



PROGRAMA ACTÍVATE - TALLER DE MEMORIA

SEMANA DEL 25 al 31 de MAYO

EJERCICIO DE CÁLCULO

Sustituye cada letra por su valor numérico y realiza las siguientes sumas.

A	B	C	D	E	F	G	H
10	4	8	5	7	2	6	9

G + A + D =	C + A + F =	A + E + F + D =	C + B + G + D + F =
D + G + H =	E + H + B =	H + B + A + G =	B + D + A + E + F =
A + B + C + D + E + F + G + H =			

EJERCICIO DE LENGUAJE Y VOCABULARIO

¿A qué palabra corresponde cada definición? Pista: todas empiezan por M.

- 1- Gran elevación natural del terreno.
- 2- Expresión exclamativa para expresar extrañeza o contrariedad.
- 3- Pasta alimenticia de harina que tiene forma de canuto más o menos alargado.
- 4- Tela fuerte que forma aguas.
- 5- Angustia por un riesgo o daño real o imaginario.
- 6- Golpear algo para deformarlo, aplastarlo o reducirlo a fragmentos pequeños sin llegar a tritararlo.
- 7- Porción de pelos, hebras o hilos, separada de un conjunto de la misma clase.
- 8- Conjunto de ropa, especialmente la interior.
- 9- Suceso o cosa rara, extraordinaria y maravillosa.



- 10- Calzado propio de los indios norteamericanos, hecho de piel sin curtir.
- 11- Diez veces cien.
- 12- Andén alto, cubierto o descubierto, que en las estaciones de ferrocarriles sirve para la carga y descarga de mercancías.

Cuando hayas descubierto las palabras, escríbelas en orden alfabético.

EJERCICIO DE PERCEPCIÓN, ATENCIÓN Y AGUDEZA VISUAL

Mira esta imagen al menos durante 5 minutos. Mientras lo haces nombra cada cosa. Después, sin mirarla, escribe el nombre de todo aquello que recuerdes que aparece en la foto.





EJERCICIO DE VISUALIZACIÓN

Escribe durante 10 minutos, las cosas que recuerdes que tienes en tu cuarto de baño ahora mismo. Si tienes más de uno en casa, tendrás que elegir en cuál vas a pensar antes de empezar a hacer este ejercicio. No puedes ir a mirar...¡eehh!

EJERCICIO DE ASOCIACIÓN Y LENGUAJE

Escribe 3 palabras de cada categoría (27 palabras en total). Todas ellas tienen que empezar por la letra “S”.

CIUDADES O PUEBLOS – ELEMENTOS DEL CUERPO HUMANO –
ANIMALES – NOMBRES DE VARÓN – OBJETOS – COMIDAS –
PERSONAS FAMOSAS – PROFESIONES U OFICIOS –
NOMBRES DE MUJER

EJERCICIO DE LENGUAJE

Escribe 25 palabras que rimen con caluroso. Por ejemplo, tormentoso, saleroso

EJERCICIO DE REMINISCENCIAS

Recuerda y escribe los lugares que has conocido personalmente (no por foto) a lo largo de tu vida y que cumplan estas dos condiciones:

- Que estén fuera del municipio donde vives.
- Que te hayan gustado.

Pueden ser ciudades, pueblos, monumentos, parques, fuentes, etc.



EJERCICIO DE CATEGORIZACIÓN

Agrupar las palabras mostradas en 4 categorías encontrando una relación que las una. Cada grupo tiene 5 elementos y tienes que añadir un título a cada uno.

BIZCOCHO – PSICÓLOGA – GALLO – AUTOBÚS – JUDÍAS –

CARRO – FÍSICA – PEDAGOGA – TREN – CEREZAS –

HIPOPÓTAMO – FARMACÉUTICA – MONA – TIGRE – AVIÓN –

OLIVAS – CANOA – CAIMÁN – DOCTORA – HUEVOS

Después tapa todas las palabras y apunta en otro papel todas las palabras que recuerdes de cada grupo,

EJERCICIO DE LENGUAJE Y ASOCIACIÓN

Escribe una pequeña historia que empiece por “*Manuela no encuentra...*” y termine con estas palabras “*...a las nueve cerró*”.

EJERCICIO DE MEMORIA A CORTO PLAZO

Hemos dejado atrás la Fase 0 de la famosa desescalada. Escribe lo que se podía hacer, cómo y en qué condiciones y horarios. Y después, lo que sabes de lo que podemos hacer en la Fase 1. Por supuesto, sin leerlo ni oírlo en ningún sitio, que no se trata de copiar. Así que, puedes dedicarle unos minutos a buscar la información y aprendértela; y más tarde, sin mirarlo, escribir lo que recuerdas ¡Que no se te olvide anotar las medidas de protección!



**CEPEM
PSICÓLOGOS**



AJALVIR



VALDEPIÉLAGOS



VALDETORRES
DE JARAMA



FRESNO
DE
TOROTE



RIBATEJADA



TALAMANCA
DE JARAMA

EJERCICIO DE ATENCIÓN

Lee este poema con atención:

Aquel quien, cuando te vas, te extraña con tristeza

Aquel quien, a tu retorno, te recibe con alegría

Aquel cuya irritación jamás se deja notar

Ese es a quien yo llamo un amigo.

Aquel quien más pronto da que pide

Aquel quien es el mismo hoy y mañana

Aquel quien compartirá tu pena igual que tu alegría

Ese es a quien yo llamo un amigo.

Aquel quien siempre está dispuesto a ayudar

Aquel cuyos consejos siempre fueron buenos

Aquel quien no teme defenderte cuando te atacan

Ese es a quien yo llamo un amigo.

(John Burroughs)

Cuenta todas letras Q, que aparecen en el poema

RECUERDA MIRAR TU WHATSAPP PORQUE DURANTE TODA LA SEMANA TE IREMOS ENVIANDO EJERCICIOS DE MEMORIA E INFORMACIÓN RELEVANTE SOBRE LA DESESCALADA