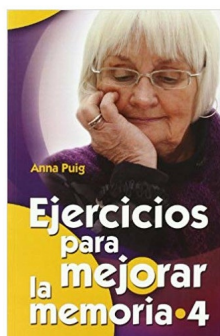


Ejercicios para mejorar la memoria 4

Ref.: 001157



Autora: Anna Puig Alemán.

Editorial: CCS Editorial.

Ejercicios para mejorar la Memoria 4 es la continuación de [Ejercicios para mejorar la Memoria 3](#) y, por tanto, el nivel de dificultad que presenta es superior. Se trata de un programa de prevención y promoción de la salud dirigido a todas aquellas personas interesadas en mejorar su memoria de forma individual.

Es un instrumento que facilita el ejercicio mental de una forma entretenida y variada. Se presentan 180 ejercicios de dificultad creciente que inciden en diferentes capacidades cognitivas y refuerza diferentes mnemotécnicas. Los ejercicios se estructuran en grupos de cinco y se distribuyen en 36 sesiones.

Puede ser utilizado también por profesionales que intervienen con personas mayores como complemento al Programa de Entrenamiento de la Memoria o como complemento a los Talleres de memoria.

Anna Puig es Doctora en Psicología por la Universidad de Barcelona. Desarrolla su actividad profesional como especialista en programas de psicoestimulación en el ámbito gerontológico.



Eneso Tecnología de Adaptación S.L. · (+34) 951 137 145 · www.eneso.es