



**PROFESSIONAL  
QUI IMPARTEIX  
EL TALLER:**

**Andrea Moll,**

Soc Psicòloga, em vaig graduar a la Universitat Oberta de Catalunya. Seguidament vaig realitzar el màster en Neuropsicologia.

Des de petita m'ha agradat ajudar als altres, sempre m'he visualitzat treballant en l'àmbit de la salut i era d'esperar que el meu futur professional estigues relacionat amb el tracte amb les persones.

La neuropsicologia és un camp que em fascina. Tinc experiència treballant amb persones amb diferents tipus d'afectació, des d'accidents cerebrovasculars fins a malalties neurodegeneratives.

He treballat com a avaluadora de dependència, tractant de primera mà amb persones dependents i les seves famílies. He realitzat els tallers d'estimulació cognitiva i funcional del Servei de promoció de l'Autonomia de Ciutadella i també atenent qualsevol demanda per part dels familiars de les persones afectades que acudien al servei.

Penso que és fonamental crear consciència i actuar de manera precoç per tal de mantenir les funcions executives i dotar d'eines i estratègies a les famílies a fi de poder fer front a les adversitats del dia a dia.

**PER A MÉS  
INFORMACIÓ  
I INSCRIPCIONS**



**CENTRE DE DIA ELENA MASERAS**

Avda. J.A. Clavé, 22 · Maó

Reserva de plaça:

Tel. 971 35 93 93

Mòbil: 658 426 467

amoll@serveissocialsbalears.com

cvalverde@serveissocialsbalears.com

**SSB**  
SERVEIS SOCIALS  
BALEARS

**TALLERS**

ESPAI PER A  
**GENT MAJOR**



# ESTIMULACIÓ COGNITIVA

*Posa't en forma!*

**VINE A PROVAR-HO GRATIS**

**MATRÍCULA OBERTA PLACES LIMITADES**

**TALLERS TRIMESTRALS**

# Tallers d'estimulació cognitiva

## QUÈ ÉS UN TALLER D'ESTIMULACIÓ COGNITIVA?

És el conjunt de **tècniques i activitats destinades a millorar i mantenir el rendiment cognitiu**. És treballen els processos cognitius bàsics i superiors, com ara: les funcions executives, l'atenció, la memòria, el llenguatge i la percepció.

Aquestes funcions cognitives estan presents en les accions que realitzem durant el dia a dia, per tant, és possible implementar activitats que t'ajudin a estimular aquestes àrees, millorar-les i evitar el deteriorament cognitiu.

## A QUI VA DIRIGIT

- Sense diagnòstic i sense deteriorament que vulguin mantenir-se actives
- Sense diagnòstic amb deteriorament cognitiu lleu
- Amb diagnòstic inicial (Alzheimer o altres demències)
- Amb afectació lleu a causa de: Malaltia neurodegenerativa (Parkinson, ELA,...) o accident cerebrovascular (ictus)

## OBJECTIUS DELS TALLERS:

### Objectius generals:

- Memòria de treball
- Atenció i concentració
- Percepció
- Planificació i organització
- Flexibilitat cognitiva
- Càlcul
- Cal·ligrafia
- Comprensió oral i escrita
- Orientació espai-temporal
- Habilitats socials

### Objectius específics:

- Millorar la qualitat de vida
- Generar sentiments de control en relació a l'entorn.
- Potenciar les relacions interpersonals
- Evitar l'aïllament
- Incrementar les capacitats funcionals i l'acompliment de les àrees del dia a dia.
- Augmentar la independència i autonomia personal
- Reduir l'ansietat i l'estrès

## QUÈ ES FARÀ:

Realitzarem **4 hores de tallers a la setmana**, repartides en dos dies. Dimarts i dijous de 16 a 18h.

## DE QUINA MANERA:

Segons el perfil de les persones interessades farem diferents grups. Es recomana acudir els dos dies a la setmana per tal que hi hagi un impacte significatiu

## METODOLOGIA:

- Primerament es fa una **entrevista inicial gratuïta** amb la persona interessada en realitzar els tallers, es recomana venir acompanyat d'un familiar. Durant l'entrevista es recull tota la informació necessària i es fa una valoració cognitiva per crear un programa d'estimulació personalitzat per a cada individu.
- Un cop tenim la valoració feta **s'ubicarà la persona al GRUP corresponent i s'elaborarà un pla tècnic d'intervenció personalitzat**, es pot fer un pla trimestral o mensual.
- Pel que fa al funcionament dels tallers: es realitzen amb grup però **cada persona farà les seves activitats de manera individual**. De manera puntual es pot fer alguna activitat en grup o entre un parell de persones, això dependrà dels perfils que hi hagi.
- Per la realització dels tallers **emprarem tot tipus de material**: fitxes, material manipulable, jocs, etc.

**Nº de places: entre 10 a 14, per grup, segons el perfil.**

## HORARIS DELS TALLERS:

**Els dimarts i dijous de 16.00 a 18.00 h**

2 hores per GRUP i setmana.

Un inscrit vindrà 1 hora els dimarts i 1 hora els dijous

## PREUS IVA INCLÒS - PREU FINAL

- Sessions puntuals: **15€**
- Mensual: **95€**
- Trimestral: **199,50 €**

## DESCOMPTES

Apunta't a més d'un taller i gaudeix d'un **20% de descompte**



*T'acompanyem  
a no oblidar-te  
de la teva memòria*

