



## [Мероприятия](#)

# Когнитивное здоровье пожилого человека #ЗдоровоеСтарение

[10.08.2023 admin Редактировать](#)

А Ваш пожилой родственник тренирует память, внимание, речь?

Когнитивное здоровье пожилого человека является важнейшим фактором автономии и независимости от сторонней помощи. Для профилактики когнитивных нарушений в пожилом возрасте стоит уделять внимание интеллектуальному труду, тренировать память и внимание, не пренебрегать физической активностью!

Благодаря проекту «Здоровое старение» при поддержке Фонда президентских грантов 60 граждан пожилого возраста, находящихся на социальном обслуживании в течении 10 месяцев будут укреплять свое когнитивное здоровье под контролем психологов и социальных работников АНО «ЦСОН «Сызранский».



Психологами Организации специально для проекта разработаны рабочие тетради «Как сохранить твердый ум и ясную память». Тетрадь — это инструмент, который поможет сохранять и усиливать остроту ума и памяти, развивать творческие способности, совершенствовать коммуникативные навыки и повышать силу воли. Более 60 страниц с заданиями позволят ежедневно тренировать свой мозг.

Напоминаем, что проект «Здоровое старение» проходит при поддержке Фонда президентских грантов, участие в проекте для граждан пожилого возраста безвозмездное!!!

Юлия Акимова, специалист по социальной работе