



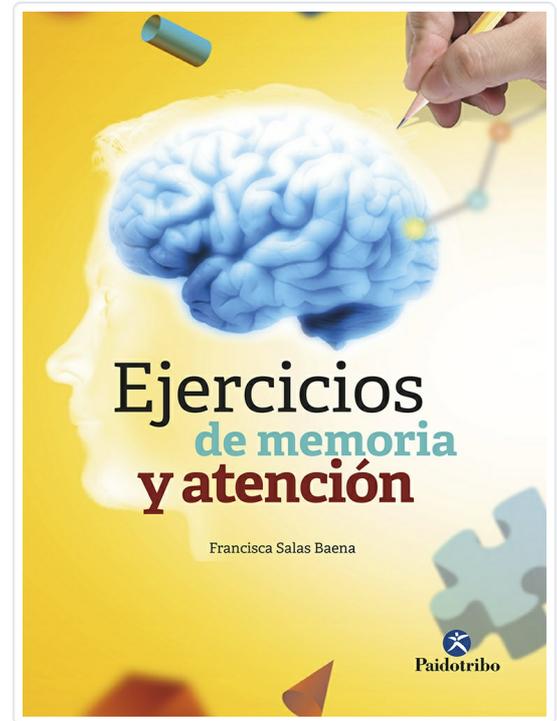
salas baena, francisca

Ejercicios de memoria y atención

En este libro se proponen 60 ejercicios destinados a potenciar la concentración y la memoria, dirigidos tanto a personas mayores como a todos aquellos que quieran oxigenar su cerebro.

Los ejercicios estimulan la retención de los detalles de forma fácil y divertida: memorizando colores, equivalencias y figuras, recordando palabras e imágenes. Dedicar un momento del día relajado a concentrarse en estos ejercicios. Y tal como nos recomienda la autora, salir, conocer gente nueva, mirar siempre con ojos de niño, así tu mente seguirá aprendiendo y recordando.

Francisca Salas, profesora de Estimulación de la memoria, nos invita con estas actividades basadas en la experiencia con sus alumnos a cuidar nuestra atención, a seguir aprendiendo y, en definitiva, a sentirse bien.



Editorial	Paidotribo
Colección	Tercera Edad
Encadernación	Tapa blanda o rústica
Páginas	120
Tamaño	275x210x mm.
Peso	430
Idioma	Español
Tema	Psicología, pedagogía, autoayuda
EAN	9788499107349
PVP	27,90 €
PVP sen IVE	26,83 €



9788499107349