

## **PROGRAMA DE VERANO UNEX - 2016**

**Febrero – Marzo**

### **Gimnasia Mental**

**Profesora: María del Carmen Ontaneda**

El Taller está dirigido al desarrollo, recuperación y mantenimiento de las capacidades básicas del pensamiento. Es a través de la Mediación como se logra el desarrollo de las mismas, haciendo que las personas mejoren su atención y concentración.

Los ejercicios van desde el nivel concreto de pensamiento al nivel abstracto, haciendo también que la persona ejercite y desarrolle la fluidez verbal y flexibilidad de pensamiento.

Se brinda información sobre los procesos neuropsicológicos que permiten el mantenimiento cognitivo y el desarrollo de la Reserva Cerebral; así como estrategias metacognitivas, que garantizan la Modificabilidad Estructural Cognitiva.

### **DURACIÓN**

- 12 horas
- Fechas: 18, 23 y 25 de febrero y 02, 04 y 09 de marzo
- Horario: De 3:00 p.m. – 4.45 p.m.

### **LUGAR**

- Sala de Artes Marciales - Polideportivo

### **INVERSIÓN**

S/. 220.00