

Taller de Activación Mental

- **BENEFICIARIOS:** 1º Colegiados (jubilados y no jubilados), cónyuges. 2º Familiares en primer grado de consanguinidad o afinidad.
- **DESCRIPCIÓN:** Nuestro cerebro es un órgano que nos permite mejorar nuestra condición humana, mostrándose sumamente agradecido con la práctica asidua de la actividad mental o estimulación cognitiva. Se encuentra en permanente transformación porque está dotado de una gran neuroplasticidad, entendida como la capacidad para transformar su estructura y su funcionamiento, sin que haya ninguna edad límite para seguir aprendiendo. Con la práctica de estas actividades conseguimos fortalecer las neuronas y sus conexiones, desarrollando la capacidad para realizar nuevos aprendizajes. Cuando "abonamos" el cerebro mediante el entrenamiento cognitivo y la adquisición de nuevas habilidades, somos más eficientes y mejora nuestra capacidad de adaptación.
- **DIRIGIDO A:** Personas con un rendimiento cognitivo normal o deterioro leve asociado a la edad.
- **METODOLOGÍA:** Grupal.
- **IMPARTE:** Miriam Ballestín Nuez. Psicóloga, Máster en Neuropsicología
- **LUGAR:** Salón Ramón y Cajal. COMZ Paseo Ruiseñores, 2
- **CALENDARIO:** Los viernes 19,26 abril; 3,10,17,24 mayo; 7,14 junio de 9:45 a 11:15 horas.
- **DURACIÓN:** 8 sesiones
- **PRECIO:** 90€
- **PLAZAS:** 10
- **INSCRIPCIONES:** Del 8 al 11 de abril escribiendo un mail a: inscripciones-pasyad@comz.org indicando tu nombre, apellidos y teléfono. Recibirás un mail de respuesta confirmando la reserva de plaza junto a un **formulario de inscripción** que deberás cumplimentar para que la inscripción sea efectiva, realizando a su vez, el abono correspondiente, antes de que finalice el plazo de inscripciones.

- **OBSERVACIONES:** 15% SUBVENCIONADO POR EL COMZ. La realización de esta actividad queda supeditada a la disponibilidad del salón y posibles actos institucionales que pudieran realizarse en el mismo. Se avisará de los cambios con la mayor anticipación posible.