



Área Psico-Social

ACTIVAMENTE:
SALUD
EMOCIONAL Y
COGNITIVA

TALLER

ESTIMULACIÓN COGNITIVA Y MEMORIA



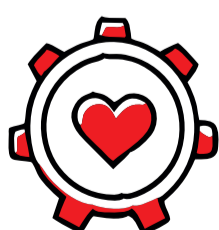
¿QUÉ PRETENDEMOS CON ESTE TALLER?

Potenciar las funciones cognitivas (memoria, atención, lógica y creatividad) y la interacción social a través de ejercicios y dinámicas grupales para reforzar la confianza e integrar estrategias de retención en la vida diaria.

¿CÓMO LO VAMOS HACER?

A través de actividades prácticas, juegos, reflexiones:

- + **¿Cómo entrenamos nuestra memoria en el día a día?** Reflexión inicial.
- + **El compañero misterioso**, observando e identificando para recordar detalles y adivinar.
- + **Caricatura de memoria**, refuerza la memoria visual y atención; estimula la creatividad y la motricidad fina; y, promueve la risa y la convivencia positiva.
- + **El baúl de los recuerdos**, a través de canciones, experiencias, cuentos, anécdotas, ayuda a estimular la memoria autobiográfica y emocional.
- + **El bingo de la memoria**, a través de tarjetas de bingo ayuda a estimular la atención, la memoria y la socialización.



CONSEGUIREMOS

Ejercitar la memoria de manera divertida y significativa.

Vídeo promocional

[Clic aquí](#) o a través de este Qr



Comunidad
de Madrid