

## 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: .....

## ORIENTACIÓN PERSONAL

Responde a las siguientes preguntas:

¿Cómo te llamas? \_\_\_\_\_

¿Qué día naciste? \_\_\_\_\_

¿Qué edad tienes? \_\_\_\_\_

¿En qué sitio estás ahora? \_\_\_\_\_

¿En qué pueblo? \_\_\_\_\_

Ciudad: \_\_\_\_\_

País: \_\_\_\_\_

¿Qué día de la semana es? \_\_\_\_\_

¿En qué mes estamos? \_\_\_\_\_

¿En qué año? \_\_\_\_\_

¿En qué momento del día estamos? \_\_\_\_\_

Son las \_\_\_\_\_ horas

¿Cómo se llaman tu mujer, hijos y nietos? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

# **ORIENTACIÓN TEMPORAL**

Nombre : .....

Fecha: .....

¿Qué hora es?



8 : 00

Las ocho en punto.



:



:



:



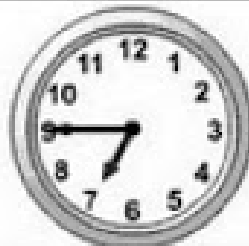
:



:



:



:



:

NOMBRE: ..... APELLIDOS: .....

FECHA: .....

**ACTIVIDAD DE ATENCIÓN.** Marca con una X todas las letras "Y" que encuentres a continuación.

Y									
Y	T	H	K	H	S	R	W	Y	W
Ñ	Z	X	F	Y	M	Y	J	Q	Y
S	S	B	Y	I	Y	D	Y	Z	S
Y	Y	E	S	T	D	S	H	Y	Y
A	D	N	N	I	G	T	R	B	Ñ
E	F	X	P	L	M	G	A	Z	H
F	A	D	A	Y	Y	U	Y	U	Y
Y	L	S	J	H	J	Y	Y	Y	L
L	Y	N	S	F	Ñ	H	S	W	P
B	K	J	Y	O	F	Y	M	Y	U
X	L	M	Y	Y	I	O	P	P	Ñ
L	E	R	T	Y	Y	V	Y	G	E
S	D	T	R	R	G	H	H	U	Y
Y	Y	Q	E	Z	P	Y	D	W	Q
R	G	V	B	N	N	M	Y	I	U
U	P	L	Y	H	A	X	T	T	R
V	E	D	R	Y	A	Q	W	Y	H
J	O	Y	T	D	Z	X	C	Y	Y

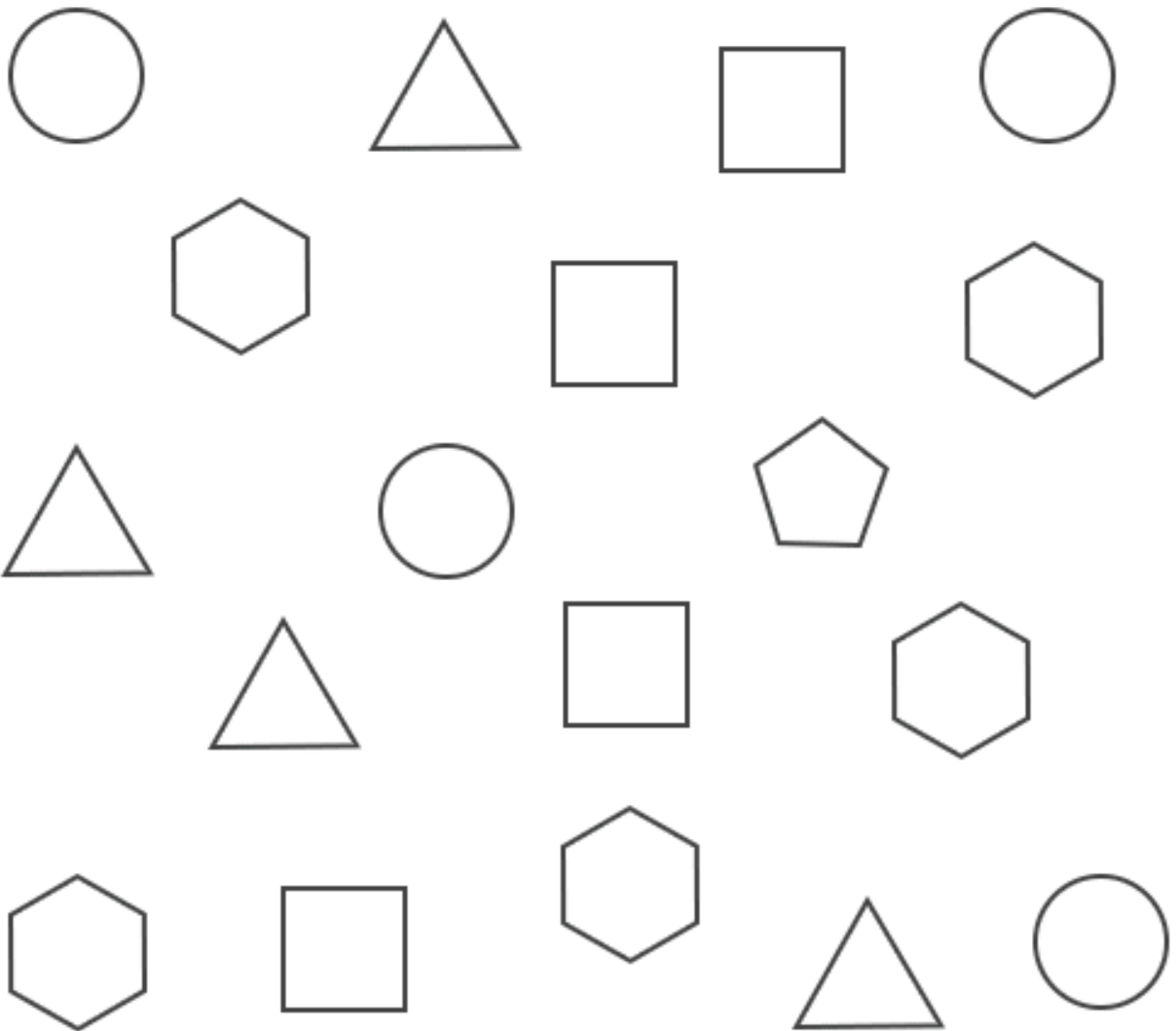
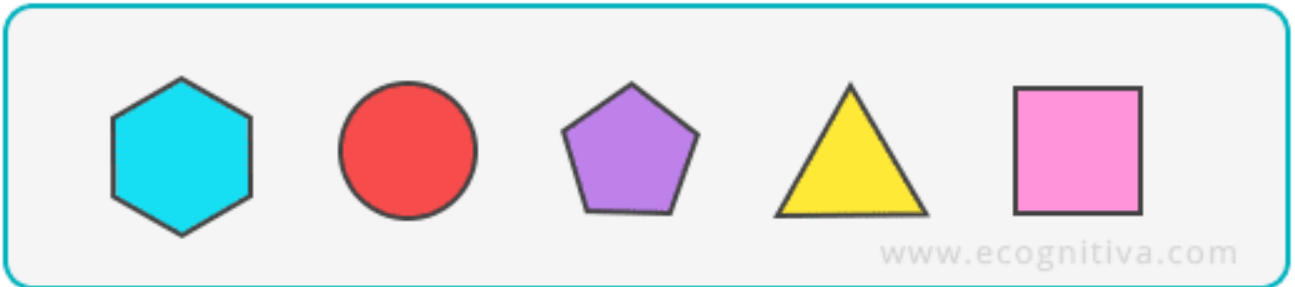
**ESTIMULACIÓN COGNITIVA: ATENCIÓN**

Mi nombre: .....

Fecha: ..... Hora: .....

---

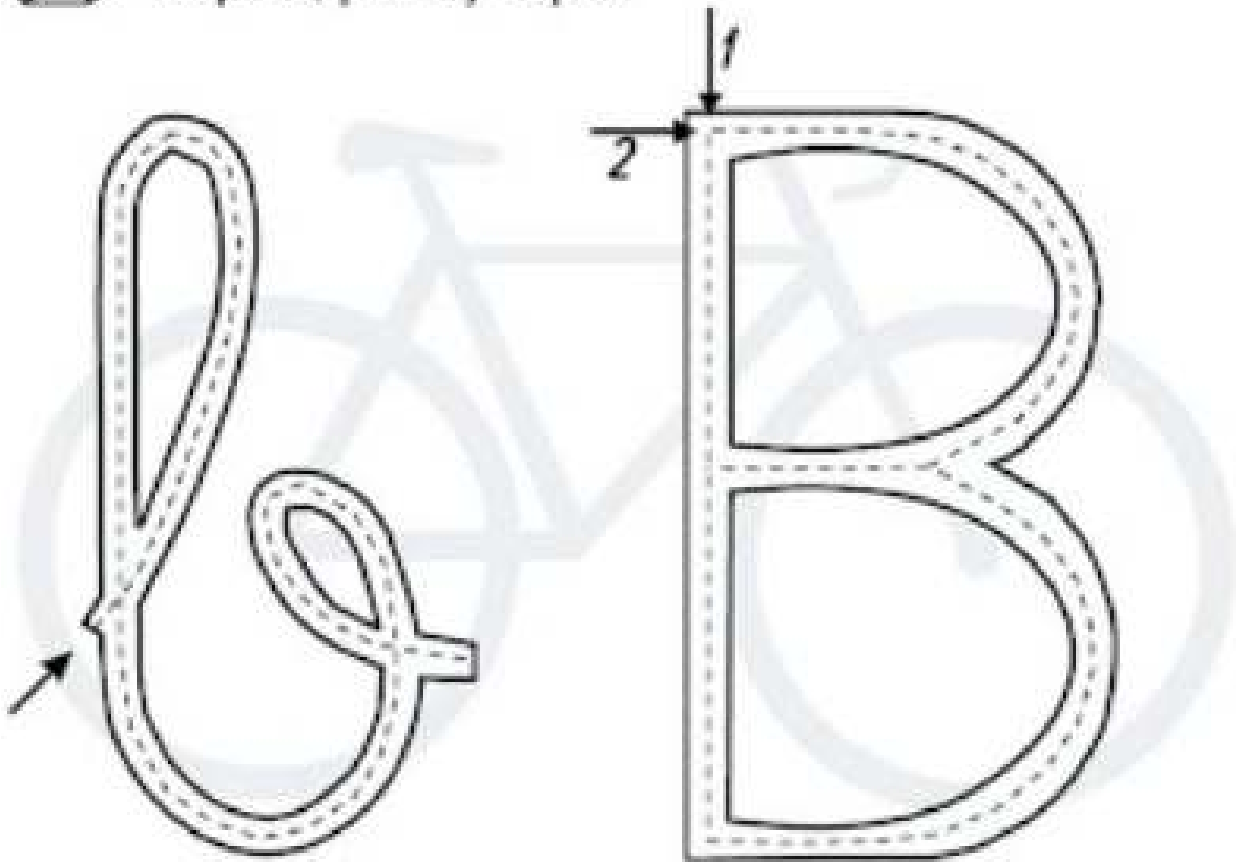
Coloree las formas tal como se muestra en el recuadro:



NOMBRE: ..... FECHA: .....

# ESTIMULACIÓN COGNITIVA: LENGUAJE

 Repasa, pinta y copia.

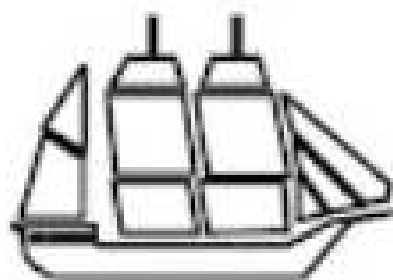
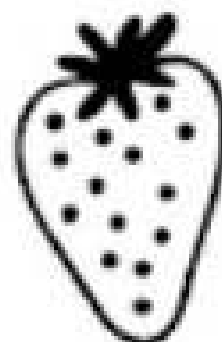
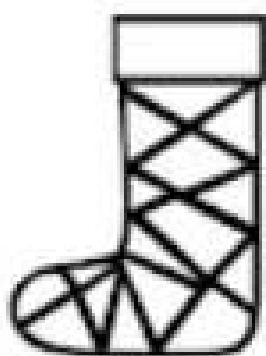


b b b b b B B B B B

ba be bi bo bu



 Rodea los nombres que tengan la letra "b".



## ESTIMULACIÓN COGNITIVA: LENGUAJE

Mi nombre: .....

Fecha: ..... Hora: .....

---

Complete las siguientes oraciones:

Comemos la sopa con una .....

Cuando hace frío llevamos un .....

La hierba es de color .....

Decimos "Buenos días" por la .....

Usamos un paraguas cuando .....

Utilizamos un lápiz para .....

Compramos fruta en la .....

Por la noche encendemos la .....

Vemos las noticias en la .....

NOMBRE: ..... FECHA: .....

ESTIMULACIÓN COGNITIVA: CÁLCULO

$$\begin{array}{r} + 82 \\ 11 \\ \hline \end{array}$$

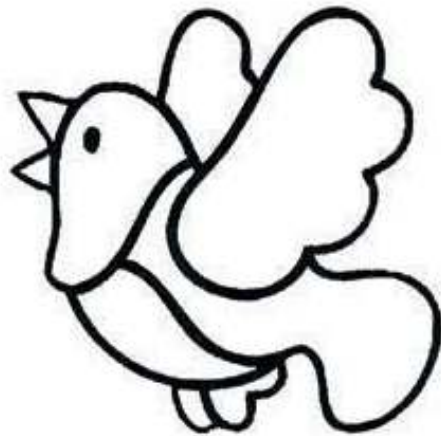
$$\begin{array}{r} + 16 \\ 13 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} + 20 \\ 29 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} + 53 \\ 21 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} + 78 \\ 21 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} + 32 \\ 53 \\ \hline \end{array}$$



$$\begin{array}{r} + 23 \\ 45 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} + 25 \\ 71 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} + 55 \\ 24 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} + 12 \\ 75 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} + 30 \\ 61 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} + 85 \\ 14 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} + 22 \\ 45 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} + 63 \\ 34 \\ \hline \end{array}$$

## ESTIMULACIÓN COGNITIVA: CÁLCULO

Nombre: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

$8 + 0 = \underline{\quad}$

$6 + 2 = \underline{\quad}$

$8 + 1 = \underline{\quad}$

$7 + 0 = \underline{\quad}$

$2 + 5 = \underline{\quad}$

$4 + 3 = \underline{\quad}$

$9 + 0 = \underline{\quad}$

$5 + 4 = \underline{\quad}$

$5 + 4 = \underline{\quad}$

$2 + 3 = \underline{\quad}$

$2 + 6 = \underline{\quad}$

$6 + 1 = \underline{\quad}$

$8 + 0 = \underline{\quad}$

$4 + 1 = \underline{\quad}$

$5 + 2 = \underline{\quad}$

$3 + 6 = \underline{\quad}$

$4 + 1 = \underline{\quad}$

$2 + 3 = \underline{\quad}$

$7 + 1 = \underline{\quad}$

$7 + 0 = \underline{\quad}$

$8 + 1 = \underline{\quad}$

$5 + 1 = \underline{\quad}$

$4 + 4 = \underline{\quad}$

$6 + 0 = \underline{\quad}$

NOMBRE: ..... FECHA: .....

**ESTIMULACIÓN COGNITIVA: MEMORIA**

**COMPLETA LOS SIGUIENTES REFRANES:**

A caballo regalado \_\_\_\_\_

A palabras necias \_\_\_\_\_

Agua que no has de beber \_\_\_\_\_

Al mal tiempo, \_\_\_\_\_

Al que madruga, \_\_\_\_\_

Cría cuervos \_\_\_\_\_

Dime con quién andas \_\_\_\_\_

El que avisa \_\_\_\_\_

El que no llora \_\_\_\_\_

En abril, \_\_\_\_\_

En boca cerrada \_\_\_\_\_

Más vale pájaro en mano \_\_\_\_\_

No dejes para mañana \_\_\_\_\_

No hay mal \_\_\_\_\_

No por mucho madrugar \_\_\_\_\_

Perro ladrador, \_\_\_\_\_

**NOMBRE:** ..... **FECHA** .....

**ESTIMULACIÓN COGNITIVA: MEMORIA**

**ESCRIBE 5 COSAS DE CADA CATEGORÍA:**

<b>ANIMALES</b>	<b>COMIDAS</b>
<b>NOMBRES DE MUJER</b>	<b>NOMBRES DE HOMBRE</b>
<b>PROFESIONES</b>	<b>MEDIOS DE TRANSPORTE</b>

NOMBRE: ..... FECHA .....

**ESTIMULACIÓN COGNITIVA: GNOSIAS**

Dígame o escriba a qué animales pertenecen las siguientes siluetas:



-----



-----



-----



-----



-----



-----



-----



-----

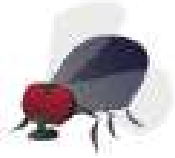
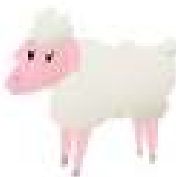


-----

NOMBRE: ..... FECHA .....

ESTIMULACIÓN COGNITIVA: GNOSIAS

Rodea las cosas que se usan en el colegio





## MANUALIDAD: BOTE DE SAL

DESCRIPCIÓN: elaboración de un bote decorativo con sal de diferentes colores.

### MATERIALES:

- Bote de cristal pequeño
- Hoja de papel.
- Sal fina.
- Tizas de colores.

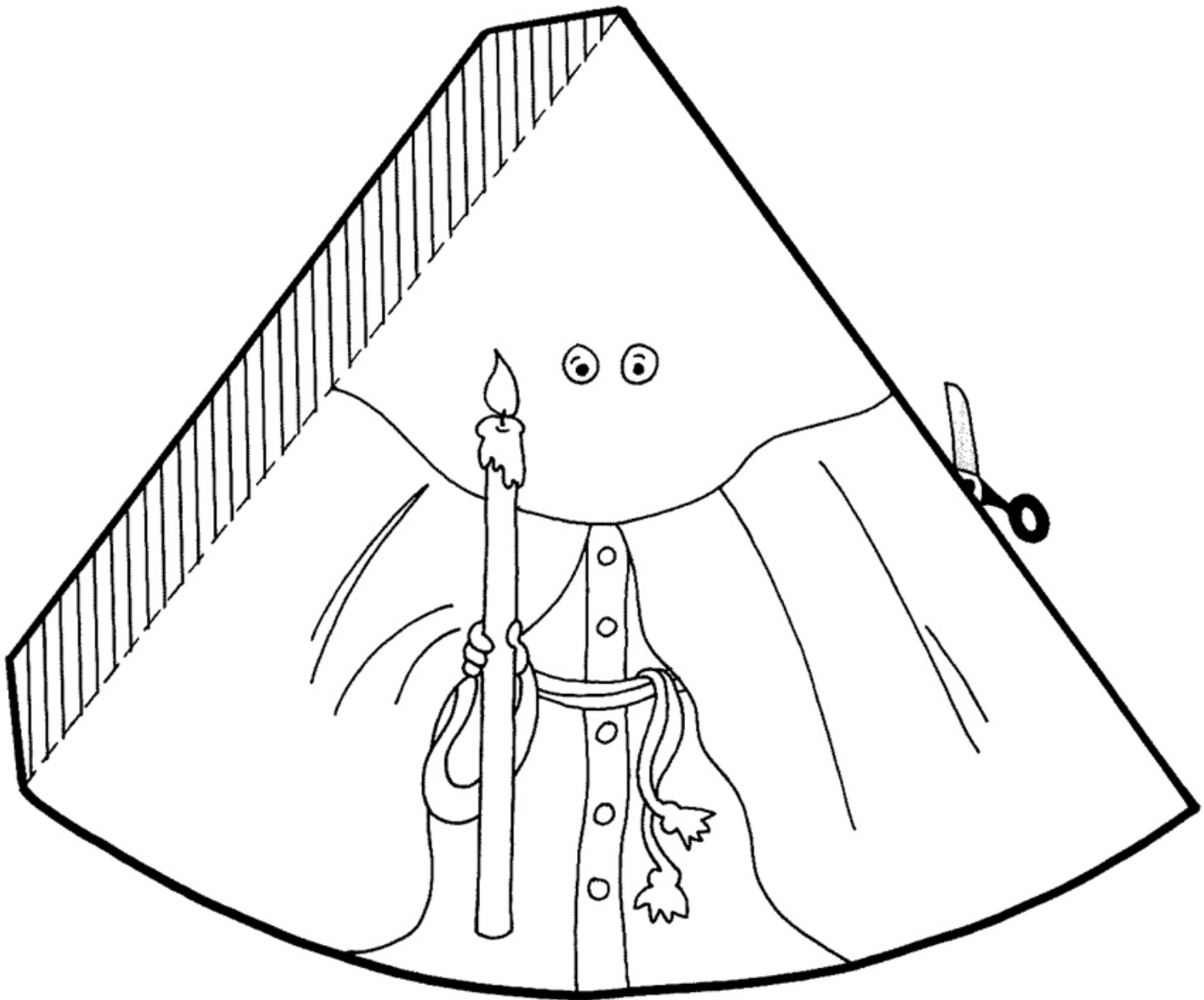
### DESARROLLO:

- Verter una pequeña cantidad de sal sobre unas hojas de papel.
- Frotar la tiza sobre la sal hasta que ésta quede totalmente teñida del color elegido.
- Se repetirá la misma operación con los diferentes colores de las tizas en distintas cantidades de sal. Cuanto más intenso sea el color elegido más vistoso será el resultado.
- Una vez finalizado el proceso, se dispondrá de varios montones de sal teñida de distintos colores que se irán vertiendo poco a poco en el interior del recipiente de cristal, dejando que sea cada participante el que elija los colores.
- Mientras estén pintando la sal, se podrá aprovechar para hacerles las siguientes preguntas: ¿De dónde se obtiene la sal? ¿Qué colores hemos utilizado? ¿Cómo está la comida cuando tiene mucha sal? ¿Y cuándo tiene poca?



## MANUALIDAD: NAZARENO DE SEMANA SANTA

Colorea, recorta y pega



## MANUALIDAD: ARCO IRIS CONTRA EL CORONAVIRUS

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

