TALLER DE MEMORIA-ALMUDEVAR

Red adscrita Salud Comunitaria Aragón

Temas

Personas mayores, Salud mental/Bienestar emocional.

Descripción

HORARIO: MARTES DE 16 A 18H
De esta forma los talleres de estimulación de la memoria para personas mayores nos servirá para fortalecer e incluso mejorar nuestras habilidades permitiendo así una mayor autonomía e independencia e incluso nos permitirán prevenir o ralentizar la aparición o desarrollo de ciertas patologías que afectan al cerebro.
Los ejercicios para la memoria son recomendables no solo para mayores sino para todas aquellas personas que quieran reforzar y estimular su mente existiendo múltiples plataformas, aplicaciones y recursos para ello. Sin embargo, los talleres de estimulación de la memoria para personas mayores son actividades que además de tener esta finalidad, cumplen con otros objetivos:
Ralentizar el deterioro cognitivo provocado por algunas patologías como el párkinson o el alzhéimer
Mejorar las capacidades cognitivas
Favorecer la autonomía e independencia del mayor y aumentar su autoestima
Promover la conexión con su entorno y la socialización
Evitar el estrés

Población

Población General - Cualquiera ()

Persona de contacto

PAULA LA SIERRA 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

Calle Mayor 64 22270 Almudevar Almudévar Huesca Aragón España

