TALLER DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA Y FUNCIONAL

Red adscrita Salud Comunitaria Aragón

Temas

Personas mayores, Salud mental/Bienestar emocional, Personas cuidadoras, Enfermedades crónicas.

Descripción

Dirigido por una psicóloga que ha llevado a cabo el servicio de estimulación cognitiva y funcional y una terapeuta ocupacional para actividades temáticas, mediante cuatro y una sesiones semanal respectivamente, de 10:45 a 12:45, en el aula 309 de la Casa de Cultura de Caspe.

Las **sesiones** se estructuran atendiendo a:

→ Recepción (saludos, reconocimiento de los asistentes, ubicación en la zona de actividades,…).

→ Orientación a la realidad (calendario, acontecimientos personales, locales y nacionales…).

→ Estimulación cognitiva y de funciones ejecutivas (lenguaje, lectoescritura, cálculo, relaciones lógicas, razonamiento, memoria, relaciones secuenciales y temporales, rasgos semánticos, similitudes, diferencias, descripciones).

→ La reminiscencia/conversación: A veces resulta difícil entablar una conversación con el enfermo por su desinterés o la dificultad en expresarse, el encontrar temas de su interés puede ayudar como son los álbumes de fotos, donde se evocan recuerdos y puedes entablar una conversación, le orienta y hace que se sienta bien recordando cosas agradables.

→ La prensa también ayuda para hablar con el paciente y orientarle en la realidad.

→ Estimulación sensorial (reconocimiento de olores, visualización de imágenes, discriminación de sonidos, manipulación de distintos objetos, ejercicios físicos, esquema corporal).

→ Estimulación motriz (juegos de pelota individual y con compañeros, manejo de globos – hinchar, llenar, lanzar, ensartar cuentas, recortar figuras, manipular plastilina, pintar, pegar).

→ Estimulación del área creativa, tiempo para la música, poemario, dichos y anécdotas.

Actividades temáticas:

“Música para despertar”. Con el que se estimulan y evocan los sentidos, facilita el contacto social y estimula el ejercicio físico a través del baile, crea situaciones agradables y favorece la relajación: evocar las letras, recordando el nombre de los autores, cantantes, canciones, reconocer instrumentos musicales, además de invitar a reproducir ritmos con instrumentos sencillos, palmadas, etc.

“Disfrutando de los sabores”. La cocina es otro mundo evocador de los sentidos en el que los usuarios saborean y disfrutan, a la vez que participa en la elaboración de los platos, que se preparan teniendo en cuenta los ingredientes propios de cada temporada.

“Activando articulaciones”. El objetivo principal de la gerontogimnasia es mantener o aumentar la capacidad física y motora y alcanzar un buen estado físico procurando mejorar las conductas psicomotrices para contrarrestar el progresivo deterioro natural del envejecimiento.

Actividades complementarias, tienen que ver con la interacción social y la comunicación, complemento de las sesiones de estimulación cognitiva.

Salidas por la población y visitas a las exposiciones en la Casa de Cultura.

Población

Mayores de 65 años - Cualquiera (FAMILIARES / PERSONAS CON DETERIORO COGNITIVO)

Persona de contacto

ANABEL (afedacc@gmail.com) (afedacc@gmail.com)

Entidad participante/colaboradora/promotora

AFEDACC

Fecha de última actualización de la actividad

05/09/2025

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

No

Localización

Calle GUMA 35 PLANTA 3 50700 CASPE Caspe Caspe Zaragoza Aragón España

Página web del proyecto

https://aragonvoluntario.net/entidad/afedacc-asociacion-de-familiares-de-personas-con-alzheimer-y-otras-demencias-de-caspe-y-comarca/
http://@AFEDACC

Imagen de la Actividad