

EXPLICACIONES PARA EL CUIDADOR/FAMILIAR

HORARIO SEMANAL				
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
Orientación a la realidad	Orientación a la realidad	Orientación a la realidad	Orientación a la realidad	Orientación a la realidad
Estimulación cognitiva ATENCION	Estimulación cognitiva LENGUAJE	Estimulación cognitiva CALCULO	Estimulación cognitiva MEMORIA	Estimulación cognitiva GNOSIAS
Gimnasia	Gimnasia	Gimnasia	Gimnasia	Gimnasia
Juegos de mesa	Taller funcional	Manualidad	Juegos de mesa	Taller funcional

1. Todos los días a la hora de ponernos a realizar la estimulación cognitiva primero trabajaremos la **ORIENTACIÓN A LA REALIDAD** con las siguientes preguntas (se pueden ir alternando). Todo ello también se puede realizar por escrito, se puede alternar unos días por escrito y otros de forma verbal.

- *¿Cuántos días tiene la semana? Los decimos con él si precisa ayuda, sino sólo emitimos el primero y que lo continúe sólo, si es muy fácil para el usuario en ese momento, que los diga del último al primero.*
- *¿Qué día de la semana es hoy? ¿Entonces cuál fue ayer? Y ¿Cuál será mañana?*
- *¿Cuántos meses tiene el año? Los decimos con él si precisa ayuda, sino sólo emitimos el primero y que lo continúe sólo, si es muy fácil para el usuario en ese momento, que los diga del último al primero.*
- *¿En qué mes del año estamos? Y seguidamente se le pregunta ¿cuántos días tiene este mes? Y ¿qué día es hoy?*
- *¿En qué estación del año estamos?*
- *¿Qué hora es? Se mira el reloj si tiene, sino se le muestra uno.*
- *Finalmente se dice todo junto, trabajando así la memoria.*

2. Después comenzaremos con la **ESTIMULACIÓN COGNITIVA:**

- Los LUNES se realizarán tareas de ATENCIÓN, en las cuales el usuario pondrá en marcha la percepción visual, memoria y concentración. Al comenzar debe poner su nombre y fecha que anteriormente se ha trabajado en la parte de arriba, y tras ello se le explica la tarea y a lo largo de su realización se le repite o se le dan ayudas si así lo precisa, siempre ofreciéndole pistas, nunca diciéndole la respuesta correcta o la solución.
- Los MARTES se realizarán tareas de LENGUAJE, en las cuales el usuario pondrá en marcha áreas cerebrales relacionadas con la lectura, escritura, comprensión, reglas ortográficas, memoria y procesamiento de discriminación de letras. Al comenzar debe poner su nombre y fecha que anteriormente se ha trabajado en la parte de arriba, y tras ello se le explica la tarea y

a lo largo de su realización se le repite o se le dan ayudas si así lo precisa, siempre ofreciéndole pistas, nunca diciéndole la respuesta correcta o la solución

- Los **MIÉRCOLES** se realizarán tareas de **CÁLCULO**, en las cuales el usuario pondrá en marcha la escritura y procesamiento de números, operaciones matemáticas y memoria (a la hora de las operaciones complejas). Al comenzar debe poner su nombre y fecha que anteriormente se ha trabajado en la parte de arriba, y tras ello se le explica la tarea y a lo largo de su realización se le repite o se le dan ayudas si así lo precisa, siempre ofreciéndole pistas, nunca diciéndole la respuesta correcta o la solución
 - Los **JUEVES** se realizarán tareas de **MEMORIA**, en las cuales el usuario pondrá en marcha la memoria de corto y largo plazo, vivencias pasadas y la concentración. Al comenzar debe poner su nombre y fecha que anteriormente se ha trabajado en la parte de arriba, y tras ello se le explica la tarea y a lo largo de su realización se le repite o se le dan ayudas si así lo precisa, siempre ofreciéndole pistas, nunca diciéndole la respuesta correcta o la solución
 - Los **VIERNES** se realizarán tareas de **GNOSIAS Y PRAXIAS**, en las cuales el usuario pondrá en marcha diversas áreas para las funciones ejecutivas. Al comenzar debe poner su nombre y fecha que anteriormente se ha trabajado en la parte de arriba, y tras ello se le explica la tarea y a lo largo de su realización se le repite o se le dan ayudas si así lo precisa, siempre ofreciéndole pistas, nunca diciéndole la respuesta correcta o la solución.
3. Una vez que a diario se realice la orientación bien verbal o por escrito y realice la tarea según el día de la semana, por la tarde o bien a final de la mañana (según horarios de cada familia) se realizarán tareas complementarias como **JUEGOS DE MESA** (parchís, cartas, cinquillo, siete y media, tute, oca...) o **TALLER FUNCIONAL** donde nuestro usuario trabajará la motricidad fina que podemos hacer fácilmente en casa. Algunos ejemplos son:

- En un bote juntamos un poco de garbanzos, lentejas, habichuelas, etc y les pedimos que separe algún grupo de legumbres del resto.
- Agrupamos un puñado de macarrones y tienen que realizar un collar, es decir, meter los macarrones en un hilo.



- Pasar con aguja e hilo (o sólo hilo) por los agujeros de los botones, también sería coser si el usuario está acostumbrado a esa situación.
- Roscar y desenroscar tapones del envase.
- Recortar figuras o imágenes de una revista o periódico, si no se dispone de ellas, podemos dibujar figuras en un papel y que las recorte nuestro familiar.

También se elaborará alguna **MANUALIDAD**, os dejamos algunos ejemplos.

Nombre:

Fecha:

FICHA ORIENTACIÓN PERSONAL

-¿Cuántos días tiene la semana? Escríbelos:

-¿Qué día de la semana es hoy?

-¿Cuántos meses tiene el año? Escríbelos:

-¿En qué mes del año estamos?

-¿Cuántos días tiene este mes?

-¿Qué día es hoy?

-¿En qué estación del año estamos?

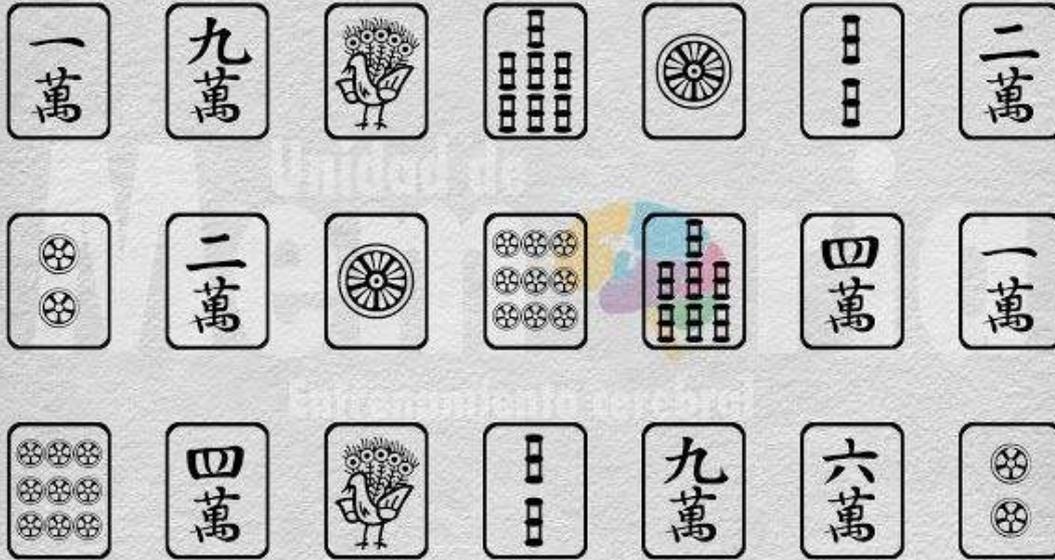
¿Qué hora es? Dibuja un reloj y marca con las agujas la hora que es, luego colorea:

Nombre:

Fecha

FICHA ATENCIÓN

Encuentra el que no está repetido



Percepción visual, copia el modelo

+	/	∩	=				
	—	:	=				
∩	+	/	:				

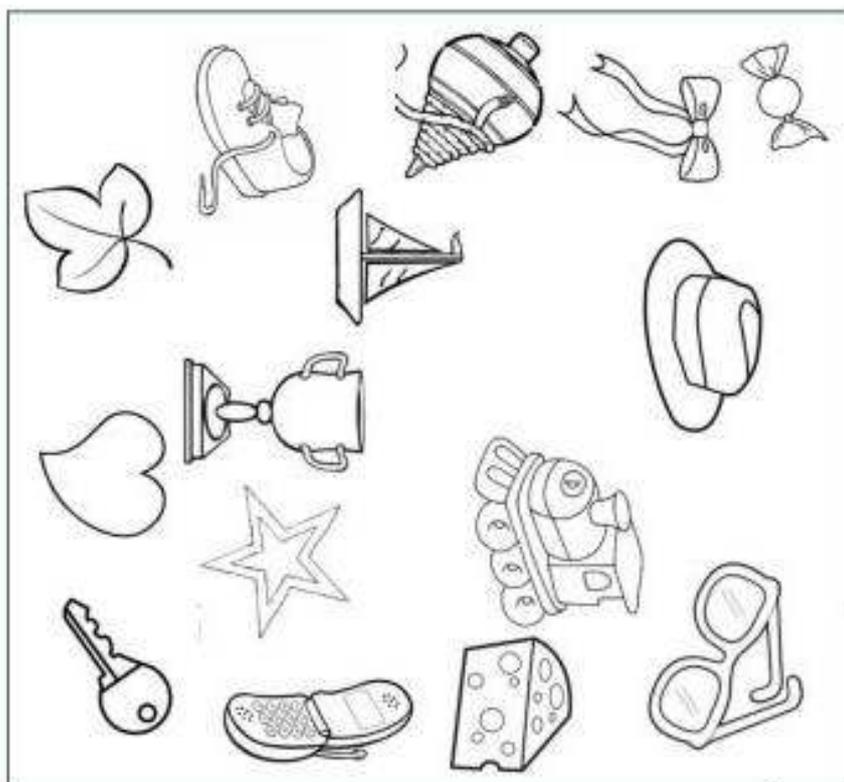
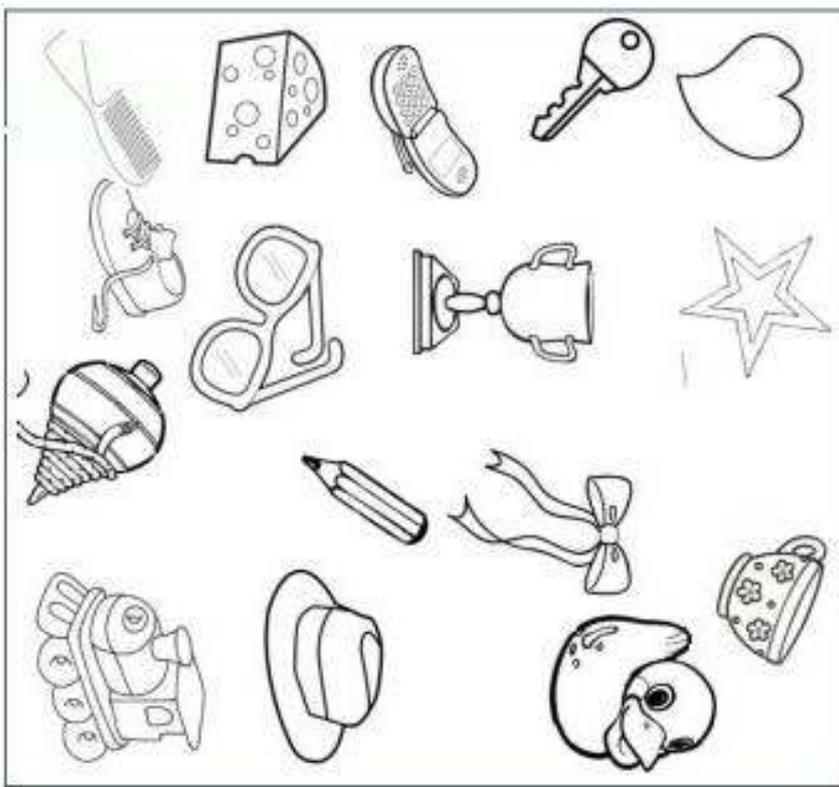
		—	=				
≡	≡	≡	≡				

Nombre:

Fecha

FICHA ATENCIÓN

Colorea los objetos del cuadrado de la derecha que estén en el de la izquierda



Nombre:

Fecha:

FICHA LENGUAJE

II. Escriba palabras que empiecen por las letras:

M	P	L

II. Una con flechas, el adjetivo más adecuado a cada palabra:

DIENTES

VERDE

PELO

JUSTA

CAUSA

MADURA

PRADERA

BLANCOS

FRUTA

CANOSO

FICHA LENGUAJE

Nombre: _____	Colorea: A- amarilla
Fecha: _____ Ficha N°: __	E- marrón
	I- roja
	O- azul
	U- rosa

A	E	I	O	U	U	I
O	U	A	I	U	A	E
O	I	E	I	A	U	O

¿Cuántas hay?

A: ___ E: ___ I: ___ O: ___ U: ___

Ahora escriba palabras que acaben por cada vocal anteriormente señalada:

A _____

E _____

I _____

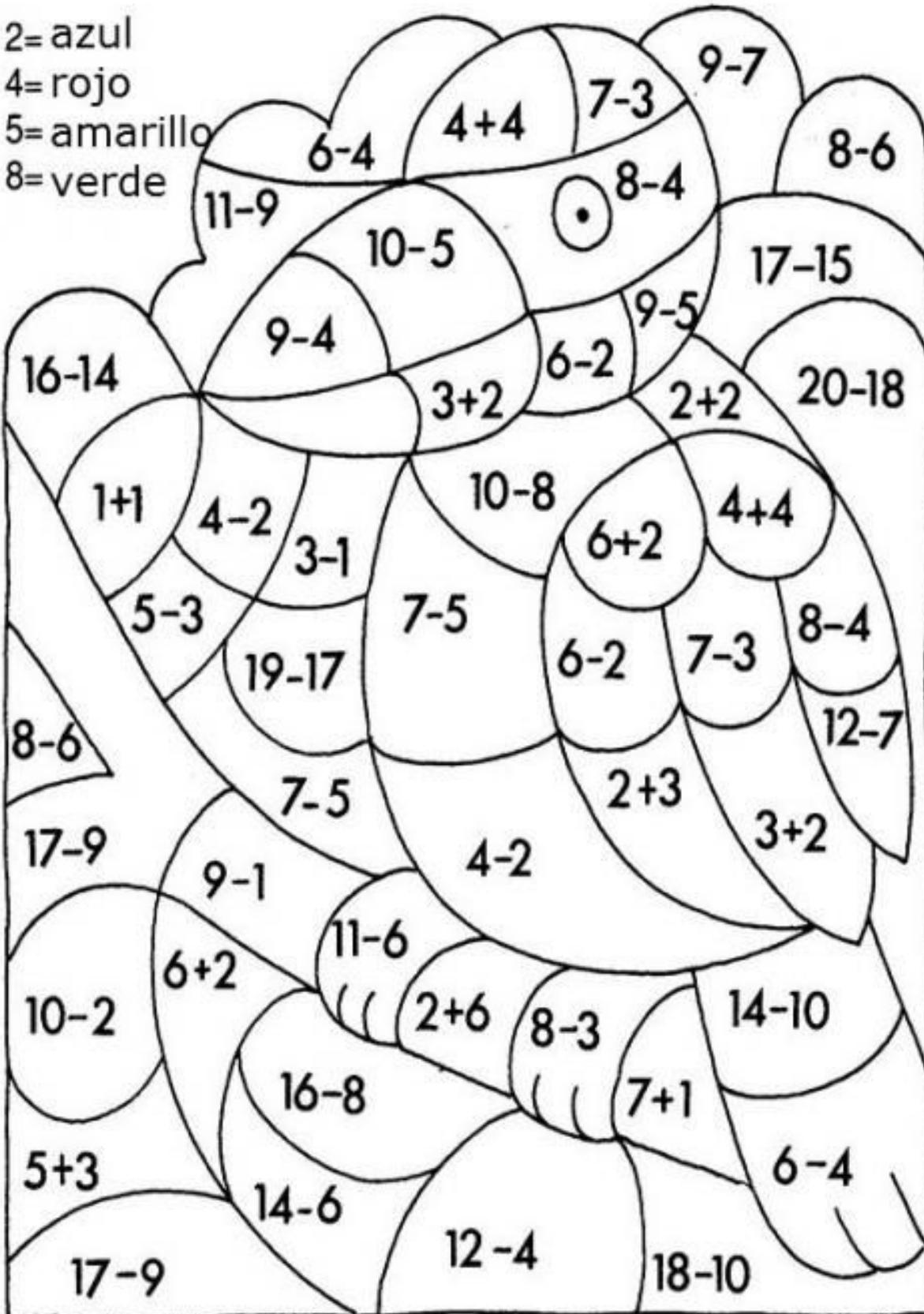
O _____

U _____

FICHA CÁLCULO

Escribe la solución al lado de cada operación y colorea según indica:

- 2= azul
- 4= rojo
- 5= amarillo
- 8= verde



Nombre:

Fecha:

FICHA MEMORIA

Explique verbalmente las siguientes cuestiones:

- ¿Qué recuerda del día de su boda?
- ¿Qué recuerda de la infancia de sus hijos?
- ¿Qué recuerda de su etapa laboral?
- ¿En que consistía su empleo?
- ¿Qué recuerda de la guerra civil española?

II. Lea los siguientes refranes populares:

- “De tal palo, tal astilla”
- “Dime con quién vas y te diré quién eres”
- “Por la boca, muere el pez”
- “A mal tiempo, buena cara”
- “Nadie nace enseñado, si no es a llorar”
- “Cuando amanece, para todo el mundo amanece”
- “Alcanza quien no cansa”
- “Quien bien quiere, bien obedece”
- “A las penas, puñaladas”

Recuerde alguno de los refranes que ha leído.

Por último, rodee aquellos que ha recordado su familiar

FICHA MEMORIA

Durante 1 minuto observe las imágenes detenidamente e intente memorizarlas, a continuación doble la hoja y debajo escriba las que recuerde



Escriba aquellas imágenes que recuerde:

FICHA GNOSIAS Y PRAXIAS

X. A partir de unos códigos de colores, siga cada una de las diferentes líneas con un color.

- Repase el nº 1 con el color rojo.
- Repase el nº 2 con el color azul.
- Repase el nº 3 con el color verde.



MANUALIDAD

COLOREA, PEGA ALGODÓN EN LAS NUBESY RECORTA EL ARCOIRIS. PEGA UN HILO POR DETRÁS Y CUÉLGALO EN TU VENTANA, TE PUEDES FIJAR EN LA MUESTRA

