

# 'ACTIVA TU MENTE Y DISFRUTA: TALLER DE MEMORIA Y ENTRETENIMIENTO PARA MAYORES'

MARTES Y JUEVES

10:30 - 12:30

BIBLIOTECA



## Memoria

- Comparte tus historias favoritas
- Participa en juegos de memoria
- Terapia con música

Recordar es vivir dos veces

## Motricidad

Juegos de equilibrio y motricidad

Beneficios:

- Mejora la fuerza muscular.
- Aumenta la flexibilidad.
- Promueve la salud mental y emocional.



## Habilidades creativas



Manualidades

- Colorear
- Papiroflexia
- Etc

## Habilidades tecnológicas

Uso de dispositivos

Redes sociales

