

# TALLER DE MEMORIA PARA MAYORES



## Temas

Personas mayores, Salud mental/Bienestar emocional, Formación, Cultura, ocio y naturaleza.

## Descripción

El taller va dirigido a un sector de población mayor y esta planteado como un entrenamiento para compensar y disminuir esos déficits de memoria, así como para prevenir el deterioro cognitivo.

A partir del próximo jueves 21 de septiembre y constará de 12 sesiones de 1:30h.

### Objetivos:

- **Conseguir que los participantes tomen conciencia que la capacidad de memoria está relacionada y puede verse comprometida por diferentes factores cognitivos, físicos o sociales.**
- **Enseñar a comprender cuáles son los mecanismos básicos del funcionamiento de la memoria, y que tipos de memoria son los que se ven más afectados durante el proceso de envejecer.**
- **Proporcionar estrategias para conseguir mejorar la capacidad amnésica de los participantes.**  
~~mejorar la memoria en cuatro bloques diferentes:~~
  - ü Tiempo de socialización – saludos, comentarios, novedades...
  - ü Trabajo del área cognitiva – atención, memoria, concentración.
  - ü Trabajo del área lúdica y creativa.
  - ü Tiempo de relajación.

---

**Población**

Mayores de 65 años - Cualquiera (ACTIVIDAD DE COPAGO)

---

**Persona de contacto**

ANABEL (649088985) (afedacc@gmail.com)

---

**Entidad participante/colaboradora/promotora**

AFEDACC

---

**Fecha de última actualización de la actividad**

19/09/2025

---

**Situación actual de la actividad**

Activa

---

**Gratuita**

No

---

**Localización**

Calle GUMÁ 35 50700 CASPE Caspe Zaragoza Aragón España



## Página web del proyecto

<http://@AFEDACC>

## Imagen de la Actividad

# TAL

# pa

# Juev

12 sesion

