Mente activa

Red adscrita Salud Comunitaria Aragón

Temas

Personas mayores, Salud mental/Bienestar emocional, Formación.

Descripción

La actividad consiste en realizar determinadas actividades que ayudan a mejorar las funciones cognitivas como la memoria, la atención, la toma de decisiones y la resolución de problemas. Los diferentes ejercicios incluyen:

- Juegos para entrenar el cerebro.
- Leer libros o artículos.
- Cálculo mental
- Crucigramas
- Juegos de palabras
- Juegos de mesa.

Horario. Jueves de 09:30 a 11:30h

Población

Población General - Cualquiera (Personas que deseen mantener activas sus funciones cognitivas)

Persona de contacto

Ciara Cóndon (976498904) (saludcomunitaria@ftranvia.org)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Fundación El Tranvía

Fecha de última actualización de la actividad

24/10/2024

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

Sí

Localización

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

