

## INFORMAÇÃO ADICIONAL:

**Local:** contexto domiciliari;

**Modalidade:** individual ou familiar;

**Periodicidade:** semanal (2ª a 6ª feira);

**Duração:** 60 minutos p/ sessão;

**Intervenção:** max. 5 sessões.



## PARCERIAS:

- Rede Social de Espinho
- Respostas Sociais Concelhias

## CONTACTOS:

-  22 731 90 61
-  [umac@cerciespinho.org.pt](mailto:umac@cerciespinho.org.pt)
-  <http://www.cerciespinho.org.pt>
-  <http://www.facebook.com/cerci.espinho>





PRÉMIO FIDELIDADE  
**COMUNIDADE**  
Para que a vida não pare

## Unidade Móvel de Apoio à Comunidade U.M.A.C.

### Intervenção Cognitiva



-  Intervenção gratuita em
-  tempos de COVID-19

## O QUE É A ESTIMULAÇÃO COGNITIVA?

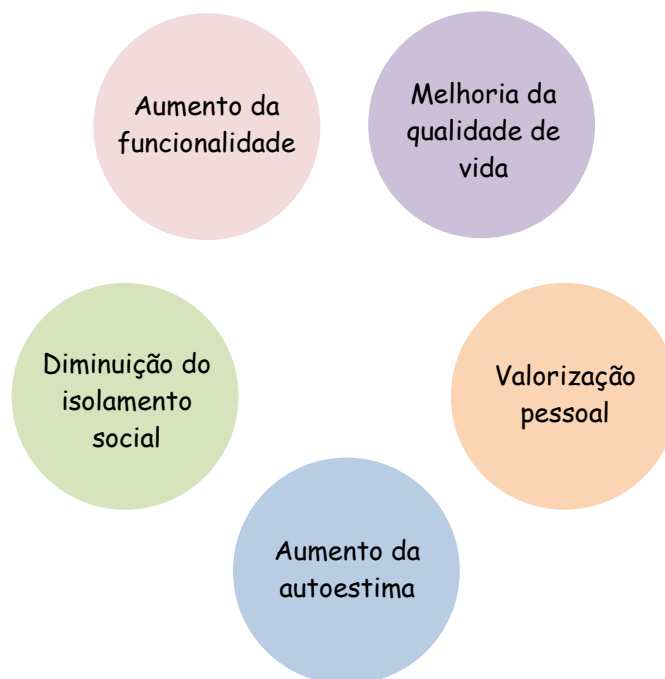
A intervenção com base na estimulação cognitiva têm como objetivo preservar ou melhorar o desempenho ou as funções cognitivas das pessoas (a memória, a atenção, o raciocínio, a capacidade de resolução de problemas).

Sabemos que o funcionamento cognitivo do idoso está relacionado com a sua saúde e com o seu bem-estar psicológico, sendo um indício importante de envelhecimento ativo e de longevidade.



## QUAL É O OBJETIVO DA ESTIMULAÇÃO COGNITIVA?

O objetivo central dos jogos aplicados é auxiliar na reabilitação das funções cognitivas afetadas, em resultado de lesões ou doenças, levando:



## A QUEM SE DESTINA?

Uma vez que o envelhecimento é marcado por mudanças comportamentais, psicológicas e emocionais, serão priorizados idosos que:

- Apresentem declínio cognitivo (inicial ou intermédio);
- Não usufruam de intervenção cognitiva;
- Possuam capacidade para realização de atividades lúdicas;
- Estejam motivados e interessados em participar na intervenção;
- Tenham mais que 65 anos de idade;
- Sejam encaminhados por entidades competentes ou comunidade.

