

Programa de Estimulación Cognitiva e Inteligencia Emocional para Mayores

Autores

Universidad de Almería



¿Qué hay de nuevo?

En la actualidad, nos encontramos multitud de programas que fomentan el Envejecimiento Activo, siendo la estimulación de las capacidades cognitivas uno de los aspectos más potenciados.

El programa incorpora, la educación y el entrenamiento de las emociones, es decir, se trata de un Programa de Estimulación Cognitiva e Inteligencia Emocional para personas mayores sin deterioro cognitivo, que va a implementarse en el Centro Histórico de la Ciudad de Almería, donde existe una ratio muy superior de personas mayores respecto a otros barrios de la ciudad.

El programa de entrenamiento se desarrollará en **TABLET**, y por tanto, en dos dimensiones y mediante la manipulación directa de los sujetos a través de la pantalla táctil.

Combina técnicas de estimulación cognitiva con recursos para el entrenamiento de habilidades propias de la inteligencia emocional.

Ejemplos de actividades

RECONOCIMIENTO DE EMOCIONES



INTENSIDAD EMOCIONAL



ORDENAR VIÑETAS



EL PROYECTO...

- Elaborar e implementar el programa.
- Evaluar y analizar la relación entre diferentes conceptos (Calidad de Vida, Inteligencia Emocional, Satisfacción Vital, Atención y Memoria Cotidiana,...).
- Constatar la mejora en tareas cognitivas (tiempo y aciertos), y los beneficios de trabajar las emociones de forma paralela.

+ BENEFICIOS...

- ✓ Incluye el uso de Nuevas Tecnologías, a las personas mayores del centro histórico de Almería,
- ✓ Mejora la actividad e integración social, así como la igualdad de oportunidades de los mayores que viven en el caso histórico de Almería.