

Tel. 987 23 28 53

Centro de día

Odón Alonso

Fanesi@fanesi.org

# GALILEO GALILEO 2003

**EJERCITE SU MEMORIA**



"He visto a...  
No me acuerdo  
cómo se llama"

"¿Donde he  
dejado  
las gafas?"



"¿Tomé las  
pastillas?"



"... Lo tengo en la  
punta de la lengua"



"¿Qué venía a  
buscar aquí?"



**ESOS PROBLEMAS  
DE MEMORIA  
PUEDEN MEJORARSE**



*FE, HORACIO, NANCY, ANTONIA Y MARY forman parte de un grupo de personas mayores que últimamente notan que se les olvidan las cosas. Viven en "Celama de Arriba". Acuden al centro social "EL MAMBI" para mejorar su memoria, aunque ya les dice Don Florencio, el médico, que son cosas de la edad, también les indica que tienen que ejercitar su memoria. Doña Sacora es la monitora que una vez a la semana les manda las tareas para "ponerles la cabeza loca" como dicen ellos cariñosamente. Si tú también quieres mejorar tu memoria, animate y ayúdalas a resolverlas. Para ello necesitarás un cuaderno, un lápiz y una goma.*

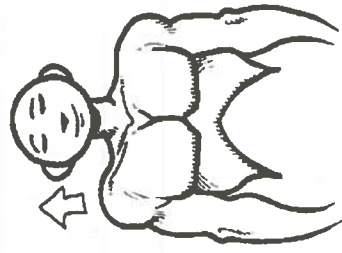
**AUTORA: Carmen Requena.**

**Ilustraciones: Lolo y Raul.**

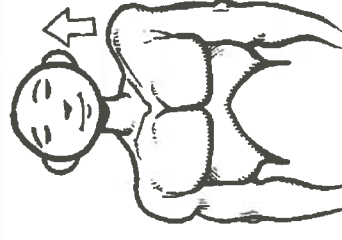
# ENFERO



*Es importante que comencemos cada día haciendo ejercicio y qué mejor que trabajar nuestras articulaciones. Aquí tienes una tabla de ejercicios que podrás hacer.*



Hombro derecho arriba



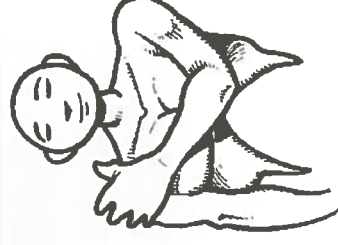
Hombro izquierdo arriba



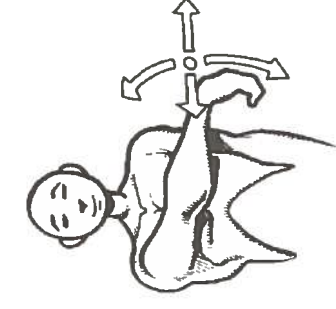
Dos hombros arriba



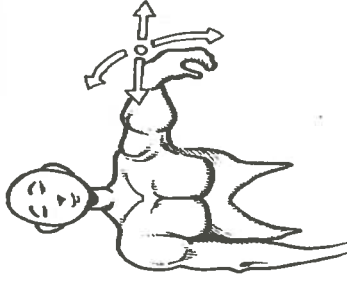
Mano derecha al hombro izquierdo



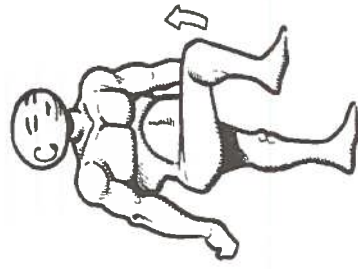
Mano izquierda al hombro derecho



Muñeca derecha moveirla arriba y abajo y a la derecha y a la izquierda



Muñeca izquierda moveirla arriba y abajo y a la derecha y a la izquierda



Doblando pierna derecha mantener el equilibrio contando hasta diez



Doblando pierna izquierda mantener el equilibrio contando hasta diez

Primero con ojos abiertos y luego intentar con ojos cerrados



**¿Cuánto cuesta docena y media de sardinas a peseta y media la sardina y media?**

**AUTORA: Carmen Requena.**

## OLVIDO COTIDIANO

Os presento a Nano



"Ya no me acuerdo del nombre"



"Se llama como mi vecino"



## ESTRATEGIA

L M M J V S D

	<b>1</b>	2	3	4	<b>5</b>
<b>6</b>	7	8	9	10	<b>11</b>
13	14	15	16	17	<b>18</b>
20	21	22	23	24	<b>25</b>
27	28	29	30	31	<b>26</b>

**ilustraciones: Lolo y Raul.**

# FEBRERO

Horacio tiene que pasar a número cada una de las letras que forman el nombre del santo del día ¿Podrías ayudarlo a buscar en el santoral los días marcados?.



Ejemplo: VALENTIN:

49-1-25-11-31-45-19-31

A=1 B=3 C=5 Ch=7 D=9  
 E=11 F=13 G=15 H=17 I=19  
 J=21 K=23 L=25 LL=27 M=29  
 N=31 Ñ=33 O=35 P=37 Q=39  
 R=41 S=43 T=45 U=47 V=49  
 X=51 Y=53 Z=55

## OLVIDO COTIDIANO

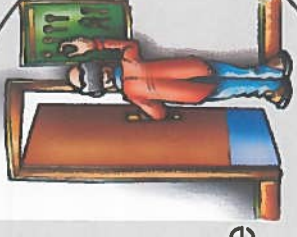
¿Dónde están las llaves?



"No me acuerdo donde puse las llaves"



"Un sitio para cada cosa y cada cosa en su sitio. ¡Están en el llavero de la entrada!"



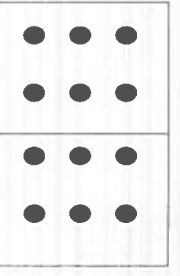
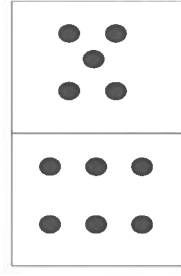
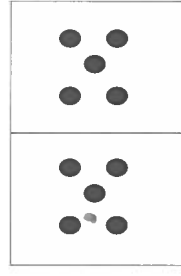
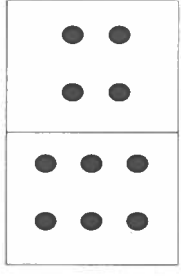
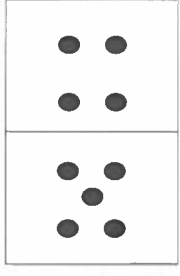
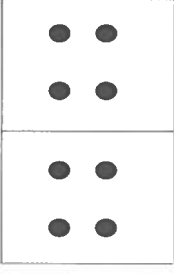
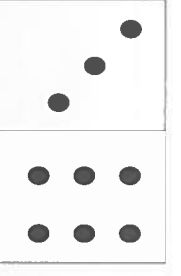
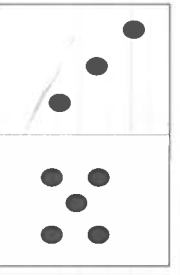
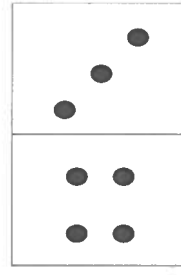
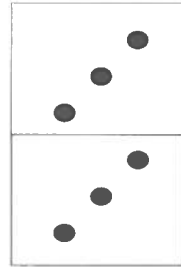
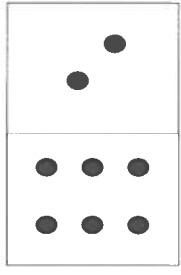
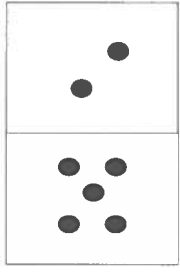
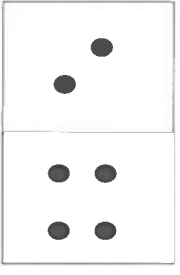
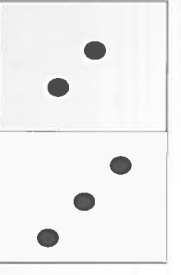
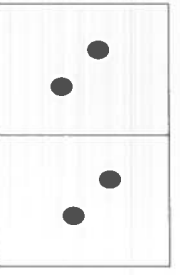
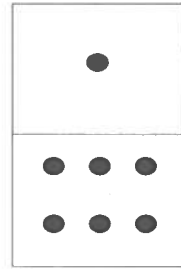
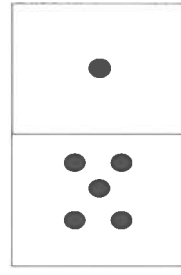
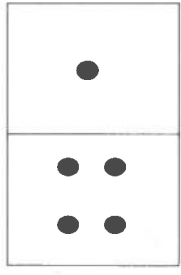
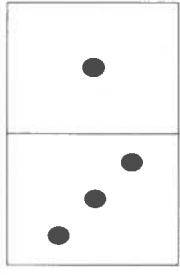
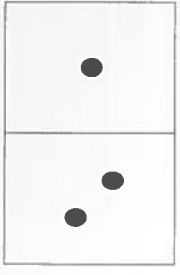
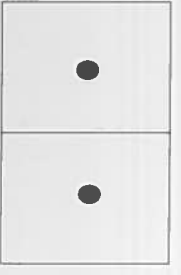
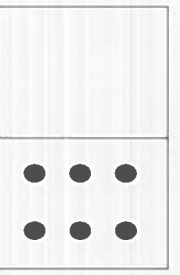
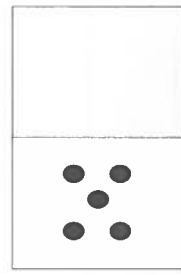
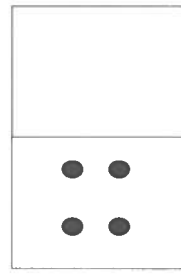
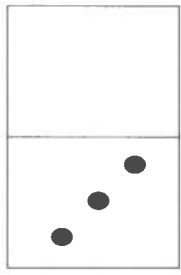
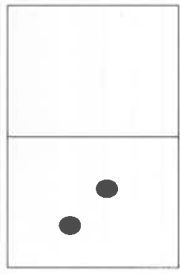
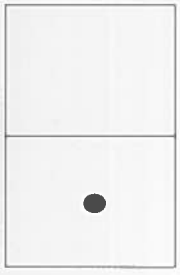
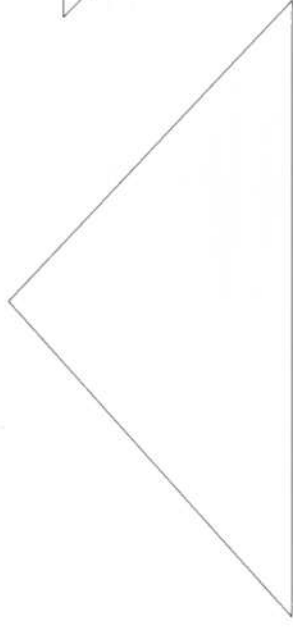
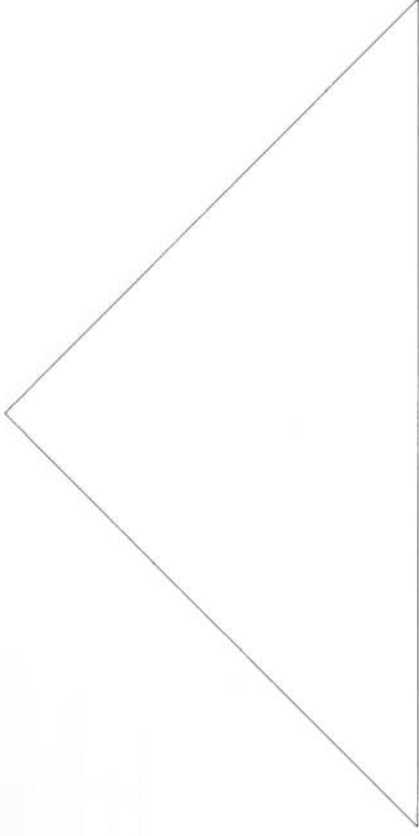
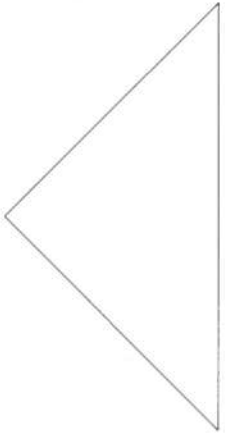
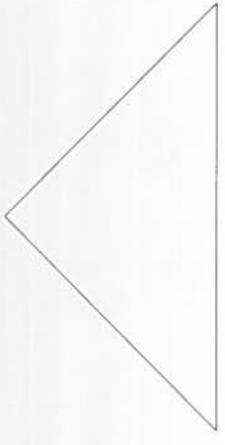
## ESTRATEGIA

L M M J J V S D

3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28		
					1	2

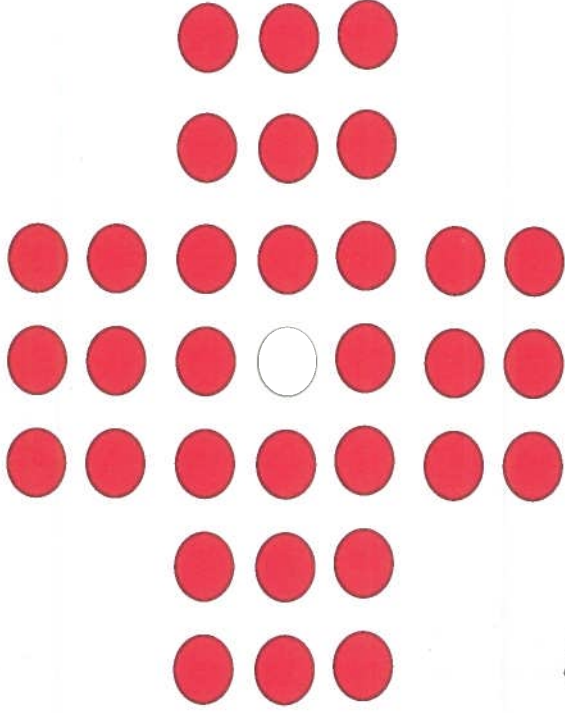
A Fe, Horacio, Antonia, Nano y Mary les han mandado calcular en euros todas las cantidades que aparecen en la compra de Doña Socorro así como de su total. Si ha comprado un litro de leche a 98 pesetas; una barra de pan a 65 pesetas; un melón a 115 pesetas y un kilo de uvas a 89 pesetas. ¿Cuánto se ha gastado en total? Recuerda que para pasar a euros puedes emplear este método: multiplicar por 6, luego separas tres decimales; si de éstos tres decimales el último es 5 ó mayor, sumas un número más a la cifra anterior. Las dos cifras después de la coma son los céntimos.







# ABRIL



## OLVIDO COTIDIANO

¿Apagaste el gas?



"No lo recuerdo..."



Di en voz alta:  
"Estoy apagando el gas y hoy llevo puesta la camisa de rayas"



## ESTRATEGIA

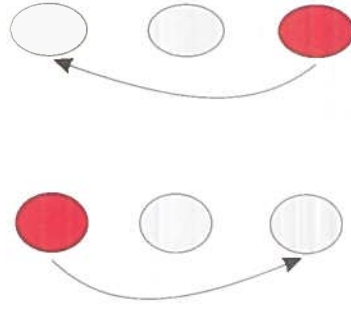
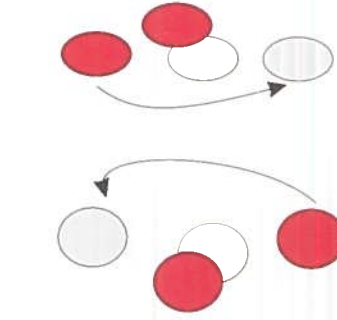
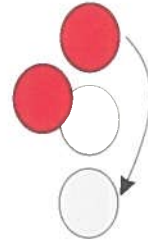
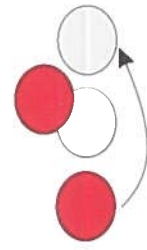


Este juego comienza colocando todas las fichas en el tablero excepto en la casilla del medio y consiste en ir retirando todas las fichas hasta que sólo quede una en el tablero. Para mover las fichas vas saltando una; que es la que te "comes" y sacas fuera del tablero. El movimiento de las fichas es en horizontal y vertical, nunca en diagonal. Si te animas encontrarás el tablero y las fichas que tendrás que recortar en las 2 hojas que hay detrás de este mes.

### MOVIMIENTOS

Permitidos

No Permitidos

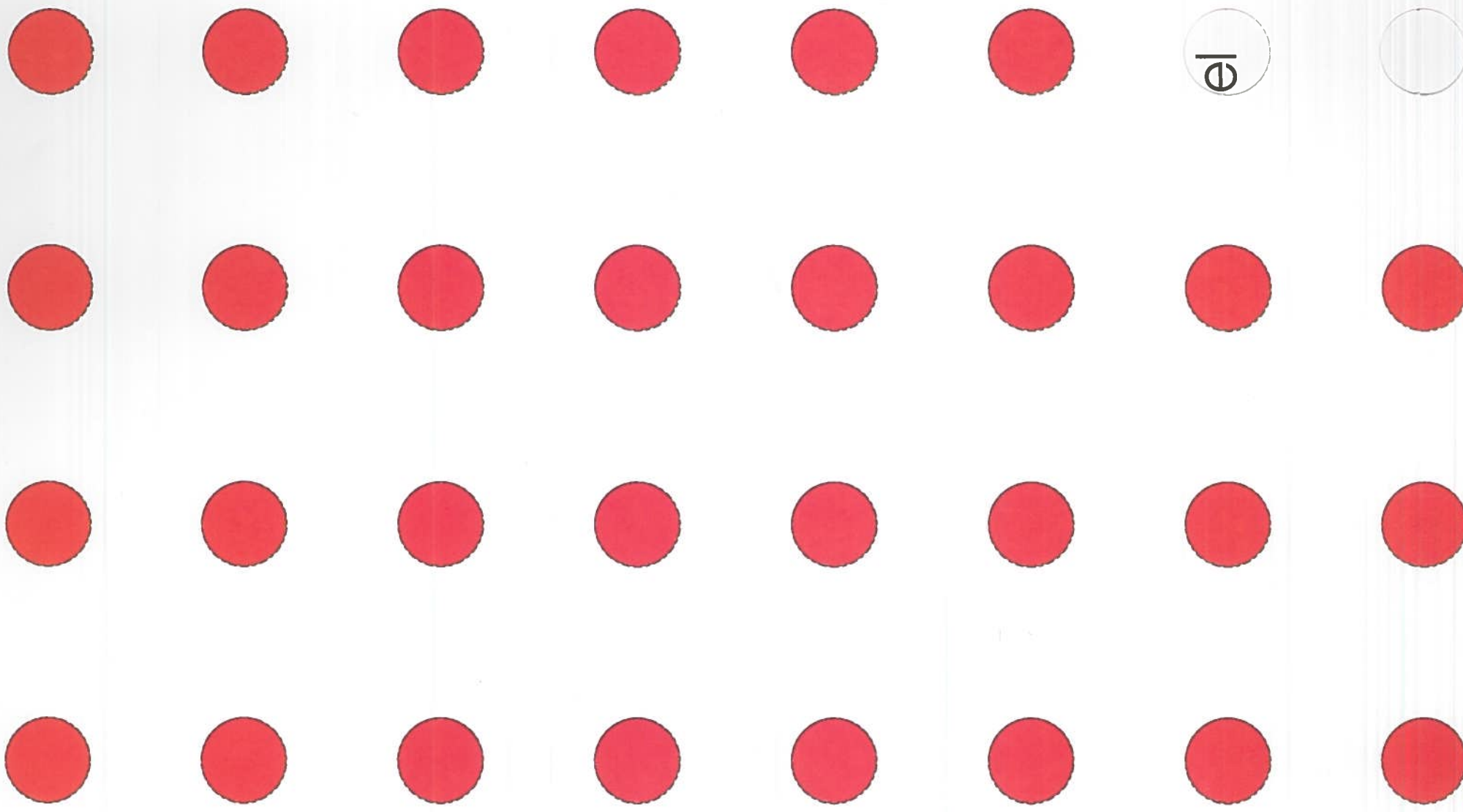
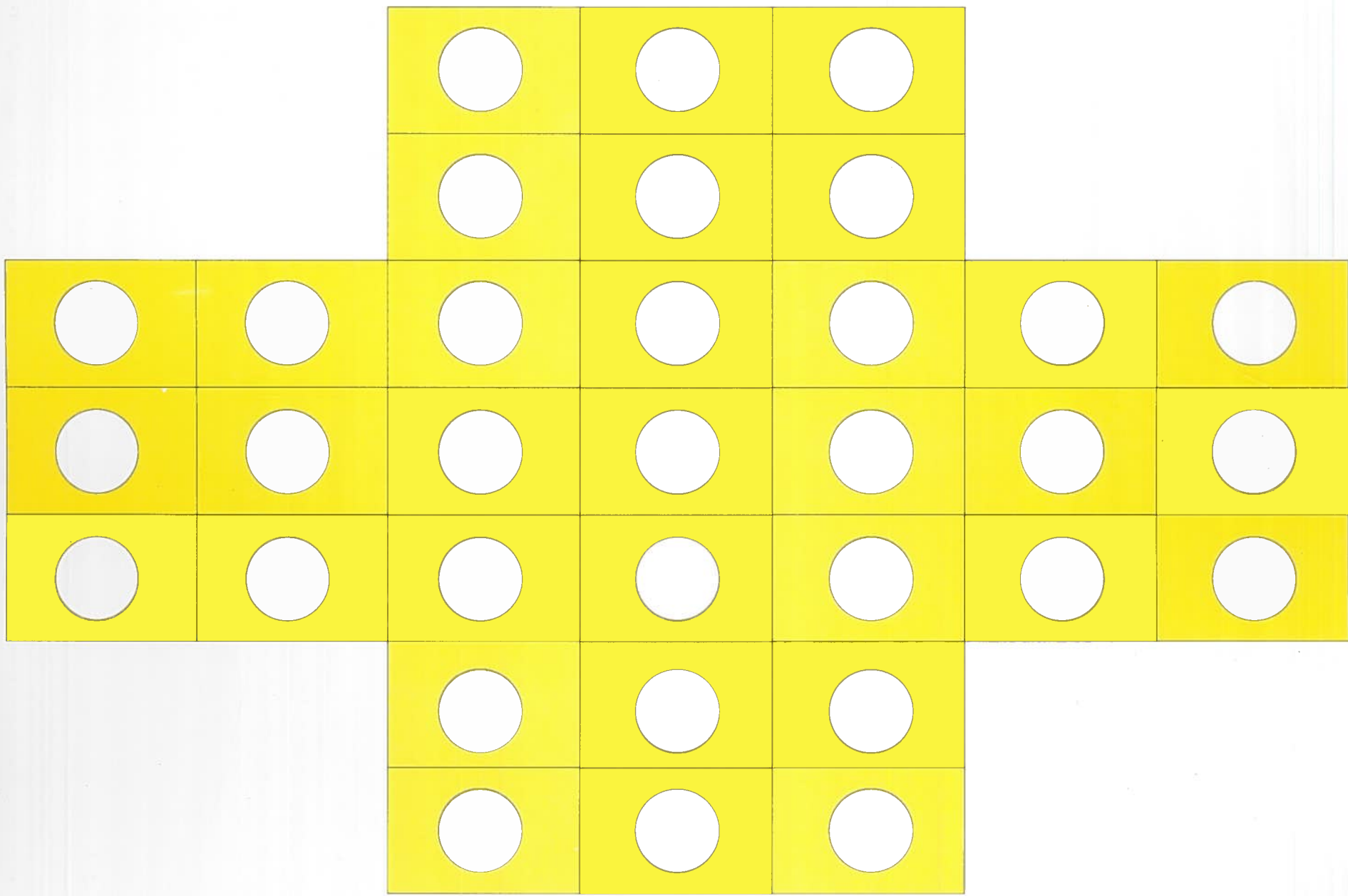


L M M J V S D

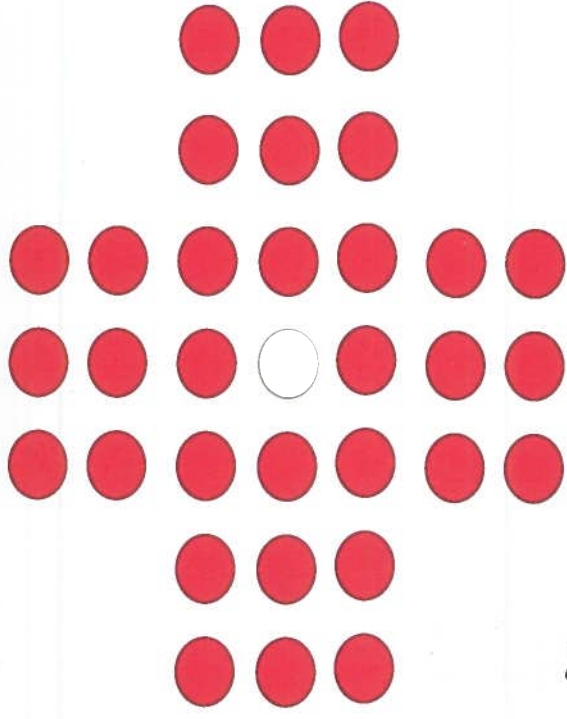
1 2 3 4 5 6  
7 8 9 10 11 12 13  
14 15 16 17 18 19 20  
21 22 23 24 25 26 27  
28 29 30



¿Cuántos días han pasado del año?



# ABRIL

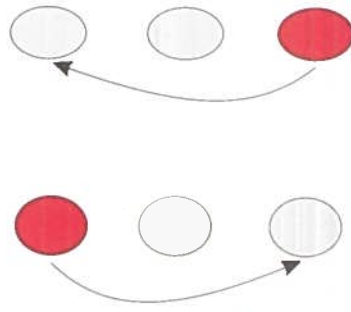
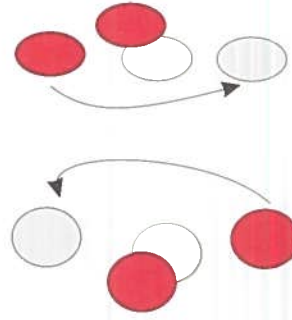
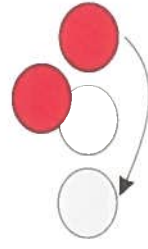
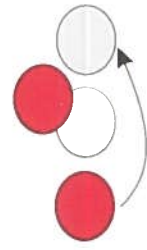


Este juego comienza colocando todas las fichas en el tablero excepto en la casilla del medio y consiste en ir retirando todas las fichas hasta que sólo quede una en el tablero. Para mover las fichas vas saltando una; que es la que te "comes" y sacas fuera del tablero. El movimiento de las fichas es en horizontal y vertical, nunca en diagonal. Si te animas encontrarás el tablero y las fichas que tendrás que recortar en las 2 hojas que hay detrás de este mes.

## MOVIMIENTOS

Permitidos

No Permitidos



## OLVIDO COTIDIANO

¿Apagaste el gas?



"No lo recuerdo..."



Di en voz alta:  
"Estoy apagando el gas y hoy llevo puesta la camisa de rayas"



## ESTRATEGIA

L	M	M	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				



¿Cuántos días han pasado del año?



# MAYO

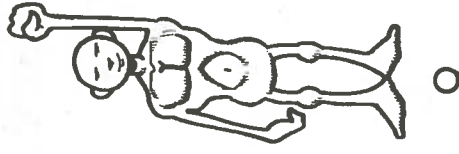
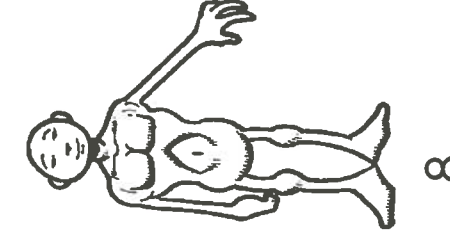
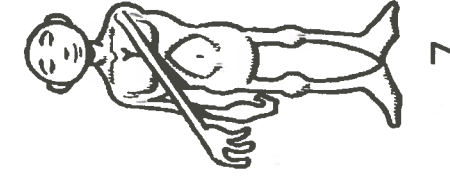
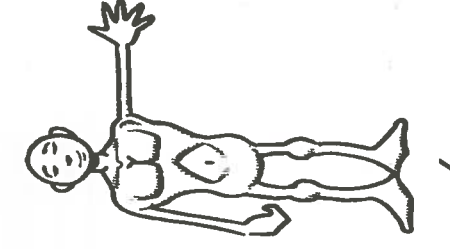
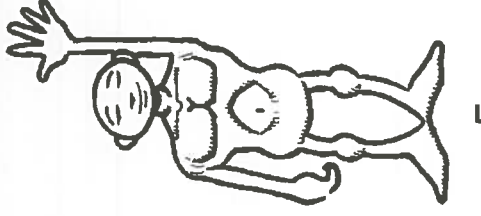
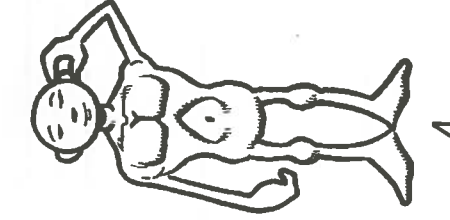
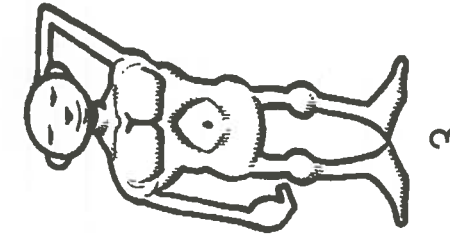
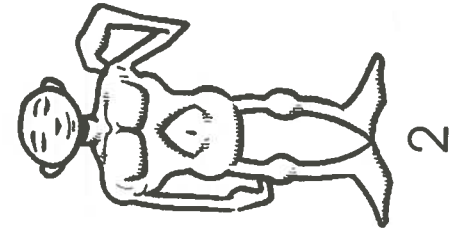
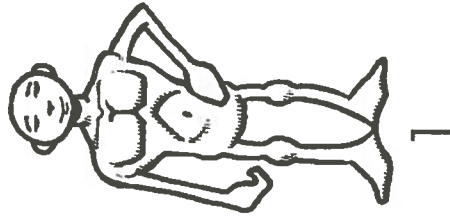
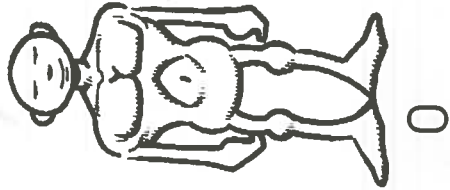
## OLVIDO COTIDIANO

¿Qué tienes que comprar?

Azúcar, detergente  
aceite, servilletas, sal...  
¡No me acuerdo más!

Haz una lista por grupos  
Alimentación: sal, aceite  
Limpieza: Cepillo, fregona  
Ropa: Camisa, Garro

## ESTRATEGIA



Mary pone la posición de los brazos según el día del mes. Las imágenes del cuadro representan los números. ¿Podrías ayudarla teniendo en cuenta que el brazo derecho es el primer número y el brazo izquierdo es el segundo número?.



	L	M	M	J	V	S	D
5		6	7	8	9	10	11
12		13	14	15	16	17	18
19		20	21	22	23	24	25
26		27	28	29	30	31	

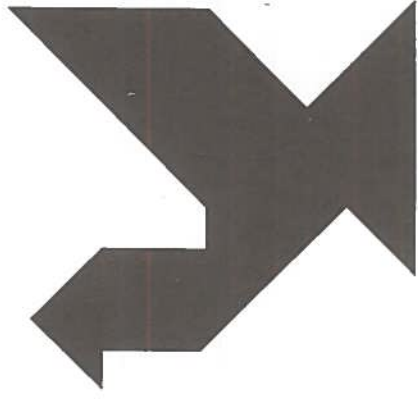
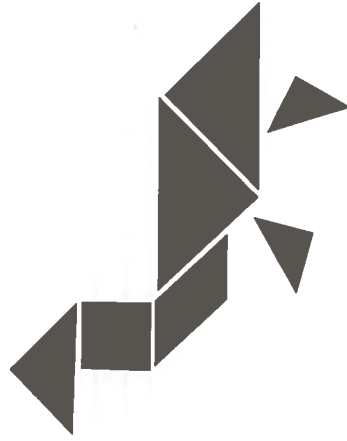


Busca 3 palabras que tengan "ei".  
Ejemplo: Peine

# JUNIO



*Fe tiene que hacer estas tres figuras con 7 piezas. Si tú quieres intentarlo deberás de recortar las piezas que encontrarás en la hoja que está detrás de este mes.*



## OLVIDO COTIDIANO

¿Cual es tu D.N.I.?



98.....  
¡No me acuerdo!



Si asocio me será más fácil:  
987(Como el prefijo de León)  
25(Como el día de Navidad)  
02(El año en el que estamos)



## ESTRATEGIA

L M M J V S D

2 3 4 5 6 7 8  
9 10 11 12 13 14 15  
16 17 18 19 20 21 22  
23 24 25 26 27 28 29  
30



*Intenta poner orden a la siguiente frase: "Asómate a la vergüenza, cara de poca ventana. Y dame un poco de sed que estoy muriendo de agua."*

# JULIO

*Cómo recordarás ya  
has hecho este ejercicio.  
Intenta pasar ahora a  
números los nombres de  
los santos que te indicamos.*

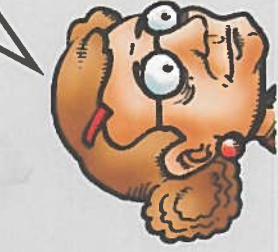


A=1 B=3 C=5 Ch=7 D=9  
E=11 F=13 G=15 H=17 I=19  
J=21 K=23 L=25 LL=27 M=29  
N=31 Ñ=33 O=35 P=37 Q=39  
R=41 S=43 T=45 U=47 V=49  
X=51 Y=53 Z=55

## OLVIDO COTIDIANO

¡... Eso  
digo yo ...!

¿Qué vienes  
a buscar?



Di en alto:  
"Voy a buscar  
la sal"



## ESTRATEGIA

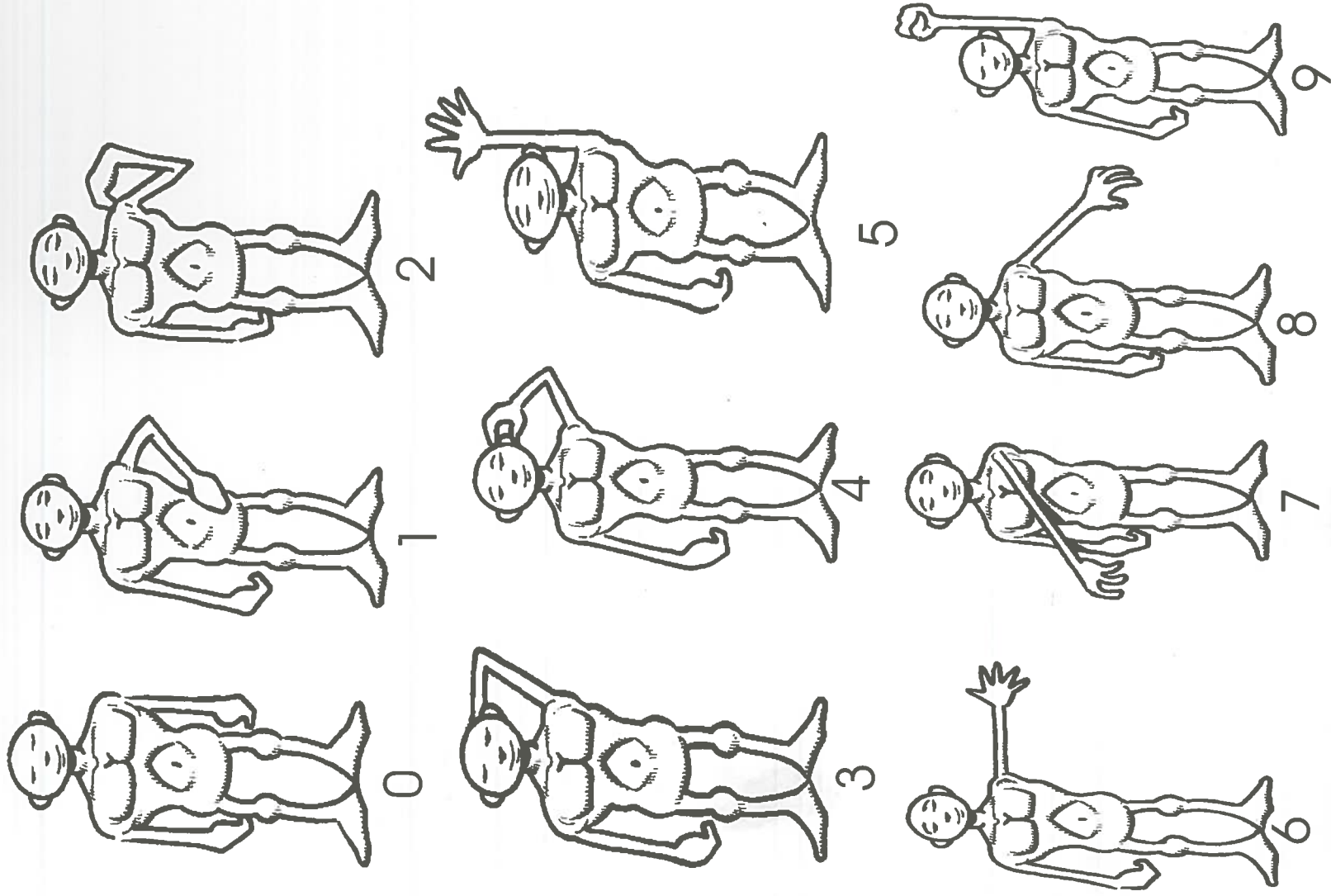
L M M J V S D

1	2	3	4	5	6
<small>S. Castro</small>				<small>S. Antonio</small>	
7	8	9	10	11	12
			<small>S. Cristóbal</small>	<small>S. Benito</small>	
14	15	16	17	18	19
		<small>Ntra. Sta. Del Carmen</small>		<small>S. Federico</small>	
21	22	23	24	25	26
<small>Sta. María Magdalena</small>				<small>Santiago Apóstol</small>	
28	29	30	31		
		<small>S. Rufino</small>			



*ADIVINANZA: Es una cosa que tiene ocho letras,  
y si le quitas cinco letras sólo le queda una.*





¿Qué decían en la I.V.?



¡No me he enterado!



"Decían que ganó un premio de ciclismo uno de nuestra quinta"



Atiende a una sola cosa



Mary pone la posición de los brazos según el día del mes. Las imágenes del cuadro representan los números. ¿Podrías ayudarla teniendo en cuenta que el brazo derecho es el primer número y el brazo izquierdo es el segundo?.

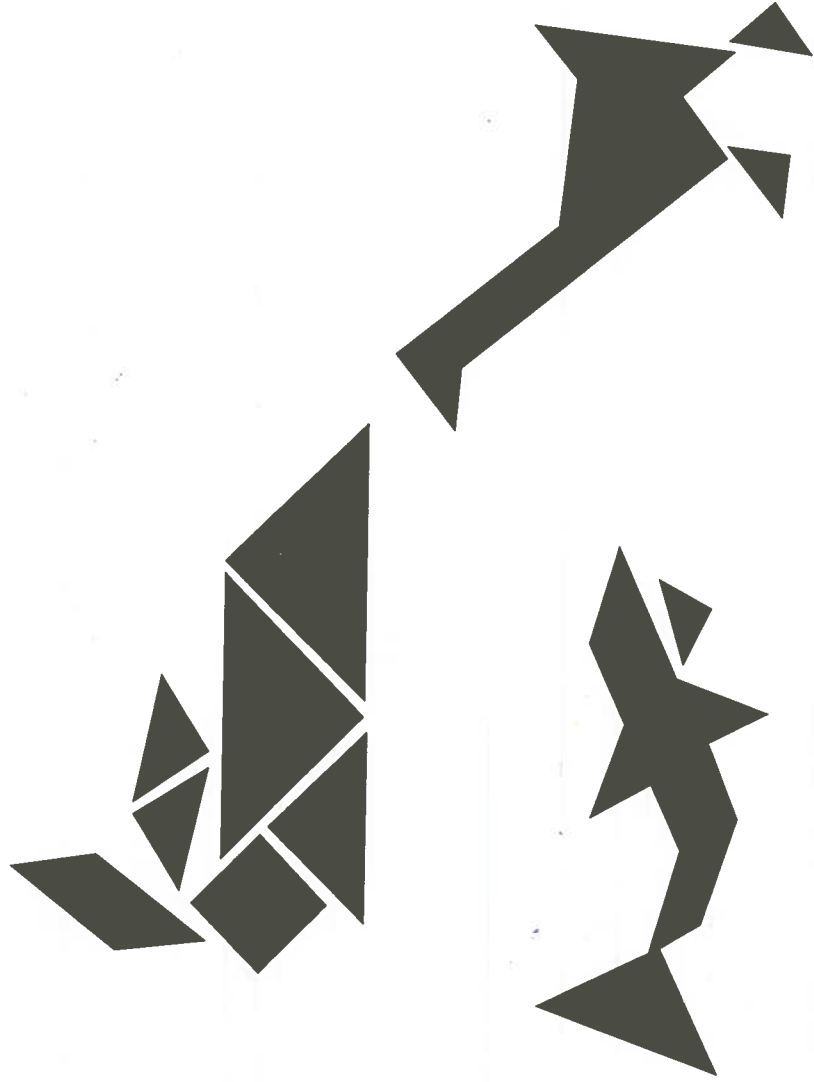
	L	M	M	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7	
8	9	10	11	12	13	14	
15	16	17	18	19	20	21	
22	23	24	25	26	27	28	
29	30						



Trata de retener este problema y si te atreves busca su solución. Problema: Un pobre andaba por los caminos del Páramo. Un buen día cuando llegaba a uno de los pueblos de esta zona, se acercó a una iglesia; miró por una gotera y vio la imagen de un Santo. Entró y dijo a un Santo: Santo de mi devoción, si me doblas el dinero que traigo te doy un duro de propina. El santo le dobló el dinero y el pobre le dio el duro de propina. Fue a una segunda iglesia e hizo lo mismo y fue a una tercera e hizo lo mismo, pero cuando le dio el duro al Santo se quedó sin nada. ¿Cuánto dinero llevaba el pobre cuando empezó esta historia?

# OLVIDO

Nano tiene que hacer los ejercicios del modelo.  
Ya sabes, hay que intentarlo con las 7 piezas  
y recuerda que por imposible que parezca todas  
las figuras se hacen con las 7 piezas. ¡Ni sobra  
ni falta ninguna!



¿Qué tienes  
que hacer hoy?



Ir al banco,  
Y ...,después...  
ino me acuerdo!



Haz una  
lista de  
tareas

- ✓ Ir a comprar
- ✓ Ir al banco
- ✓ Ir al hospital



## OLVIDO COTIDIANO

## ESTRATEGIA

L M M J J V S D

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
13	14	15	16	17
20	21	22	23	24
27	28	29	30	31



Cuenta el número de veces que se repite la "a" en los nombres de las personas de la historia del principio, así como del nombre del centro social y del pueblo.



# DICTIONARIO



Después de entrenar durante todo el año la memoria, ¿pasarás la prueba de fuego?

Trata de retener la poesía.

Rosa, la más delicada  
que por mi amor cultivada  
nunca fue

Rosa, la más encendida  
la más fragante y pulida  
que cuide

Quien te quiere  
quien te adora  
por tu bien o por tu mal

¿Quién te cortó de la rama  
que no estás en el rosal?

AUTORA: Carmen Requena.

## OLVIDO COTIDIANO

## ESTRATEGIA

¿Cómo era la canción que cantasteis ayer en la fiesta?



¿Cuaaal...?



¡Ah!, ¡Sí!, la de clavelitos. ¡Con lo que me gusta traer a la memoria esas canciones...! ¡Y me sé unas cuantas!



L	M	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6
8	9	10	11	12	13
15	16	17	18	19	20
22	23	24	25	26	27
29	30	31			



Fe tiene que resolver estos ejercicios. Una madre manda a su hijo a la fuente para que traiga 3 litros de agua. Para ello le da una garrafa de 7 litros y otra de 4 litros. ¿Cómo puede llevar los 3 litros exactos? ¿Podrías resolver otro ejercicio donde hubiese que medir 11 litros exactos con una garrafa de 8 litros y otra de 5 litros?

ILUSTRACIONES: Lolo y Raul.