

Cursos del CPEPA Somontano:

- Formación Inicial Básica (FIPA 1 y FIPA 2)
- Educación Secundaria para Personas Adultas (ESPA)
- Preparación para las pruebas libres de Competencias Clave N2-N3
- Preparación para las pruebas de acceso a FP de Grado Medio y Superior

- Francés
- Inglés
- Aragonés

- Español como lengua nueva
- Aprendizaje del sistema de escritura y alfabetización en español
- Preparación prueba de conocimientos constitucionales y socioculturales de España (CCSE)

- Informática básica
- Informática perfeccionamiento
- Herramientas informáticas para la vida diaria en la era digital

- Lengua castellana en la vida diaria
- Animación a la lectura
- Esto es música
- Matemáticas de la vida cotidiana
- Alimentación y nutrición
- Entrenamiento y apoyo a la memoria
- Gastronomía y producción alimentaria aragonesa

- Cursos a distancia del Aula Mentor y de Aularagón

Entrenamiento y apoyo a la memoria

Curso anual de participación



1 día a la semana
2 horas por la tarde

**Centro Público de
Educación de Personas Adultas
Somontano de Barbastro**

Estamos en la **avenida del Cinca**, en la planta baja del edificio del IES Hermanos Argensola.

Tel. 974 306 433

www.ceasomontano.org

cpepasomontano@gmail.com

Resumen del curso:

Se dirige al fomento del envejecimiento activo.

Pretende trabajar la estimulación cognitiva buscando mantener, aumentar y mejorar las capacidades básicas el mayor tiempo posible y ralentizar los procesos de deterioro, potenciando la autonomía y la autoestima.

Con la estimulación cognitiva se busca mantener o mejorar su funcionamiento mediante ejercicios de memoria, percepción, atención, lenguaje, lógica, razonamiento, cálculo, solución de problemas...

Contenidos:

- Atención.
- Estimulación auditiva.
- Orientación espacial y temporal.
- Habilidad viso-espacial.
- Razonamiento lógico-matemático.
- Operaciones, números, medidas, cantidad, espacios, formas...
- Expresión oral y escrita. Comunicación, discusión, razonamiento y deducción.
- Memoria inmediata, a corto y largo plazo.
- Estrategias de memorización: repetición, asociación, agrupamiento, categorización, encadenamiento, visualización...
- Agilidad mental.
- Resolución de problemas.

Metodología

Dirigida a mantener las funciones cognitivas y sociales del alumnado, dotándole de protagonismo activo en un escenario de oportunidades educativas en las que se le permite expresarse, interactuar, dialogar, trabajar individualmente y en grupo, ser autónomo...

Destinatarios:

Personas que quieran mantenerse activas cognitivamente y socializarse.

Requisitos recomendados:

Dominio de la **lectoescritura** en castellano y **operaciones matemáticas básicas**.