

Cervell en joc: entrena la teva ment

CURS

2019-2020

PREINSCRIPCIÓ

04/12/19 fins al 18/05/20

MATRÍCULA

04/12/19 fins al 18/05/20

IMPORT MATRÍCULA

45 €

LÍMIT D'ALUMNES

0

TIPUS

Aula Oberta

CATEGORIA/ES

Salut

CRÈDITS

1 ECTS

MODALITAT FORMATIVA

No presencial

COORDINACIÓ

Jaume March Llanes

606503391

jaume.march@udl.cat

ORGANITZACIÓ

Centre de Formació Contínua UdL

C/Jaume II, 71

Campus de Cappont

25001 - Lleida

Tlf: 973703383

Fax: 973703377

formaciocontinua@udl.cat

PRESENTACIÓ

En els últims anys, l'augment de l'esperança de vida ha donat lloc a una major població d'edat avançada en la societat amb una sèrie de necessitats específiques. És per això que cada vegada trobem més iniciatives dirigides a promoure un envelliment actiu que enfoqui la jubilació com una oportunitat per nous aprenentatges i no com una exclusió. A mesura que ens anem fent grans, les nostres capacitats cognitives van disminuint el seu rendiment i existeixen algunes activitats que poden ajudar-nos a entrenar-les. I si els jocs poguessin ajudar-nos a millorar la nostra memòria, la nostra atenció o a planificar el nostre dia a dia? En aquest curs aprendrem a treure-li profit a aquells jocs que a més a més de fer-nos gaudir, ens ajudaran a aprendre. I com no podia ser d'una altra forma, ho descobrirem creant i jugant. Apunta't a aquest curs i endinsa't en el món del joc.

PROGRAMA

Cervell en joc: entrena la teva ment

- Cervell en joc: entrena la teva ment
- **Dies i hores en què s'imparteix**

Es realitzaran sessions diàries en diferit de 90' monotèmatics els dies 1, 2, 3 i 4 de juny (es penjaran totes les sessions des del dia 1 per tal que la persona s'organitzi durant la setmana) El dia 5, divendres, es farà una sessió de videoconferència en directe de dues hores. (si fos necessari, es podria adaptar l'horari segons les necessitats dels alumnes entre les 15:00 i les 19:00h.)

PROFESSORAT

ESTRADA PLANA, Verónica

MONTANERA FIGUERA, Roger

VITA BARRULL, Nuria

ALTRES INFORMACIONS

REQUISITS D'ADMISSIÓ

No són necessaris coneixements previs.

Reconegut amb 1 crèdit de lliure elecció/transversal a les titulacions del Programa Sènior.

PERÍODE EN QUÈ S'IMPARTEIX

Data inici 30/03/20 - Data finalització 31/03/20

LLOC ON S'IMPARTEIX

Centre de Formació Contínua (UdL) Lleida

Dies i hores en què s'imparteix

Es realitzaran sessions diàries en diferit de 90' monotemàtiques els dies 1, 2, 3 i 4 de juny (es penjaran totes les sessions des del dia 1 per tal que la persona s'organitzi durant la setmana)El dia 5, divendres, es farà una sessió de videoconferència en directe de dues hores.(si fos necessari, es podria adaptar l'horari segons les necessitats dels alumnes entre les 15:00 i les 19:00h.)

INFORMACIÓ COMPLEMENTÀRIA

[imatges](#)