

# TALLERES DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA

*Iter Agere*

ASOCIACIÓN

## Objetivos del Taller de Estimulación cognitiva de Iter Agere:

- Favorecer una óptima utilización de la memoria a través de la estimulación y el entrenamiento
- Prevención de olvidos cotidianos.
- Reducir el estrés provocado por los fallos de memoria.
- Brindar un entrenamiento prolongado de la memoria y de todas las funciones cognitivas en general y estrategias para mejorarlas.
- Ejercitar y estimular la mente.
- Prevenir el deterioro cognitivo.
- Facilitar la comunicación entre los participantes.

**Este taller está destinado a personas con capacidades diferentes y en general a cualquier persona que presente quejas de memoria, un deterioro cognitivo leve/moderado, o simplemente, esté interesado en entrenar sus funciones cognitivas. Muchas de estas personas sufren problemas de soledad y una cierta desmotivación hacia su entorno, por lo que este taller les ayudará a cambiar su actitud y mejorar su calidad de vida.**

### Duración:

16 horas, 8 sesiones de 2 horas dos sesiones a la semana.

Llamar en horario de mañana al Ayuntamiento de Magán, tfno.: 925360305

¡Anímate!