

## PROYECTO "EnRedaDos"

Se trata de un proyecto itinerante con el que se pretende acercar las TIC (Tecnologías de la Información y Comunicación) a los mayores de Castilla la Mancha, al tiempo que realizan ejercicios de estimulación de las actividades cognitivas mediante el uso del ordenador.

**Objetivo general:** Favorecer el uso de sistemas tecnológicos para la integración social y prevenir el deterioro cognitivo de las personas mayores.

### Actividades.-

- Nociones básicas sobre funcionamiento del ordenador.
- Internet, correo electrónico....
- Ejercicios de atención y concentración
- Ejercicios de memoria
- Ejercicios percepción visual.
- Ejercicios de orientación.

**Destinatarios.-** Personas mayores de 65 años o jubiladas.

- El número mínimo de participantes serían 5 personas y máximo 15 participantes

**Duración.-** 15 sesiones de 2 horas en cada sesión.

**Necesidades.-** Sala amplia con mesas y sillas que disponga por lo menos de dos tomas de corriente eléctrica y wifi.

Las fechas de realización en vuestra localidad son del **20 de marzo al 15 de abril en horario de mañanas.**

Nos gustaría dieran difusión al proyecto y realizaran una lista de inscripción para el programa.

En el caso de no estar interesado en el programa rogamos su comunicación para poder asignar esas fechas a otra localidad.



Castilla-La Mancha



BIENESTAR  
SOCIAL

**MAYORES**  
*Proyecto "Enredados"*



La reunión se realizará el 20 de marzo a las 10:30 para explicarles a los participantes las actividades a realizar. El lugar de realización sería en el Ayuntamiento (si consideran otro lugar más adecuado, rogamos que nos lo comuniquen)

Si tiene cualquier duda o sugerencia póngase en contacto con nosotros.

Un saludo y gracias

Ruth Langreo

(Responsable técnico de proyectos y recursos)

Teléfono de contacto:

Grupo Cinco 969 23 55 88

676 82 46 68 (Isabel)

680 53 51 87 (María)