Ejercicios para entrenar la mente: la memoria

¿Dónde lo había puesto?

Hoy nos toca poner orden en la casa y volver a colocar los objetos en una estantería en su sitio exacto. Para ello, en primer lugar, **observaremos con detenimiento** durante unos minutos la primera imagen de la ficha, tratando de captar al máximo **todos los detalles.**

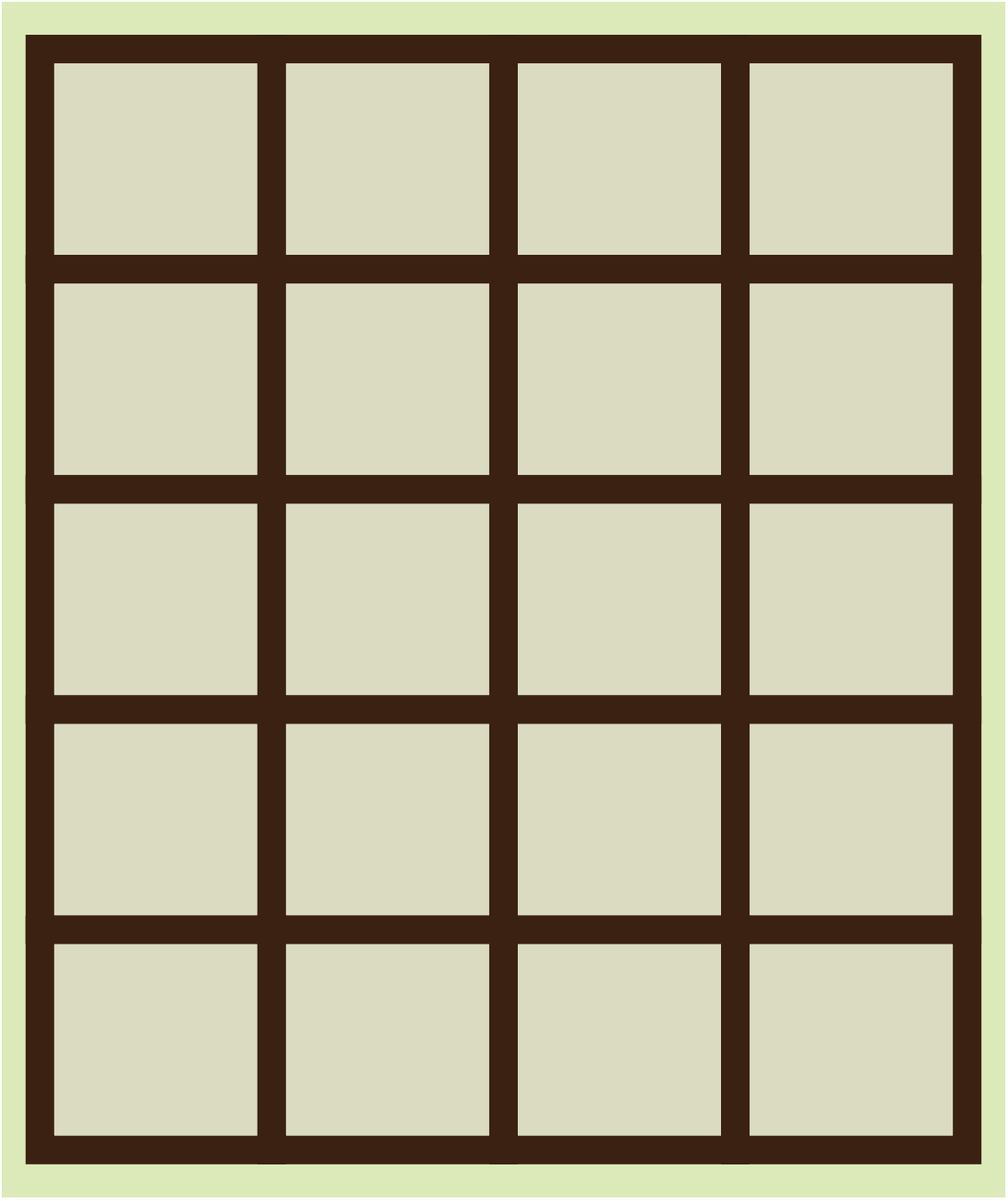
Después, daremos la vuelta a esta primera hoja y, centrándonos ahora en la imagen de la estantería vacía de la segunda, trataremos de recordar **qué objeto había en cada balda y en qué lugar estaba ubicado.** Los dibujos de la derecha nos facilitarán la tarea: podemos recortarlos y colocarlos sobre el estante correspondiente, escribir el nombre o unirlos con flechas.



Fuente: Ejercicio inspirado en SEPAD -Servicio Extremeño de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a la Dependencia-. Ejercicios de Estimulación Cognitiva. Memoria.

Ejercicios para entrenar la mente: la memoria

¿Dónde lo había puesto?











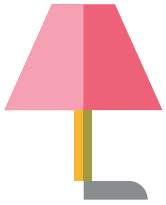












Fuente: Ejercicio inspirado en SEPAD -Servicio Extremeño de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a la Dependencia-. Ejercicios de Estimulación Cognitiva. Memoria.