



TALLER ONLINE PARA LA MEJORA DE LA MEMORIA



PLAZO DE INSCRIPCIÓN.

DESDE EL 29 DE SEPTIEMBRE HASTA EL 8 DE OCTUBRE

Plazo único para los dos talleres.

Las plazas se asignarán por orden de llegada hasta completar las plazas disponibles.

LA INSCRIPCIÓN se realizará **LLAMANDO AL TELÉFONO 923 214012 DE LUNES A VIERNES DE 9 A 14H**

DIRIGIDOS a personas de 60 o más años pensionistas o en situación de desempleo, empadronadas en el municipio de Salamanca. **No** podrán participar las personas que lo hayan realizado en ediciones anteriores.

DESARROLLO:

Cada taller cuenta con 6 sesiones prácticas que se realizarán *online* en directo, los miércoles y viernes en horario de 11:00 a 12:00h

Para participar deberán disponer de ordenador y conexión a internet.

Contenido de las sesiones:

1. Sentido y significado del buen envejecer
2. Aumentando mis reservas (cognitiva, física y motivacional) para afrontar las crisis
3. Reminiscencia en positivo: las 3R de la memoria.

A las personas participantes se les realizará una evaluación inicial de la capacidad mnémica general y un seguimiento posterior, una vez finalizado el taller.

FECHAS DE REALIZACIÓN

Habrà dos ediciones del taller en diferentes fechas.

Los interesados deberán optar por una de ellas.

EDICION 4. OCTUBRE. Días: 13, 15, 20, 22, 27 y 29.

EDICION 5. NOVIEMBRE. Días: 10,12,17,19,24 y 26

Realizados en colaboración con la Universidad Pontificia de Salamanca