

## Milé luštitelky a luštitelé, účastnice a účastníci online kurzu „NENECHTE SVŮJ MOZEK ZAHÁLET“!



Okolnosti dnešních dní mi neumožnily realizovat přednášky naplánované v rámci tzv. Brain Awareness Week, v České republice konaných pod hlavičkou Národního týdne trénování paměti České společnosti pro trénování paměti a mozkový jogging.

Bylo by marné týden plakat nad zrušením akcí, kde jsme se mohli potkat, raději jsem proto svoji energii vložila do projektu, kde jsme se mohli všichni potkat alespoň online.

A tak už od pondělí spolu procvičujeme Vaše mozkové buňky. Mohli jste se pobavit se sedmi úkoly, na každý den v týdnu jedním. Některá cvičení se Vám mohla zdát lehčí a jiná těžší.

Všechna cvičení, která jsem do našeho online projektu vymyslela a zařadila, vycházejí z mé osobní zásady: musím si je vyzkoušet sama na sobě a až potom můžu chtít, aby je řešil i někdo další.

Hlavní myšlenkou tohoto online kurzu bylo, zaktivizovat Vaši mysl, nenechat Váš mozek zahálet, ukázat mu, že je mnoho cest, jak ho potrénovat i pobavit.

I proto jsem do úvodních informací napsala, že všichni, kteří svoje odpovědi na zadaná cvičení zašlou **do úterý 24. 3. 2020** na adresu **hramozek2020@gmail.com** budou zařazení do slosování o knihu. Kriteriem je tedy záměrně „odpověď“, a ne jenom „správná odpověď“. Jde o to, aby se každý z Vás, kdo má chuť a ochotu mohl zapojit, vždyť naším společným cílem je už samotná cesta.

Cvičení na pondělí a středu byla koncipována tak, že v podstatě každé řešení je správné, protože co člověk, to unikátní, kreativní a nápaditá odpověď.

Jestli Vás potrápila, nebo ještě stále trápí úterní tabulka, mám pro Vás malou nápovědu. Pokud jste dospěli do stádia, že se Vám zdá, že v posledních dvou řádcích musí být chyba, jinak to nevyjde, tak radím: Začněte nanovo, koukněte na čtvrtý a pátý řádek ze shora a čtvrtý sloupec zleva. Tam se mnoho symbolů opakuje, tam je nejlepší začít. ☺

Čtvrtkové cvičení mělo ukázat, že nemusíme a vlastně ani nikdy nebudeme vědět všechno, ale vždy se nějakou novou informací můžeme naučit, nebo si ji vyhledat.

V pátek jste k snaze o procvičení obou mozkových polovin museli přidat i nutnou dávku trpělivosti, v sobotu nechat zazářit vaše kombinační myšlení.

Úkol na neděli byl už jenom „oddechovým“ cvičením koncentrace pro všechny, kteří vydrželi celých sedm dnů.

Náš společný týden uběhl jako voda, a já doufám, že Vám v této náročné době umožnil převést myšlenky na jinou kolej, odreagovat se od vypjatých situací dnešních dnů a dal Vám prostor, jak udělat něco pro sebe a svůj osobní i osobnostní rozvoj.

A jestli Vám kurz mentálním joggingem vybudoval nové neurony a neuronální synapsie, nebo jestli Vás spojil při hledání řešení s těmi, které jinak fyzicky navštívit nemůžete, nebo Vám jen jednoduše zpříjemnil a zpestřil den, či vykouznil pár úsměvů, pak jeho příprava měla smysl. ☺

Děkuji Vám všem za všechny Vaše odpovědi, ale i reakce a podněty, které jste zaslali, a stále zasíláte!

Platí tu staré známé: Pokud se Vám to nelíbilo, řekněte to mně a pokud se Vám to líbilo, řekněte to všem ostatním!

Děkuji Vám za Vaši chuť a ochotu se do tohoto projektu zapojit i do času a energie, kterou jste mu věnovali! A doufám, že se za příznivých okolností co nejdříve potkáme i osobně na přednášce, semináři, či kurzu.

Nezapomeňte, že až do úterý **24. 3. 2020 do 23. 59 hod.** můžete posílat své odpovědi na adresu **hramozek2020@gmail.com** a že **všechna řešení** budou po ukončení kurzu zveřejněna v Klíči k řešení cvičení, který na našem Facebooku i internetových stránkách ARC – VŠPSV najdete **ve čtvrtek 26. 3. 2020.**

Mgr. Petra Hirtlová, PhD.,

ředitelka Centra celoživotního vzdělávání

Academia Rerum Civilium – Vysoká škola politických a společenských věd, Kutná Hora  
certifikovaná trenérka paměti 3. stupně