



Univerzita Palackého
v Olomouci



BLÍZKÁ SETKÁNÍ TŘETÍHO VĚKU aneb Praktická univerzita zdraví pro všechny lidi zralého věku

PEVNOST POZNÁNÍ | Interaktivní muzeum vědy Univerzity Palackého | 17. listopadu 7
9.–10. ZÁŘÍ 2016 | začátky gominutových lekcí vždy v 10:00, 13:00 a 16:00 hodin

Zveme Vás na ukázkové lekce nového vzdělávacího cyklu spolku Pro poznání, který bude od poloviny září součástí programové nabídky interaktivního muzea vědy Pevnost poznání.

Lektoři Vás zábavnou formou provedou třemi tematickými oblastmi: fyziologií lidského těla, mozkovým joggingem a fyzioterapií, jak je neznáte. Propojením těchto oblastí získáte praktické znalosti a dovednosti, které přirozenou cestou zpomalují, či dokonce zastavují nástup neduhů, které s sebou věk přináší.

Díky interaktivnímu programu porozumíte svému tělu jako celku, který stojí a padá na rovnováze fyzického a duševního zdraví. Poznáte, jak funguje mozek, srdce nebo jiný orgán našeho těla. Dozvíte se, jak svůj mozek trénovat a proč je pro jeho fungování tak důležitý pohyb a důmyslná koordinační cvičení.