

Taller de memoria

Estanse a realizar talleres de memoria na Valenzá, San Lourenzo de Piñor e Finca Fierro co obxectivo de manter as persoas maiores coa súa memoria e outras funcións mentais superiores en óptimas condicións e deste modo, mellorar a súa calidade de vida, mediante a realización de actividades tendentes a previr o envellecemento cerebral.

Realízase a través de exercicios e actividades que inclúen prácticas de atención, concentración e estimulación. Cada participante traballa cunhas fichas de exercicios nas diferentes sesións, xunto con tarefas para casa.

A modalidade de taller posibilita o traballo grupal, onde a tarefa se prolonga máis alá da información acerca do funcionamento e estimulación da memoria, dando lugar a compartir experiencias, comprender os esquecementos nun contexto de intercambio e exercitación, ampliando ao mesmo tempo a esfera de contactos sociais.

Horarios

Os talleres realízanse en 30 sesións de 90 minutos cada unha, durante os meses de Xaneiro a Xuño e de Setembro a Novembro, distribuídos para o ano 2018 do seguinte xeito:

- **Loiro: Luns ,local social, de 18.00 h-19.30 h**
- **A Valenzá: Martes, local social, 16.00 h – 17.30 h**
- **A Valenzá: Mércores, local social, 18.00 h-19.30 h**
- **San Lourenzo de Piñor: Venres, local social, de 16.00 – 17.30**

A excepción de **Bentraces** que son 21 sesións de Xaneiro a Marzo e de Setembro a Novembro os mércores no **Local Social de 16.00 – 17.30 h**

O prazo para facer as solicitudes preferiblemente é ao longo do mes de decembro pero ao longo do ano poden consultar se hai prazas dispoñibles.

Para máis información: 988 39 31 68 (Servizos Sociais)