

Międzynarodowy Dzień Puzzli 2025

29 stycznia Uczestnicy Środowiskowego Domu Samopomocy w Nowym Żmigrodzie obchodzili święto – Międzynarodowy Dzień Puzzli.

Ten szczególny dzień ma zwrócić uwagę na pozytywny wpływ puzzli na nasz mózg. Taka forma spędzania czasu wolnego wpływa bardzo korzystnie na nasz umysł. Jest zalecaną formą rozrywki dla osób w każdym wieku, od najmłodszych do najstarszych. Układanie puzzli uczy nas przede wszystkim koncentracji, a także skupienia się na jednej rzeczy. Pozwala nam to wyciszyć się, odstresować i zapomnieć o otaczających nas problemach. Puzzle wpływają bardzo korzystnie na naszą pamięć wzrokową i uczą logicznego myślenia. Dlatego też Uczestnicy bardzo chętnie lubią je układać w ramach zajęć. Ilość elementów dobierana jest indywidualnie do umiejętności uczestników.

Polecamy taką formę spędzania czasu, gdyż podczas wspólnego układania puzzli jest wiele frajdy :)