|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Képtalálat a következőre: „páfrányfenyő” | páfrány-fenyő | Serkenti a véráramlást az agyban, így javul az agy sejtjeinek ellátása tápanyagokkal, energiával, ami jobb memóriát, nagyobb éberséget eredményez. | Képtalálat a következőre: „ösztörűs veronika” | ösztörűs veronika | Teája javítja az agyi vérkeringést, ezért memóriazavar, valamint szédülés, fülzúgás esetén is alkalmazható. |
| Képtalálat a következőre: „zsálya” | zsálya | Teája segíti a koncentrálóképességet, javítja a hosszú távú memóriát. | Képtalálat a következőre: „kislevelű bakopa” | kislevelű bakopa | Teája véd a felejtéstől, hatóanyagai fokozzák a tanuláskészséget, a tanulás sebességét. |
| Képtalálat a következőre: „télizöld meténg” | télizöld meténg | Segíti az agysejtek oxigén- és glukóz-felvételét. | Kapcsolódó kép | citromfű | Teája segíti a koncentrálóképességet. |

Hármas memória

1. Az emlékezés és felejtés virágai című cikk olvasása, memóriafejlesztő növények kigyűjtése

2. Kép-név és hatása párosítás; ösztörűs veronika nem szerepel a szövegben, de hasonló hatása van, mint a többinek

- memória lapot laminálás után feldaraboljuk; a folyóirat és az internet segítségével hármas csoportokat keresünk; hagyományos memóriaként is játszható