních vědomostí o tom, jak funguje paměť, jak nás v průběhu života zrazuje a proč právě s určitými informacemi paměť pracuje lépe než s informacemi jinými. K procvičení lepší funkce paměti jsou používány různé techniky, které nazýváme „**techniky dobré paměti**“. Tento název jsme zvolili, protože každý zdravý člověk disponuje velmi dobrou pamětí, ale ne každý ji umí správně používat.

Přednášky nejsou zaměřeny pouze na zlepšení pamatování toho co nás nejvíce trápí, jako například jména, názvy, čísla, ale snažíme se procvičovat funkci paměti všestrannějším způsobem.

Aniž bychom si to uvědomovali, každý den pracujeme s pamětí pro naučené dovednosti (procedurální paměť). Senzorická paměť zaznamenává zvuky, barvy, vůně, chutě, doteky, citová paměť registruje naše emoce, „sociální mozek“ ukládá do paměti informace o vztazích k jiným lidem ap. Řada mozkových funkcí má kořeny hluboko v evolučním vývoji člověka. Některé z těchto znalostí je pak možné využívat při „přeprogramování“ mozkové činnosti i u člověka moderní industriální společnosti tak, aby lépe zvládal příjem a ukládání informací z každodenního života, který ho obklopuje.

Paměť sama o sobě je nesmírně složitý komplex vzájemně propojených funkcí mozku. Smyslem cyklu přednášek **Masáže paměti** je objasnit a vysvětlit podstatu a hlavní příčiny fungování nebo nefungování paměti a ukázat způsoby a cestu, jak je možné s pamětí lépe pracovat.

Techniky dobré paměti se zaměřují na různé aspekty procvičování (masírování) paměti tak, aby se nejen všestranně zvyšoval výkon mentální práce, ale aby používání **technik dobré paměti** mělo také pozitivní vliv na rozvoj osobnosti, kreativitu a výkon v učení u každého, kdo tyto techniky používá.

Změna vyžaduje energii a čas

Jako všechno, oč člověk v životě usiluje, vyžaduje i změna mozkové práce, tedy změna ve způsobu myšlení, třídění, ukládání a vyvolávání informací z paměti, energii a čas.

Máme pro vás dvě zprávy: (i) Ta horší je, že něco jako brýle na paměť neexistuje. (ii) Ta dobrá zpráva je, že některé techniky pro zlepšení funkce paměti jsou velmi jednoduché a fungují okamžitě.

Masáže paměti č. 1 a 2 jsou zaměřeny na vysvětlení a procvičení základních technik dobré paměti, které může zvládnout každý. Na tématických přednáškách **č. 3 až 7** postupně přidáváme kombinované techniky, jejichž zvládnutí vyžaduje určitý čas a cvik. Trénováním a dlouhodobým používáním se změní způsob práce mozkové činnosti a používání těchto technik se stane přirozené s nemalým přínosem ve zvýšení mentálního výkonu každého, kdo techniky dobré paměti používá.

Masáže paměti - semináře

www.akademietrenovanipameti.cz - „Přehled akcí“

- Masáže paměti č. 1 - 5 jsou akreditovány MŠMT ČR jako cyklus „Techniky zvyšování kognitivní kondice I. a II.“
- Masáže paměti č. 1 až 8 jsou akreditovány MPSV ČR jako cyklus „Techniky zvyšování kognitivní kondice I., II. a III.“

Techniky zvyšování kognitivní kondice:

- Masáže paměti 1 - Úvod k technikám dobré paměti
- Masáže paměti 2 - Rozvíjení technik dobré paměti
- Masáže paměti 3 - Sedm hříchů paměti podle Schactera
- Masáže paměti 4 - Cvičení paměti pro duševní rovnováhu
- Masáže paměti 5 - Cvičení paměti uměním s Janem Skácelem
- Masáže paměti 6 - Sociální mozek a kořeny lidského jednání
- Masáže paměti 7 - Techniky dobré paměti pro lepší učení
- Masáže paměti 8 - Myšlenkové mapy - grafický výstup radiálního myšlení

Masáže paměti č. 8 jsou zaměřeny na používání myšlenkových map. Jedná se o velmi silný nástroj využívající grafické ztvárnění způsobu radiálního myšlení. Radiální vzory příroda využívá velmi často jako energeticky výhodné řešení. Stejně schématu využívají i toky signálů a informací v mozku. Vytváření myšlenkových map je efektivní a účinný nástroj pro hledání tvůrčích řešení, k analýze problémů a velmi usnadňuje a urychluje učení.

Organizační informace:

Místo konání jednotlivých seminářů je upřesněno v kalendáři akcí a v letáku, který je k dispozici k dané akci v **kalendáři akcí**. Kalendář si zobrazíte na stránkách www.akademietrenovanipameti.cz - „přehled akcí“. Kliknutím na název příslušné akce se otevře nové okno s kalendářem akcí Akci vyhledáte v kalendáři podle data konání.

Registrovat se lze na veřejné semináře uvedené v kalendáři akcí podle **čísla akce** na níže uvedené e-mailové adrese.

Účastníci, kteří požadují vystavení daňového dokladu uvedou tento požadavek při registraci a doplní nezbytné údaje : **č. akce, FIRMA, adresa sídla včetně PSČ, IČ, DIČ a jméno, příjmení, titul účastníka.**

Způsob platby

- Platba v hotovosti před akcí.
- Platba bankovním převodem je možná po předchozí registraci, na jejím základě obdrží přihlášený účastník variabilní symbol pro platbu.

Cena za účastníka (tyto ceny neplatí pro akreditované programy, pokud je vyžadováno vydání osvědčení o absolvování).

<input type="checkbox"/> Cena neregistrovaného účastníka	220,- Kč	Bankovní spojení: ČSOB, a.s., č.ú.: 196076049/0300
<input type="checkbox"/> Cena registrovaného účastníka	180,- Kč	VS - na základě registrace KS - 0558
<input type="checkbox"/> Senioři nad 60 let, studenti, maminky na mateřské dovolené	140,- Kč	

Seminář se koná pro minimálně 8 přihlášených účastníků.

Masáže paměti je možné po předchozí dohodě realizovat pro zájemce jako samostatné akce i na jiném místě, při minimálním počtu 12-ti účastníků. Při dohodnuté pevné ceně není min. počet účastníků omezen.

REGISTRACE NA SEMINÁŘE

Účastníci se mohou na jednotlivé Masáže paměti zaregistrovat odesláním registrace na e-mailovou adresu: kurzy@radialnimysleni.cz

Při registraci uveďte **číslo semináře** (uvedeno v přehledu akcí na www.akademietrenovanipameti.cz), **počet** přihlášených účastníků a jejich **jméno a příjmení, telefonický kontakt a e-mailovou adresu**. V případě, že požadujete **daňový doklad**, uveďte informace uvedené výše v organizačních informacích.