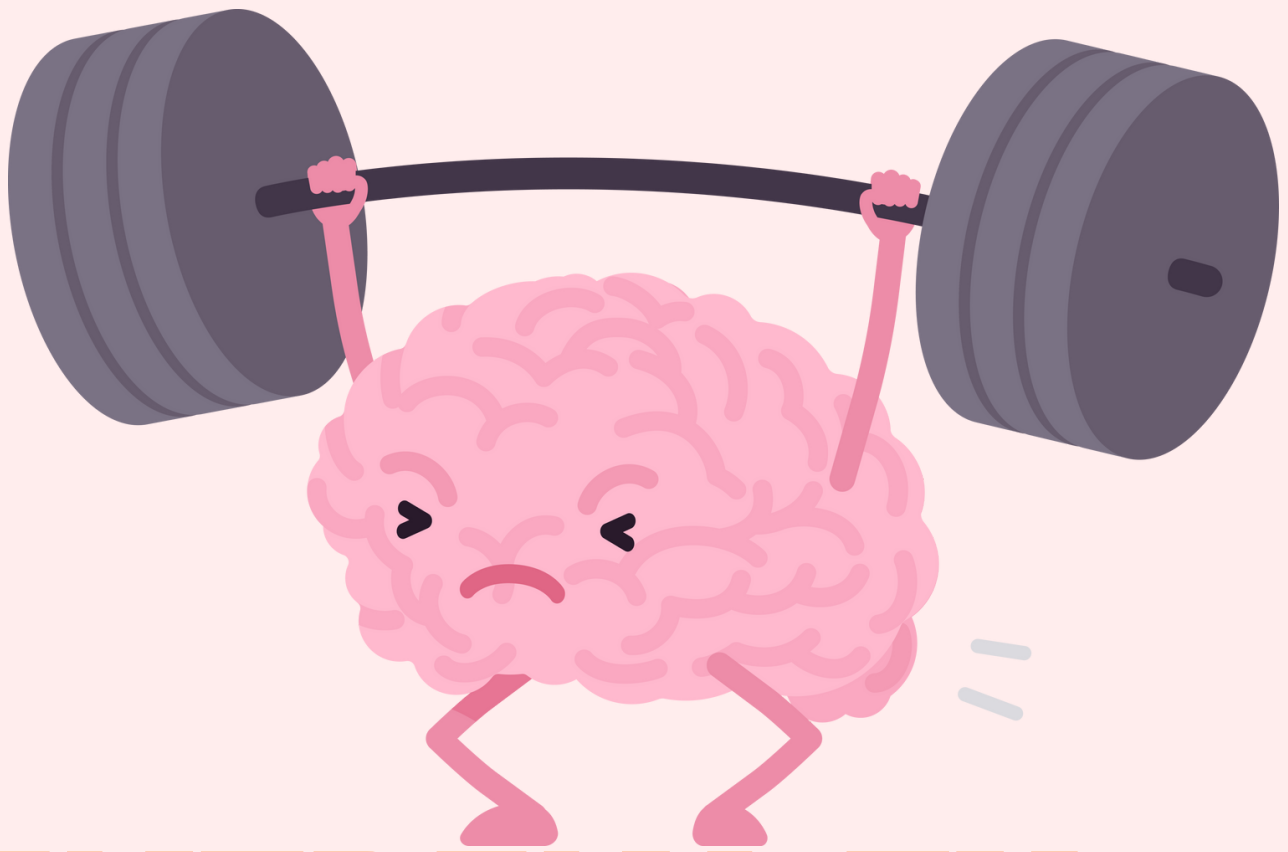




ENTRENA TU CEREBRO



Raval Sant Pere, 43.
Reus (Tarragona).
Telf. 623 006 667





El teu espai de salut i educació

www.espaipsicofamiliar.com

Raval Sant Pere, 43.
Reus (Tarragona).
Telf. 623 006 667

¿Qué son las habilidades cognitivas?

Las habilidades cognitivas son aquellas llevadas a cabo por nuestro cerebro y que se desarrollan a lo largo de los años. Nos permiten aprender, pensar, conocer, organizar, relacionar, formular, resolver problemas, etc.

Con la edad, algunas habilidades cognitivas pueden verse deterioradas. Es por ello que resulta muy importante realizar un buen entrenamiento para mantener un buen estado mental.

¿Cuándo acudir a un especialista?

Recordamos la necesidad de acudir a un especialista en el caso de detectar fallos de memoria, dificultades para aprender nuevas habilidades, etc. De esta forma, con un estudio exhaustivo, se podrá establecer la pauta que se considere más adecuada, siempre que sea necesario.

¿Te gustaría recibir undosier de ejercicios totalmente personalizado?

Escríbenos a info@espaciopsicofamiliar.es o llámanos al 623 006 667 y te informaremos sobre nuestro programa de Neuro en Casa.

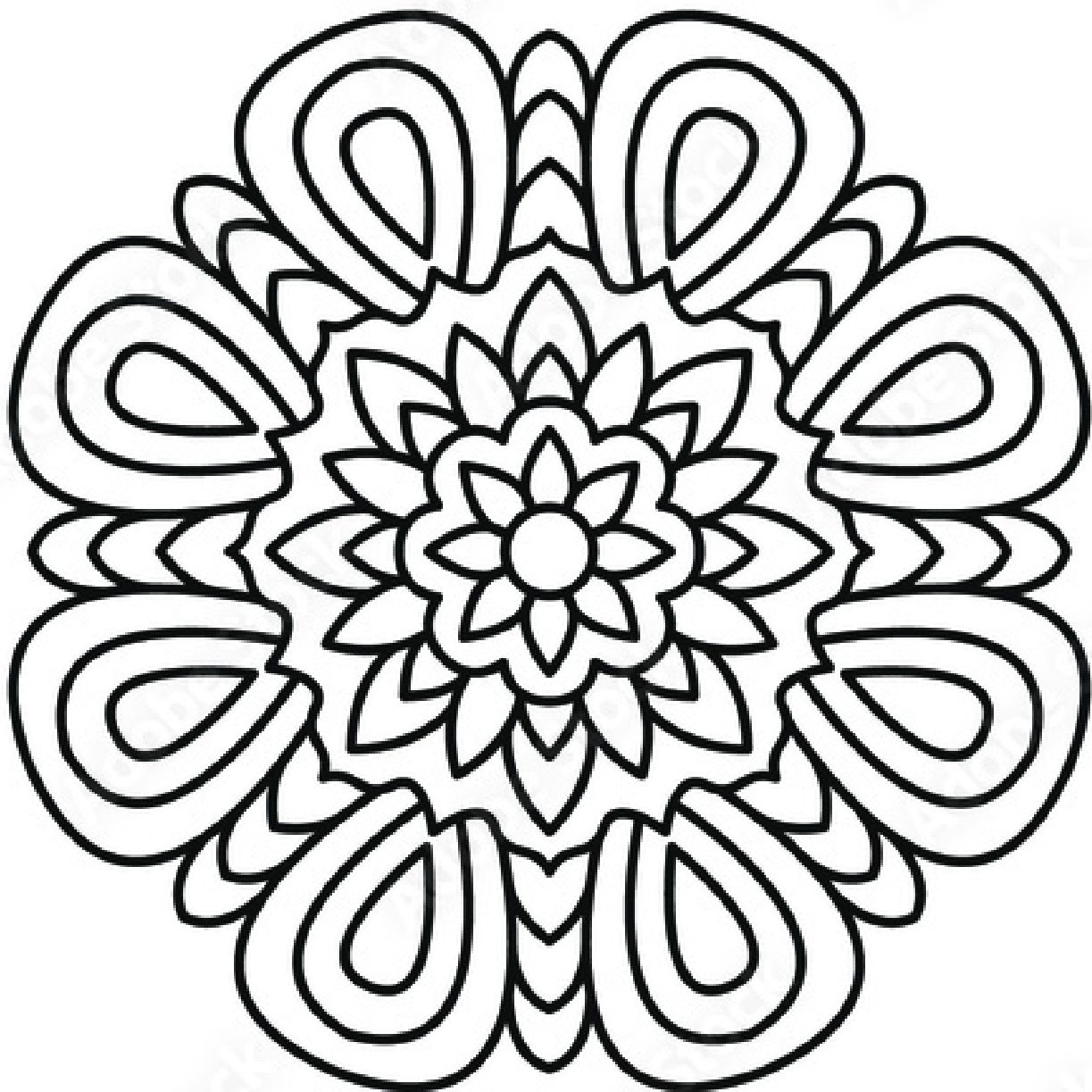


El teu espai de salut i educació

www.espaipsicofamiliar.com

Raval Sant Pere, 43.
Reus (Tarragona).
Telf. 623 006 667

1. Pinta el siguiente Mandala con, al menos, **5** colores diferentes.



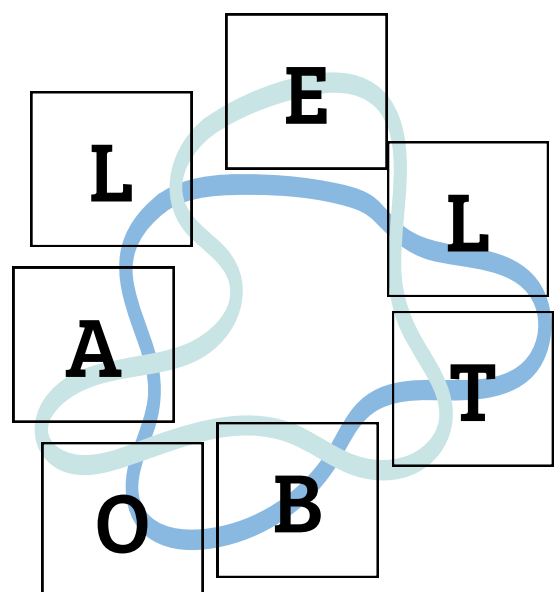
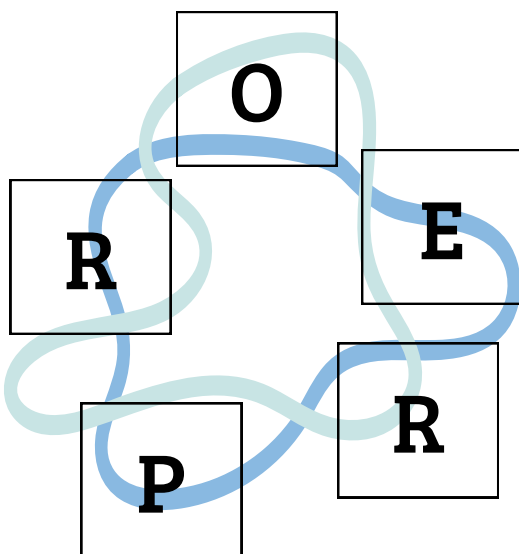
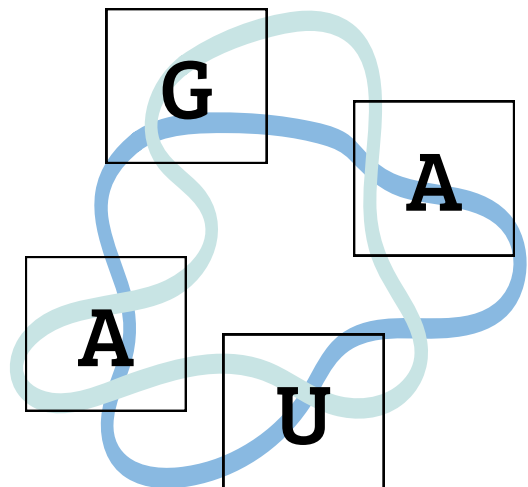
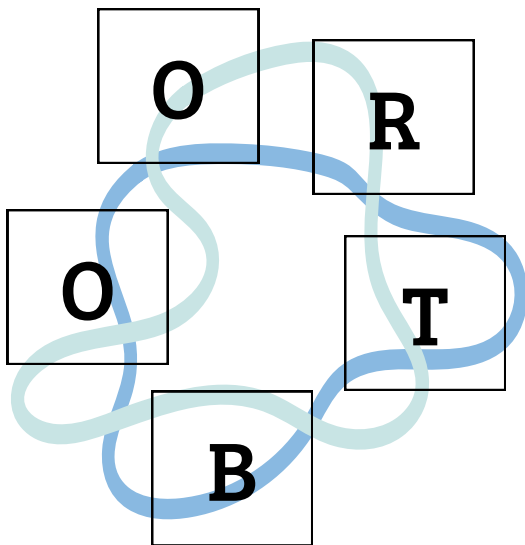


El teu espai de salut i educació

www.espaipsicofamiliar.com

Raval Sant Pere, 43.
Reus (Tarragona).
Telf. 623 006 667

2. Descifra la palabra y escríbela debajo.





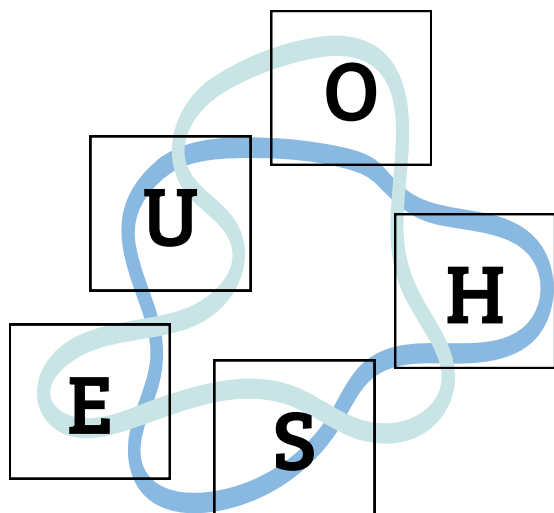
El teu espai de salut i educació

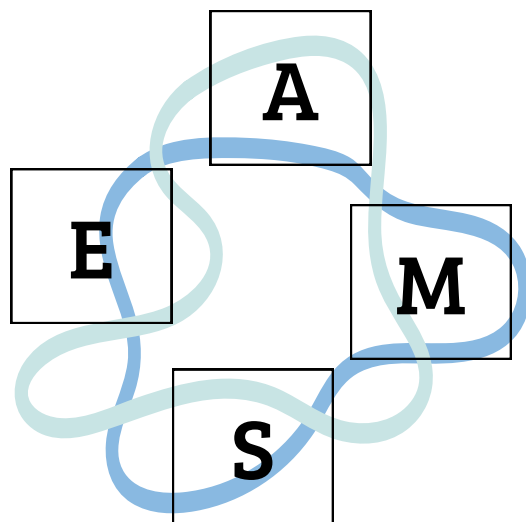
www.espaipsicofamiliar.com

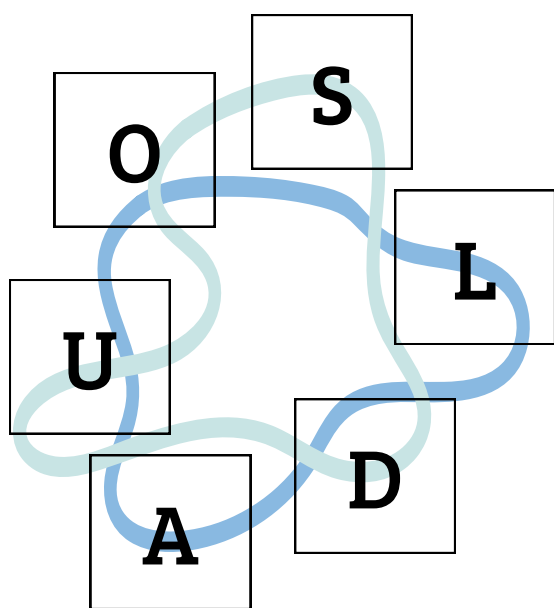
Raval Sant Pere, 43.

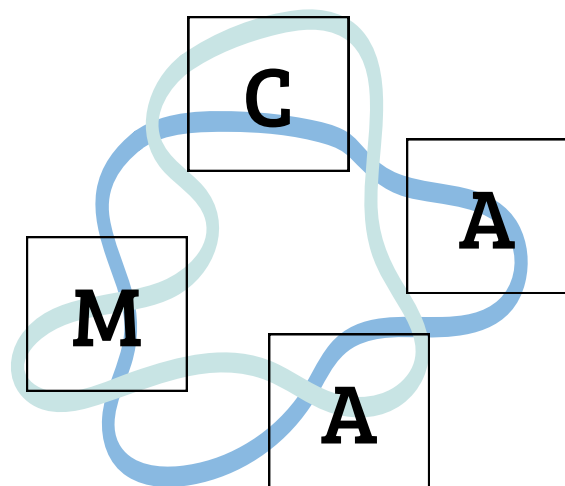
Reus (Tarragona).

Telf. 623 006 667











El teu espai de salut i educació

www.espaipsicofamiliar.com

Raval Sant Pere, 43.
Reus (Tarragona).
Telf. 623 006 667

3. Escribe una frase con cada una de estas palabras:

Mar

Montaña

Cielo

Día

Pueblo

Casa

Televisión

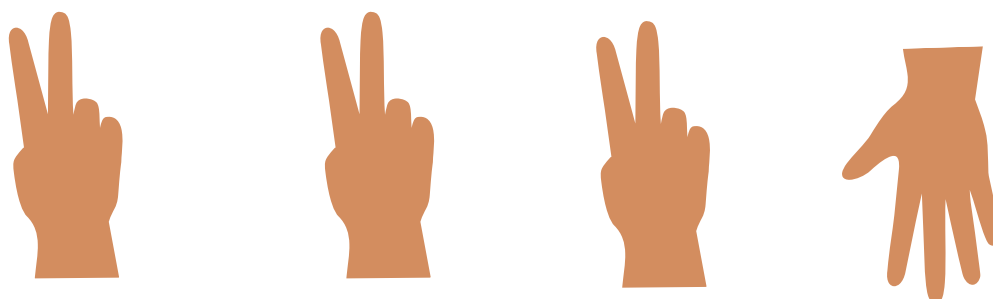
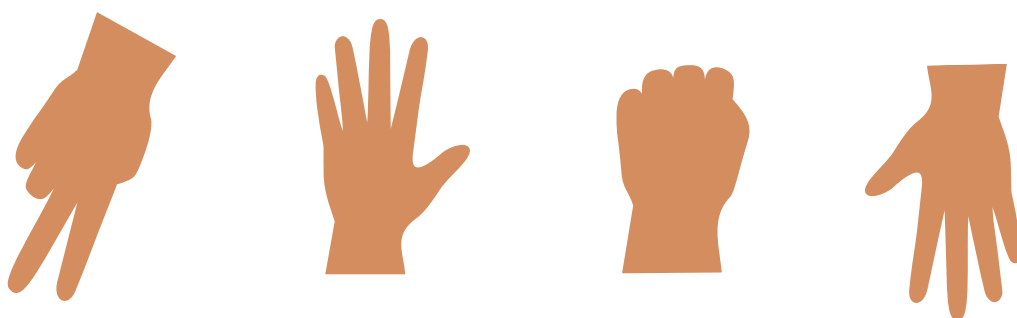
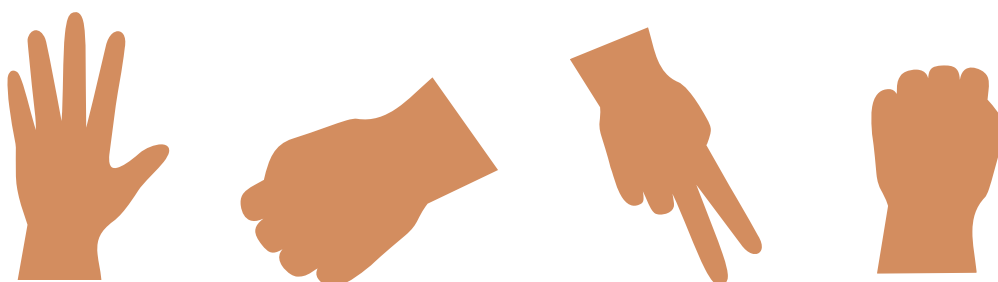
Tren

Puerta

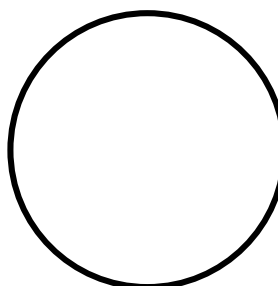
**¿Sabías que escribir a mano
ayuda a mejorar los procesos
cognitivos?**



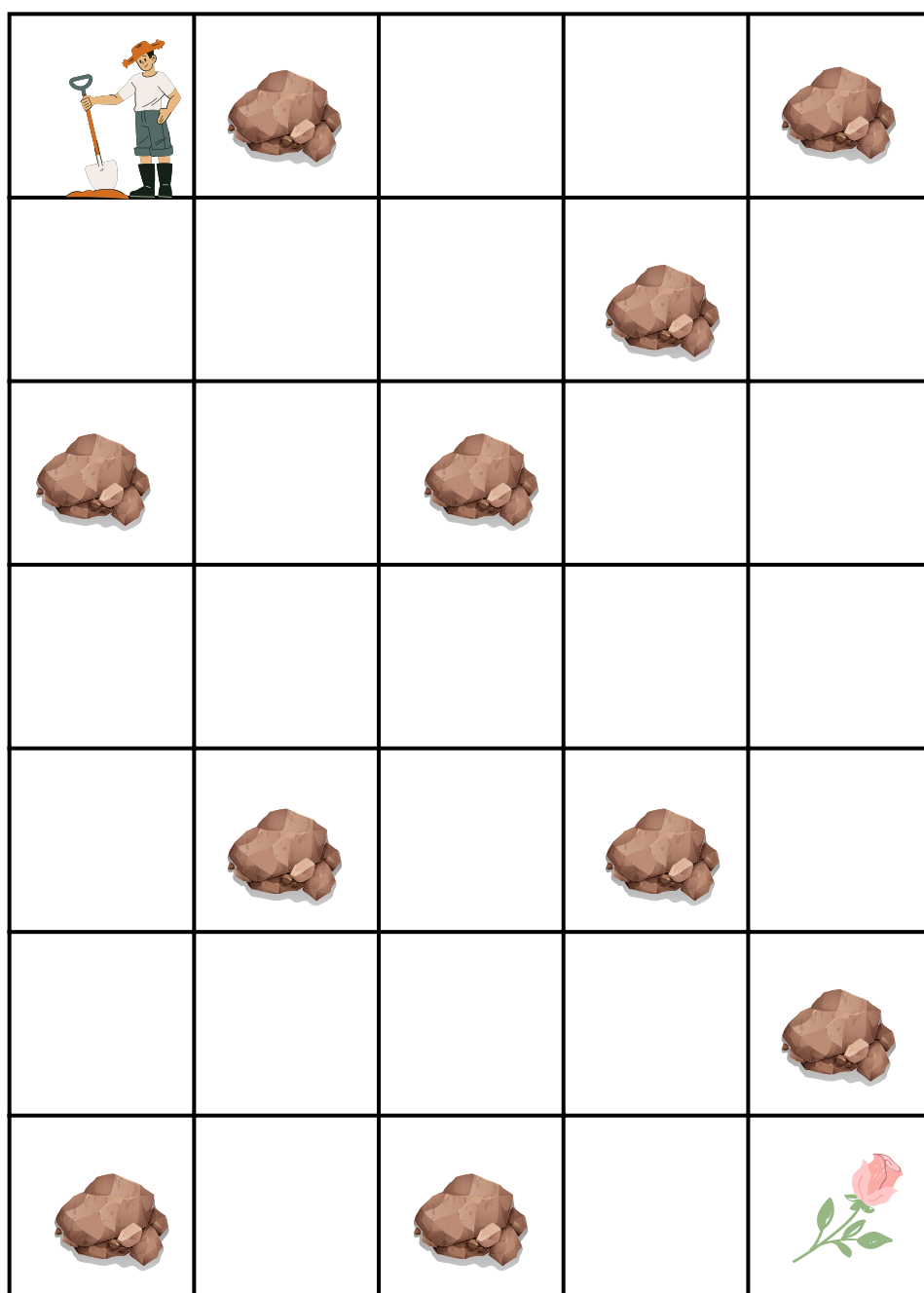
4. Resuelve el siguiente ejercicio, teniendo en cuenta que los dedos hacia arriba suman y los dedos hacia abajo restan. Escribe el resultado en el círculo final. Evita ahcer anotaciones durante el proceso.



El resultado es:



5. Ayuda al jardinero a llegar a la rosa, evitando los obstáculos, indicando con flechas, la dirección a seguir



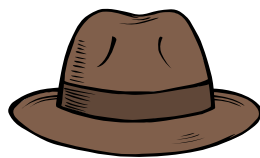
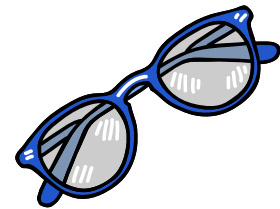


El teu espai de salut i educació

www.espaipsicofamiliar.com

Raval Sant Pere, 43.
Reus (Tarragona).
Telf. 623 006 667

6. Memoriza las siguientes imágenes, luego tapa los objetos y trata de escribir el nombre de los que recuerdes en las casillas de abajo.





El teu espai de salut i educació

www.espaipsicofamiliar.com

Raval Sant Pere, 43.
Reus (Tarragona).
Telf. 623 006 667

7. Dibuja y memoriza las siguientes palabras, luego tapa y escribe las que recuerdas.

ZAPATOS TRIÁNGULO CUADRO TIEMPO

PUERTA LIBRO MESA SOL



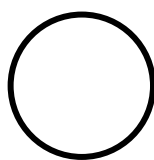
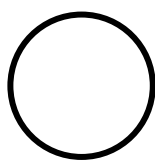
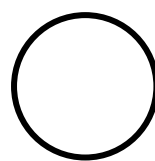
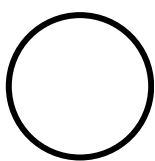
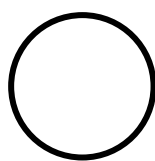
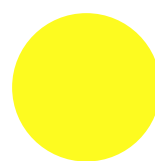
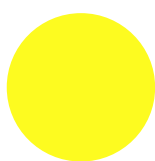


El teu espai de salut i educació

www.espaipsicofamiliar.com

Raval Sant Pere, 43.
Reus (Tarragona).
Telf. 623 006 667

8. ¿Qué colores obtenemos al mezclar estos colores?



¿Qué otras mezclas de colores se te ocurren?

9. Inventa el diàleg, para que los dibujos tengan sentido:



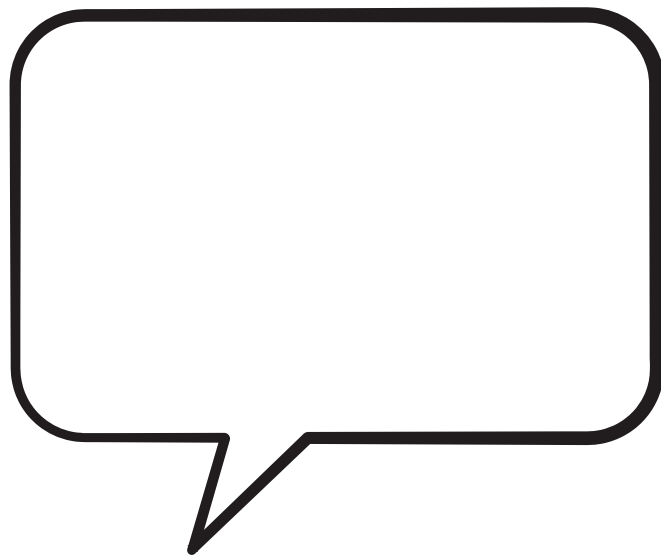
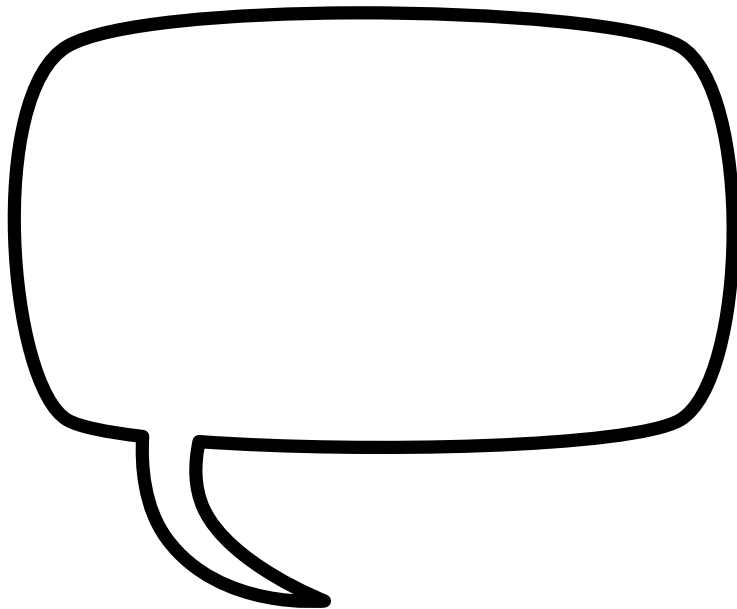


ESPAI
PSICOFAMILIAR

El teu espai de salut i educació

www.espaipsicofamiliar.com

Raval Sant Pere, 43.
Reus (Tarragona).
Telf. 623 006 667



10. Inventa el diàleg, para que los dibujos **no** tengan sentido:





ESPAI
PSICOFAMILIAR

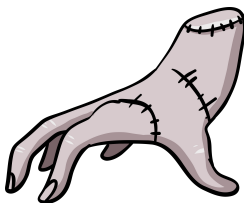
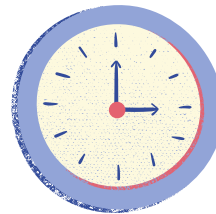
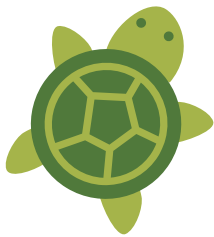
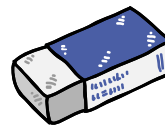
El teu espai de salut i educació

www.espaipsicofamiliar.com

Raval Sant Pere, 43.
Reus (Tarragona).
Telf. 623 006 667



11. Busca los dos objetos relacionados, según su temática:



¿Qué es Espai Psicofamiliar?

Espai Psicofamiliar es un centro multidisciplinar de salud y educación ubicado en Reus (Tarragona). Trabajamos en equipo para ofrecer una atención individualizada, integral y de calidad, basada en una formación continuada y amplia experiencia profesional.

Nuestro objetivo es conseguir el equilibrio y bienestar físico y emocional para todos los miembros de la familia. Atendemos a niños, adolescentes, adultos y personas mayores desde nuestras especialidades.

Los servicios que se ofrecen en Espai Psicofamiliar son:



Psicología infantojuvenil · Psicología de adultos ·
Psicología familiar y de pareja · U. Perinatal

Terapia psicomotriz · Atención temprana



Neuropsicología infantojuvenil y de adultos ·
Dificultades de aprendizaje · Estimulación cognitiva

Logopedia · Terapia Miofuncional



Psicología Judicial y Forense ·
Evaluaciones periciales

Nutrición y dietética · Alimentación infantil



Raval de Sant Pere 43 -45, Reus
Telf. 623 00 66 67
info@espaciopsicofamiliar.es
www.espaciopsicofamiliar.es