

## ШКОЛА ПАМЯТИ

Многие из нас, заботясь о своём здоровье, проходят регулярные медицинские обследования. Профилактика заболеваний сердца, суставов, глаз и других важных органов становится важной частью повседневной жизни. При этом, уделяя внимание телу, мы часто забываем о **психическом благополучии** – не бережём свою **память**, а также **мышление и внимание**. При этом звучат ссылки на возраст – мол, «память, конечно, уже не та». И далеко не все знают о том, что привычные нам «возрастные нарушения» - не всегда норма, и очень важно вовремя отследить их появление.

В этом – залог долгой полноценной жизни!

### **Мы приглашаем Вас проверить свою память.**

**Школа памяти** – это комплекс мероприятий, направленный на:

1. Раннюю диагностику «возрастных нарушений», требующих внимания специалистов;
2. Тренировку внимания, памяти и мышления;
3. Поддержание навыков эффективного общения;
4. Улучшение работы мозга;
5. Социально-психологическую и психотерапевтическую помощь.

Если Вы заметили, что Ваш **близкий человек** изменяется в поведении, перестаёт справляться с повседневными делами, проявляет забывчивость, не в состоянии научиться новому, теряет прежние интересы и, таким образом, **требует всё больше Вашего внимания и ухода** – не стесняйтесь обратиться к специалистам! Возможно, вместе нам удастся избежать многих проблем.

В Школе памяти для родственников предусмотрены **психообразовательные занятия**, а также **группы поддержки** и индивидуальные психологические и социальные **консультации**. Особое внимание уделяется семьям, ухаживающим за лежачими больными.

Получить дополнительную информацию и записаться можно по телефонам:

314-03-68, 314-04-21

Запись осуществляется по будним дням с 10 до 19.

Школа памяти начинает свою работу с апреля 2016 года.

Все занятия проводятся **БЕСПЛАТНО** в первый и третий вторник месяца.

Ждём Вас по адресу: Подъездной пер., д.21, каб.22 (второй этаж).

**ДОБРОГО ВАМ ЗДОРОВЬЯ!**