



PROGRAMA ACTÍVATE - TALLER DE MEMORIA

SEMANA DEL 1 al 7 de JUNIO

EJERCICIO DE ASOCIACIÓN

Piensa en cosas que tengan forma cuadrada o rectangular, y escribe su nombre ¡A conseguir 30, vamos! Por ejemplo, un cuadro.

EJERCICIO DE LENGUAJE Y VOCABULARIO

Pon 4 adjetivos distintos a cada una de estas palabras, intentando no repetirlos de una palabra a otra. Recuerda que los adjetivos son características de las cosas y/o las personas. Fíjate en el ejemplo y haz lo mismo con las palabras propuestas.

SILLA: alta – de madera – cómoda – dura

CORTINA

BARCO

RELOJ

MONTAÑA

EDIFICIO

PELUQUERA

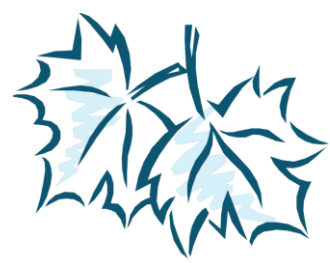
LEÓN

MARGARITA

EJERCICIO DE ASOCIACIÓN, LENGUAJE Y MEMORIA ESPACIAL

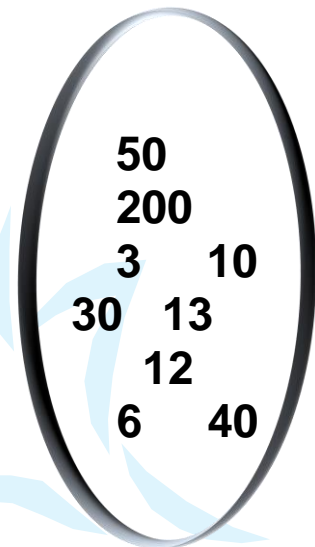
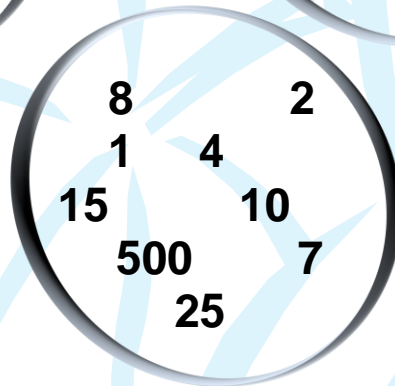
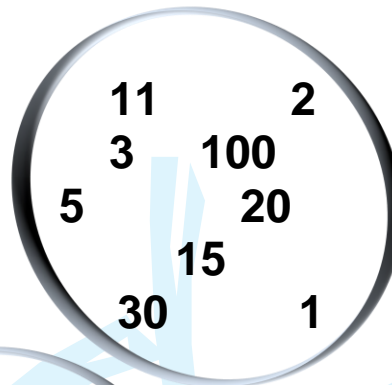
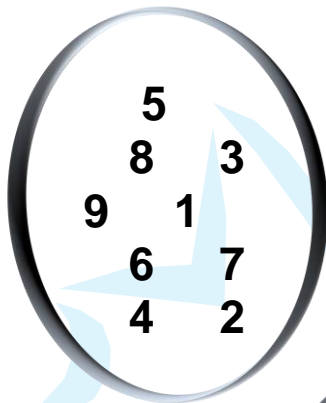
Escribe 5 palabras que empiecen por cada una de las letras de la palabra que se muestra, teniendo en cuenta que todo lo que pongas sólo pueden ser cosas que tienes en tu casa. A letras iguales, cosas distintas.

ELECTRODOMESTICO



EJERCICIO DE CÁLCULO

Suma los números que están dentro de cada círculo. Intenta hacerlo mentalmente; y si quieres después, compruébalo, haciendo las operaciones en el cuaderno.



EJERCICIO DE VISUALIZACIÓN

Elige una habitación diferente de la que te encuentras ahora mismo mientras haces el ejercicio. Visualízala, es decir, la ves mentalmente, y vas escribiendo todo lo que tienes en ella. No hace falta que pongas lo que hay dentro de los armarios, cajones, cómodas... Sólo lo que vería cualquiera que entrara en ella sin tocar nada. Por ejemplo, si estás en el salón, podrías pensar en tu dormitorio. El cuarto de baño no vale.





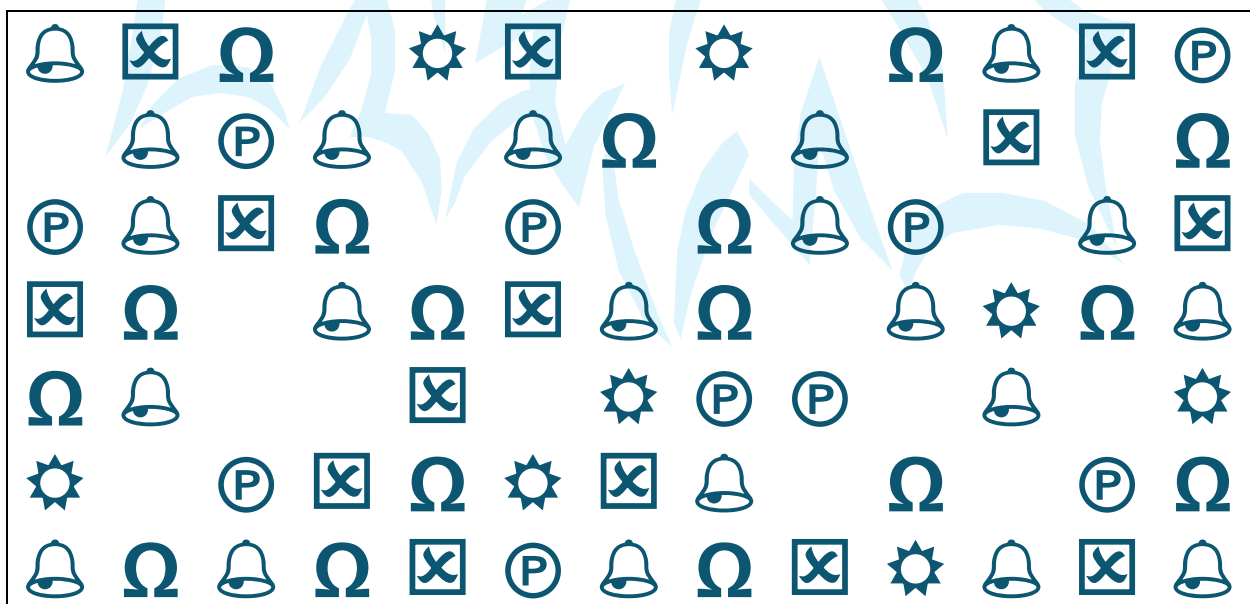
EJERCICIO DE ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN

¿Qué números faltan en este recuadro entre el 1 el 30?

7	24	6	20	11	13
15	27	30	23	7	17
9	5	26	2	22	12
27	28	4	8	18	3
16	10	25	19	?	?

EJERCICIO DE PERCEPCIÓN, ATENCIÓN Y CÁLCULO

Cuenta la cantidad de figuras que hay como las que se muestran.





EJERCICIO DE LENGUAJE

Descubre la palabra que se esconde en cada cuadro usando todas las letras incluidas en él. Nueve palabras de 9 letras cada una.

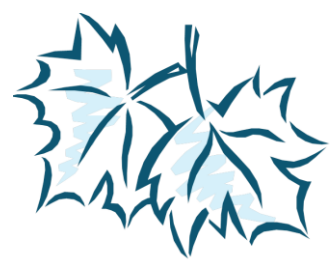
E	A	C	T	E	L	O	M	A
R	S	I	R	A	I	H	N	M
O	N	E	O	B	N	I	U	S

L	A	H	M	I	L	O	E	T
R	B	C	S	A	D	R	R	N
E	L	I	O	I	E	B	E	A

A	E	O	A	D	O	H	C	M
O	N	F	R	I	C	O	A	U
C	S	T	B	A	F	S	H	C

EJERCICIO DE REMINISCENCIAS


Recuerda y escribe los 15 momentos más agradables de tu vida. Da igual el tiempo que duraran, a veces 5 minutos pueden resultar increíbles y dignos de guardar en nuestra memoria de vida. Pon todos los datos que puedas recuperar: día, mes, año, si te acompañaba alguien o estabas solo, el lugar, qué hacías, etc.



EJERCICIO DE ASOCIACIÓN

Relaciona cada imagen con una palabra. Es decir, tienes que lograr 10 parejas formadas por un dibujo y una palabra.


CONVERSACIÓN

MAR 


DESAYUNO 


CRUCERO 


TERRAZA 


OLOR 

HOGAR 

VINO 

ESPINAS 

VIDA 



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