

Neurofitness – Taller d'entrenament de la memòria

Red adscrita  CAT

Temas

Escuela de salud, Salud mental/Bienestar emocional, Enfermedades crónicas, Formación.

Descripción

Taller en grup de promoció de la salut cognitiva i prevenció del deteriorament cognitiu. El taller consisteix en activitats pràctiques per exercitar la memòria, l'atenció, la capacitat de planificació i organització i les capacitats cognitives en general. Sessions d'informació sobre el funcionament de la memòria, la seva relació amb l'envelliment i estratègies per optimitzar-la. Es realitzarà una entrevista prèvia als participants per a conèixer les seves necessitats i valorar l'adequació al taller. Gratuïta

Población

Mayores de 65 años - Cualquiera (.)

Persona de contacto

Núria Bayarri (93 256 32 70) (pllimona@esport3.org)

Entidad participante/colaboradora/promotora

.

Fecha de última actualización de la actividad

25/05/2023

Situación actual de la actividad

Histórica

Gratuïta

NS/NC

Localización

[illegible]