

[Formació](#)

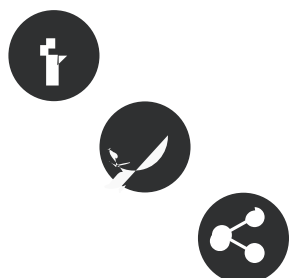
Estimulació cognitiva de la gent gran. Com organitzar tallers de memòria?



30/07/2014

Estimulació cognitiva de la gent gran. Com organitzar tallers de memòria?

30/07/2014



Resum:

L'Associació Sociocultural La Formiga organitza per al proper mes d'octubre una formació adreçada a aprendre eines i recursos per a poder organitzar tallers de memòria amb gent gran.

La principal queixa entre la població major de 65 anys és la que fa referència a **pèrdues de memòria**. Amb l'edat **la gent gran** perd facultats físiques i mentals i és per això que **l'exercici i els estímuls** són fonamentals per a aconseguir una **vellesa saludable**.

En aquest curs, organitzat per l'[Associació Sociocultural La Formiga](#), els assistents coneixeran quines capacitats es deterioren més amb l'edat i per què, parlaran de les pèrdues de memòria associades a l'edat i la diferència amb les demències i també aprendran diverses eines i exercicis per a exercitar la memòria i com organitzar un **taller de memòria**.

Programa

- **Procés d'envelliment:** les capacitats cognitives i els canvis amb l'edat. Els sentits. Importància de l'atenció en la memòria, atenció sostinguda i atenció dividida. Les funcions executives i el llenguatge a la

tercera edat.

- **La memòria:** què és i tipus de memòria. Les tres fases del procés de memorització (registre, emmagatzematge i recuperació), factors que afavoreixen i perjudiquen en aquest procés. Quant les pèrdues de memòria són normals per l'edat (PMAE) o degudes a un deteriorament o demència.
- **Estratègies per a l'estimulació cognitiva:** com treballar les capacitats a partir de tècniques d'atenció, concentració, associació, visualització o categorització amb exercicis pràctics.
- **Organització de tallers de memòria.** Tipus d'usuaris, nombre de sessions, contingut i estructura de les sessions, material, etc.

[Més informació](#)

- **Dies i horaris:** 24 d'octubre a 10 de novembre. Dilluns i divendres de 17h a 20h.
- **Lloc:** c/ Elkano, 74 baixos Barcelona
- **Preu:** 72 €
- **Inscripcions:** Qui estigui interessat en participar ho pot fer omplint el [següent formulari](#). Per a més informació podeu enviar un correu a info@laformiga.org o trucar al telèfon 93 4438207

Etiquetes: [formació](#), [gent gran](#)

URL d'origen: <https://xarxanet.org/formacio/noticies/estimulacio-cognitiva-de-la-gent-gran-com-organitzar-tallers-de-memoria>