Ejercicios para entrenar la mente: la memoria

Palabras que empiecen por...

Le propondremos a nuestro familiar una letra y distintas categorías para que piense palabras de esta temática que comiencen con ese vocablo. Por ejemplo, podemos preguntarle por nombres de ciudades que empiecen por "b" como Barcelona o Berlín.

Si lo preferimos, podemos recortar las siguientes tarjetas con categorías e **invitar a la persona a** que escoja una al azar, convirtiendo el ejercicio en un juego. Se puede trabajar de forma unidireccional, animando a la persona que cuidamos a que sea ella quien piense las palabras, o bien jugar juntos, participando ambos en la búsqueda de palabras.

PAÍSES	OBJETOS
NOMBRES	APELLIDOS
FLORES Y PLANTAS	ANIMALES
MARCAS	COMIDA
PROFESIONES	ARTISTAS
PELÍCULAS	INSTRUMENTOS MUSICALES

Cortar por la línea de puntos

Fuente: Imserso.
"Terapia de estimulación cognitiva para personas con demencia. Manual para facilitadores de grupo".