



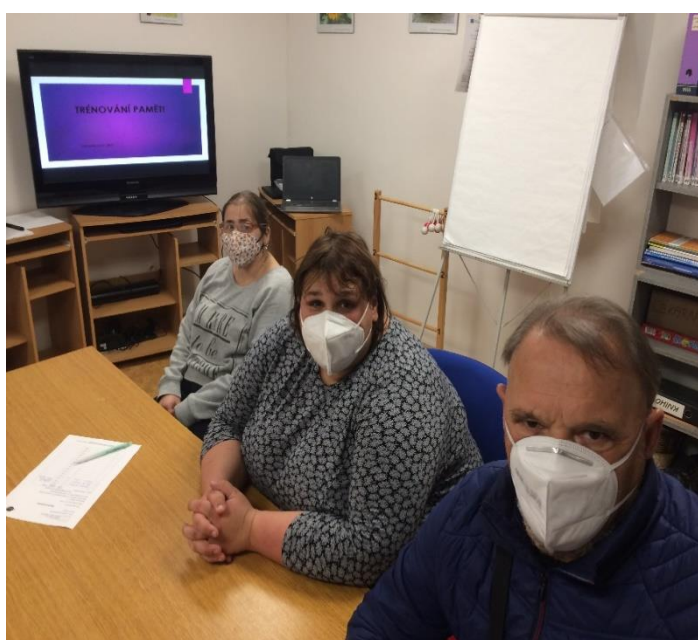
CZ.03.1.48/0.0/0.0/18_090/0012525

Cesta ke změně III

Job klub Jindřichův Hradec, 19. 11. 2021,

„Trénování paměti“

Dne 19. 11. 2021 se v organizaci MESADA, z. s. na pobočce Kmentova 90/II, 377 01 Jindřichův Hradec uskutečnil již čtvrtý JOB klub v rámci projektu **Cesta ke změně III** (registrační číslo projektu: **CZ. 03.1.48/0.0/0.0/18_090/0012525**).



Čtvrtého Job klubu se zúčastnilo celkem 5 účastníků – čtyři ženy a jeden muž. Zde byla většina účastníků, kteří mají zaměstnání nebo budou nastupovat do nového.

Na tomto Job klubu jsme se věnovali tématu paměť. Účastníci přicházeli o něco dříve, takže byla možnost si s nimi popovídat samostatně.

Nejprve jsme si řekli krátkou teorii paměti, její druhy, něco o různých faktorech ovlivňujících paměť. Nejzábavnější ale bylo procvičování paměti pomocí různých technik. Každý z účastníků obdržel cvičení, na

kterém jsme zjistili, jakou má paměť. Společně si pak všichni měli zapamatovat předměty, které viděli minutu, a poté se pokusili jich co nejvíce napsat na papír. Někteří nás příjemně překvapili a ukázali, že jim paměť dobře slouží. Bylo to příjemným zpestřením pro nás pro všechny. Na závěr jsme dali těm, kteří se viděli poprvé, aby se poznali. Povídali jsme si o zkušenostech z nynějších pracovních míst, ale také o tom, jak se žije těm, kteří bydlí v chráněných domech v Jindřichově Hradci.

Na závěr jsme se se všemi účastníky rozloučili.