

## HOJA DE INSCRIPCIÓN:

Nombre y Apellidos:

DNI:

Edad:

Dirección:

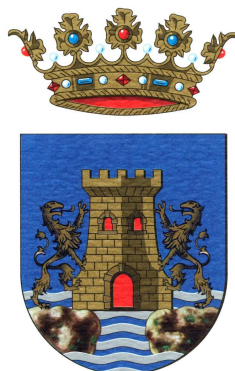
Teléfono:

Email:

Más información en:  
Delegación de la Mujer  
C/ La Rosa, 1  
Teléfono: 956 404 353



Organiza:



Excmo. Ayto. de Chiclana  
Delegación de la mujer

Imparte:



## TALLER DE MEMORIA Y ESTIMULACIÓN COGNITIVA "EL RINCÓN DE MARÍA"



Excmo. Ayto. de Chiclana  
Delegación de la mujer



## INTRODUCCIÓN

Uno de los desafíos de nuestra sociedad actual es la atención a personas mayores, un grupo que está creciendo convirtiéndose actualmente casi en el 20% de la población.

El proceso de envejecimiento “normal” implica un debilitamiento gradual de los procesos cognitivos básicos. Concretamente, las pérdidas relacionadas con la memoria son hoy una de las principales quejas en la población mayor.

Los **programas de entrenamiento de estimulación cognitiva**, proporcionan una mejoría incuestionable, tanto en la memoria como en otros factores colaterales (estado emocional, personal y social). Del mismo modo está demostrada la permanencia en el tiempo de los efectos beneficiosos del tratamiento.

Además de los beneficios que presentan este tipo de programas para las personas mayores, de forma colateral, este tipo de iniciativas presentan también **un espacio de respiro para las personas cuidadoras**, permitiendo a éstas un tiempo propio de expansión y relax.



## OBJETIVOS

- Mejorar la calidad de vida.
- Ofrecer un espacio de interacción con las demás y de expresión propia.
- Favorecer la comunicación y el intercambio entre las participantes.
- Fomentar la idea de auto-cuidado y la motivación para llevarlo a cabo.
- Entrenar en estrategias y técnicas de memoria.
- Estimular otros procesos cognitivos básicos como: percepción, atención, lenguaje, orientación espacio-temporal, capacidad lógica...
- Aplicar las estrategias adecuadas para resolver los fallos de memoria de la vida diaria.

## METODOLOGÍA

La metodología es **activa y participativa**, favoreciendo la expresión de las participantes.

Se trabajará utilizando **metodologías dinámicas y divertidas** tales como: musicoterapia, juegos, actividades variadas, cuentos, cine foros, manualidades, concursos de habilidades, etc.

**Todas las actividades están dirigidas por un equipo de psicólogos/as de manera grupal y también personalizada.**

## TALLER DE MEMORIA Y ESTIMULACIÓN COGNITIVA “EL RINCÓN DE MARÍA”

**Fecha de comienzo:**

11 de abril

**Horario:**

Miércoles de 19:00 a 20:30 h.

**Nº de horas al mes:**

6 horas al mes.

**Profesorado:**

Manuel J. Caballero  
Almudena Naharro

**Precio del curso:**

15 € mensuales

**Lugar de impartición:**

Delegación de la Mujer  
C/ La Rosa, 1. 11130. Chiclana.

**El precio del curso será ingresado en el número de cuenta que figura a continuación:**

2103 4005 97 3805000015 (Unicaja)

**Indicando: TALLER MEMORIA. NOMBRE, APELLIDOS Y DNI**