

Taller de memoria

Están realizándose talleres de memoria en la Valenzá, San Lourenzo de Piñor y Finca Fierro con el objetivo de mantener a las personas mayores con su memoria y otras funciones mentales superiores en óptimas condiciones y de este modo, mejorar su calidad de vida, mediante la realización de actividades tendentes a prevenir el envejecimiento cerebral.

Se realiza a través de ejercicios y actividades que incluyen prácticas de atención, concentración y estimulación. Cada participante trabaja con unas fichas de ejercicios en las diferentes sesiones, junto con tareas para casa.

La modalidad de taller posibilita el trabajo grupal, donde la tarea si prolonga más allá de la información acerca del funcionamiento y estimulación de la memoria, dando lugar a compartir experiencias, comprender los olvidos en un contexto de intercambio y ejercitación, ampliando al mismo tiempo la esfera de contactos sociales.

Horarios

Los talleres se realizan en 30 sesiones de 90 minutos cada una, durante los meses de Enero a Junio y de Septiembre a Noviembre, distribuidos para el año 2018 de la siguiente manera:

- **Loiro: Lunes ,local social, de 18.00 h-19.30 h**
- **A Valenzá: Martes, local social, 16.00 h – 17.30 h**
- **A Valenzá: Miércoles, local social, 18.00 h-19.30 h**
- **San Lourenzo de Piñor: Viernes, local social, de 16.00 – 17.30 h**

A excepción de **Bentraces** que son 21 sesiones de Enero a Marzo y de Septiembre a Noviembre los miércoles de en **Local Social de 16.00 – 17.30 h**

El plazo para hacer las solicitudes preferiblemente es a lo largo del mes de diciembre pero a lo largo del año pueden consultar si hay plazas disponibles.

Para más información: 988 39 31 68 (Servicios Sociales)