TALLER DE MEMORIA-SAN JORGE

Red adscrita Salud Comunitaria Aragón

Temas

Personas mayores, Salud mental/Bienestar emocional.

Descripción

Los ejercicios de memoria son beneficiosos no solo para personas mayores, sino también para cualquier persona que desee fortalecer y estimular su mente. Existen múltiples plataformas, aplicaciones y recursos para este propósito. Sin embargo, los talleres de estimulación de la memoria dirigidos a personas mayores no solo buscan este objetivo, sino que también aportan otros beneficios, como:

- Ralentizar el deterioro cognitivo asociado a enfermedades como el párkinson o el alzhéimer.
- Mejorar las capacidades cognitivas.
- Favorecer la autonomía, la independencia y la autoestima.
- Promover la socialización y la conexión con el entorno.
- Reducir el estrés.

Actividades

- Lectura y escritura.
- Actividades sensoriales.
- Tareas artísticas.
- Ejercicios de motricidad fina.
- Lenguaje y aritmética.
- Juegos de orientación.
- Descripción de imágenes.
- Juegos de mesa.

Información del taller

- **Organiza**: Comarca de la Hoya.
- **Lugar**: Local social de la localidad (San Jorge).
- **Duración**: Del 1 de octubre de 2024 al 31 de mayo de 2025.
- **Frecuencia**: Jueves de 15:30 a 17:30 h.
- **Precio**: Gratuito.

Población

Mayores de 65 años - Cualquiera (Población adulta)

Persona de contacto

Paula Lasierra Monclús (974250002) (desarrollo@almudevar.es)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Comarca de la Hoya de Huesca

Fecha de última actualización de la actividad

12/12/2025

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

Sí

Localización

Plaza Mayor . 22283 San Jorge Centro Social Almudévar Huesca Aragón España

