Ejercita tu memoria

Red adscrita Salud Comunitaria Aragón

Temas

Salud mental/Bienestar emocional, Formación.

Descripción

Evitar y posponer el declive de la memoria de las personas mayores.

La actividad consiste en la realización de ejercicios de memoria para mayores, teniendo en cuenta la importancia de la práctica habitual, realizando fichas y ejercicios que favorecen el mantenimiento de las funciones cognitivas, tales como la atención, la concentración y la memoria. La actividad se desarrolla de forma grupal, lo que favorece la socialización de las personas que asisten a ella.

Horario 1: Miércoles de 17:00 a 19:00h.

Horario 2: Jueves de 11:30 a 13:30h.

Población

Mayores de 65 años - Cualquiera (Personas que deseen mantener activas sus funciones cognitivas)

Persona de contacto

Alicia Ballesta (976498904) (oficinaalmayor@ftranvia.org)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Fundación El Tranvía

Fecha de última actualización de la actividad

12/01/2026

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

Sí

Localización

Calle C/ FRAY LUIS URBANO 11, CASA 23 50002 Zaragoza Zaragoza Zaragoza Aragón España