

Taller adreçat a persones grans:

ACTIVA LA MENT I LES MANS

@carmepaupedagogia



OBJECTIUS:

Estimular les funcions executives
Fomentar la creativitat i motricitat
Afavorir les relacions i benestar

CP
CARME PAU
PEDAGOGIA

Llisca per + info



Bolita & co

ACTIVA LA MENT I LES MANS



@carmepaupedagogia

Bolita & co

DINÀMICA DEL TALLER:

1. BENVINGUDA I ESCALFAMENT COGNITIU

Activitat: "Desafiament del dia"

Activitats diverses per posar en marxa la nostra ment.

Funcions treballades: memòria de treball, flexibilitat cognitiva, inhibició.

2. ACTIVITAT MANUAL: JARDÍ DE LA MEMÒRIA

Creació de flors amb cartolina i altres materials. A cada flor s'hi escriu un record bonic, un valor important o una paraula significativa.

Passos:

1. Explicació breu i mostra de model.

2. Planificació individual.

3. Creació manual.

Funcions treballades: planificació, presa de decisions, memòria autobiogràfica, atenció sostinguda, motricitat fina.

3. TANCAMENT I REFLEXIÓ

Dinàmica: Compartir experiències i sensacions.

Relaxació final: respiració guiada per acabar amb calma.

Llisca per + info



ACTIVA LA MENT I LES MANS

@carmepaupedagogia

Durada del taller: 1 hora i 30 minuts

Adreçat a: Gent gran

Preu: 15€

Data: Dijous 25 de Setembre

Horari: de 10h a 11,30h

Espai Bolita&co - c/ Bon Retir, 4 - Vallirana

ACTIVITAT MANUAL:

Explicació breu i mostra de model

Planificació individual

Creació manual amb

@bolitaandco @carmepau pedagogia

Més informació:

DM @carmepaupedagogia/
@bolitaandco

Tel. 600 61 72 54

