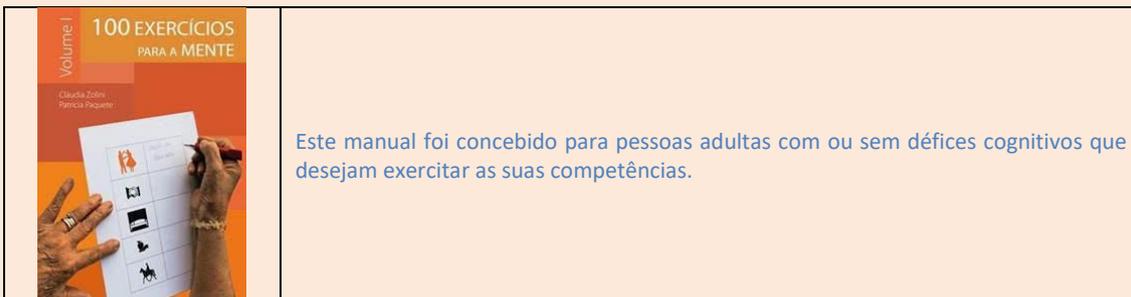


100 Exercícios para a Mente – Vol. 1



Ficha

Versão:	Portuguesa
Autor:	Patrícia Paquete e Cláudia Zolini
Idades:	
Aplicação:	Individual
Duração:	
Classificação:	

Descrição

Pretende ser um manual flexível e dinâmico, para ser utilizado não só como recurso terapêutico para profissionais, mas também como meio de ligação entre familiares, pessoas que cuidam e que são cuidadas. A estimulação conseguida através destes exercícios ajuda a manter a sua mente ativa, mas deve fazer parte de um conjunto alargado de ações de promoção da saúde. Mantenha hábitos saudáveis ao longo da vida e participe em atividades diversificadas e promotoras de bem-estar. Lembre-se: - Motivação e disposição são condições essenciais para a participação em novas formas de estimulação cognitiva; - Confie nas suas competências e nas pessoas que o acompanham; - Mantenha-se ativo! Esperamos que este manual possa ir de encontro às suas expetativas e que tenha satisfação em utilizá-lo.

Contém:

- Estratégias de Utilização;
- Exercícios (Memória, Linguagem, Cálculo e Gnosias);
- Bibliografia.

Normas

--

Correcção

--

Material

- Livro.