

«Αν δεν το δουλεύεις το χάνεις»!

/ Γενικά



ΜΑΘΗΣΗ ΤΟ ΕΛΙΞΙΡΙΟ ΤΗΣ ΝΕΟΤΗΤΑΣ

«Το Αργόσχολο μυαλό είναι το εργαστήριο του διαβόλου», λέει μια παλιά αγγλική παροιμία, ενώ ο Πυθαγόρας: «Μητέρα όλων όσων παθαίνουμε είναι η απαιδευσία». Οι νευροβιολόγοι του Πανεπιστημίου της Καλιφόρνια βάλθηκαν να αποδείξουν την αλήθεια των παλιών ρητών με επιστημονικούς όρους, δηλαδή το ότι η μάθηση προάγει την υγεία του εγκεφάλου και γι' αυτό η πνευματική εγρήγορση μπορεί να περιορίσει τις επιπτώσεις της γήρανσης στην μνήμη και τον εγκέφαλο. Οι επιστήμονες μελέτησαν τη λειτουργία της μνήμης και ανακάλυψαν ότι η καθημερινή μάθηση θέτει σε κίνηση τους νευρώνες που βοηθούν να διατηρούνται τα κύτταρα του εγκεφάλου στην καλύτερη δυνατή κατάσταση. [\(περισσότερα...\)](#)