

## EJERCICIOS “ACTIVANDO LA MENTE”

### DIARIOS:

1 .Es importante que todos los días al despertar podamos **identificar la fecha** en la que nos encontramos, pues de esta forma permanecemos conectados con nuestro entorno y el día a día:

- Día de la semana:
- Número de Día:
- Mes:
- Año:
- Estación:

2. **Leer todos los días:** El periódico, un artículo, un capítulo de un libro en voz alta, una receta, una revista...

3. Si le gusta **escribir**, puede trabajar su memoria escribiendo todo lo que se recuerde de lo que se ha leído.

4. Realice **cálculos** o cuentas sencillas, puede aprovechar una receta para practicar y manejar las cantidades...

5. Haga **crucigramas**, puzles, sopas de letras... Si le gustan los juegos de mesa, practíquelos; facilitan y potencian la participación y la implicación social: Damas, ajedrez, cartas, dominó, mus, etc