

Cuaderno de actividades

Estimulación cognitiva
para adultos

II



Ejercicios para la mejora de
las capacidades cognitivas

Estimulación cognitiva



1. Rodea los números pares en la siguiente sopa de números

6	7	5	2	2	9	9	1	4	4	6	9	1	5	3	3	8	9	7	0
3	1	5	3	4	9	7	6	6	7	5	1	9	3	0	5	9	4	0	3
6	3	7	1	8	9	2	5	0	6	7	7	6	3	6	8	5	5	8	5
4	8	6	2	3	2	5	5	4	7	6	3	5	0	5	8	9	5	3	9
4	1	0	5	8	6	0	6	2	6	2	3	4	0	2	1	0	1	2	6
2	4	0	2	4	4	3	0	0	7	5	8	7	0	7	9	4	2	6	5
8	2	8	3	1	1	6	8	0	4	7	2	5	6	8	9	7	5	8	7
5	2	6	8	7	0	0	3	5	3	6	4	3	2	4	9	6	3	4	8
1	2	7	6	5	8	4	0	5	3	6	6	0	8	1	3	5	0	9	6
0	2	5	1	2	6	5	6	9	2	7	0	9	7	3	4	8	4	8	8
5	2	1	4	7	2	8	5	4	5	7	5	9	7	4	6	8	2	2	0
3	5	3	7	1	7	9	8	7	5	9	7	1	9	8	1	9	2	1	8
3	1	4	0	7	3	9	0	6	1	4	4	5	3	7	7	1	2	4	8
7	7	2	1	8	7	3	1	6	6	0	1	6	4	3	9	4	6	9	3
1	7	9	1	0	1	1	0	4	4	3	5	6	5	2	0	0	8	3	7
9	0	4	1	2	2	3	9	7	2	5	3	4	4	8	6	6	6	6	3
7	7	0	8	8	0	0	8	3	1	5	7	6	1	7	7	8	0	5	4
3	1	4	5	5	0	8	3	8	3	7	1	4	5	0	0	6	3	7	6
6	5	6	2	2	3	3	4	9	6	2	5	7	4	6	8	3	5	9	3

Estimulación cognitiva



2. Escribe seis alimentos que comiencen con las siguientes vocales:

A: Ejemplo: aceituna

O: Ejemplo: orégano

U: Ejemplo: uva

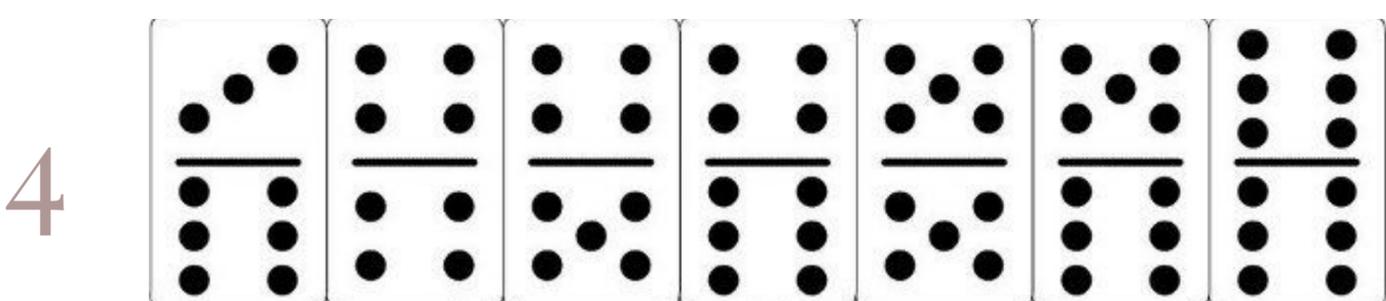
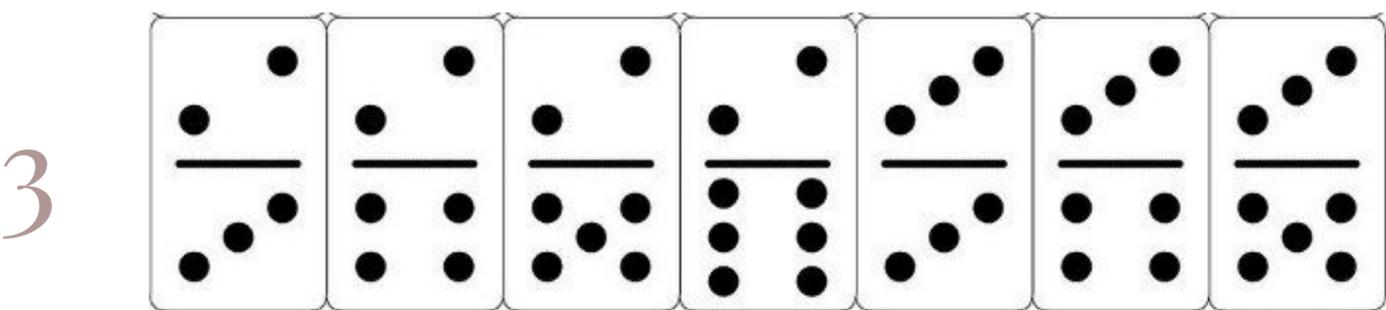
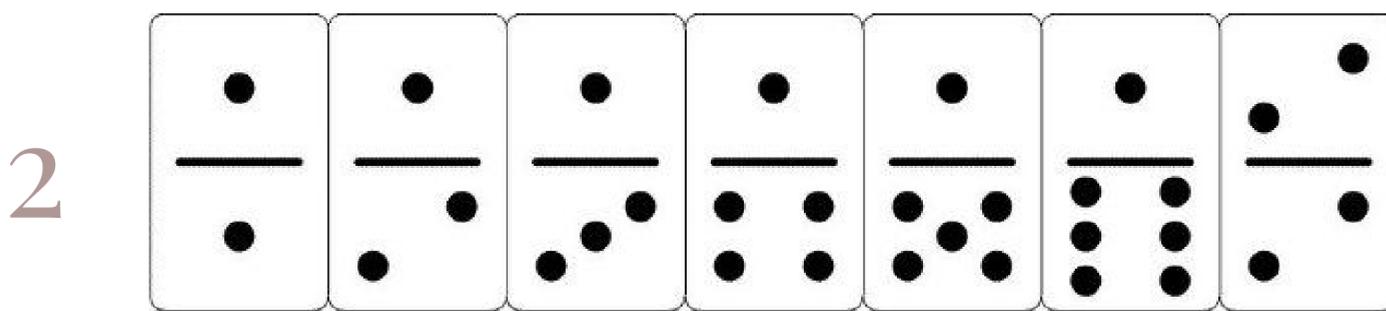
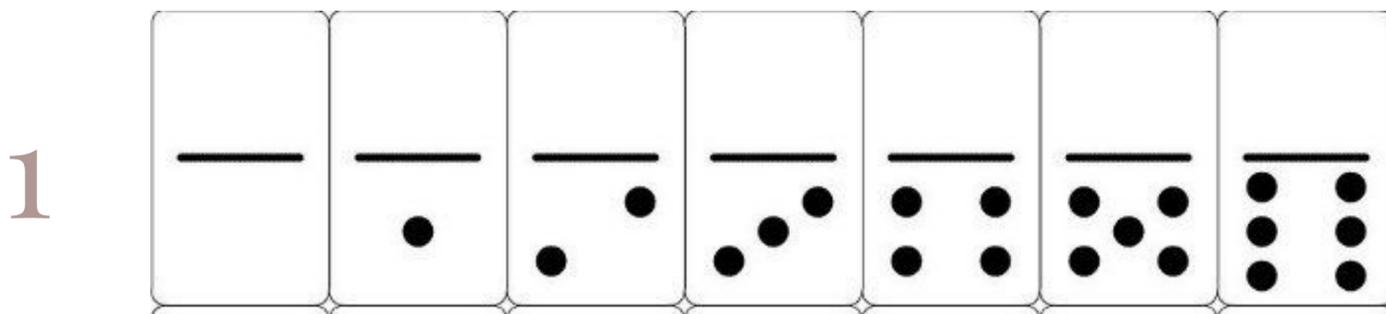
Estimulación cognitiva



3. Las fichas del dominó tienen una puntuación del 0 al 6 representado con puntos sobre la superficie de cada ficha.

Suma el total de puntuación obtenida en cada serie de fichas:

TOTAL:



Estimulación cognitiva



4. Convierte las siguientes palabras cambiando una letra

Ejemplo: Banqueta -> Banquete

Peso:

Moto:

Paso:

Taza:

Calma:

Rata:

Talla:

Fleco:

Mano:

Estimulación cognitiva



5. Encuentra veinte palabras a través de las siguientes letras:

L	A	S
O	I	E

Estimulación cognitiva



6. Ordena las palabras para encontrar una frase

casa blanca y es la pequeña

manzana voy una a comer

grande perro es amigo de mi el

rubia la es hermana amiga mi de

pequeña vivo una ciudad en

violeta mi el color favorito es

acción me las películas gustan de

Estimulación cognitiva



7. Sigue las siguientes secuencias:

2 4 6 8 10 12 14 16
18 _____

3 6 9 12 15 18 21
24 _____

4 8 12 16 20 24 28
32 _____

5 10 15 20 25 30 35
40 _____

6 12 18 24 30 36 42
48 _____

Estimulación cognitiva



8. Escribe una lista de frutas cinco en función del color:

ROJO

VERDE

AMARILLO

NARANJA

Estimulación cognitiva



10. Haz una lista de todos los lugares que hayas visitado

11. Escribe diez palabras que contengan las siguientes vocales A, E

Estimulación cognitiva



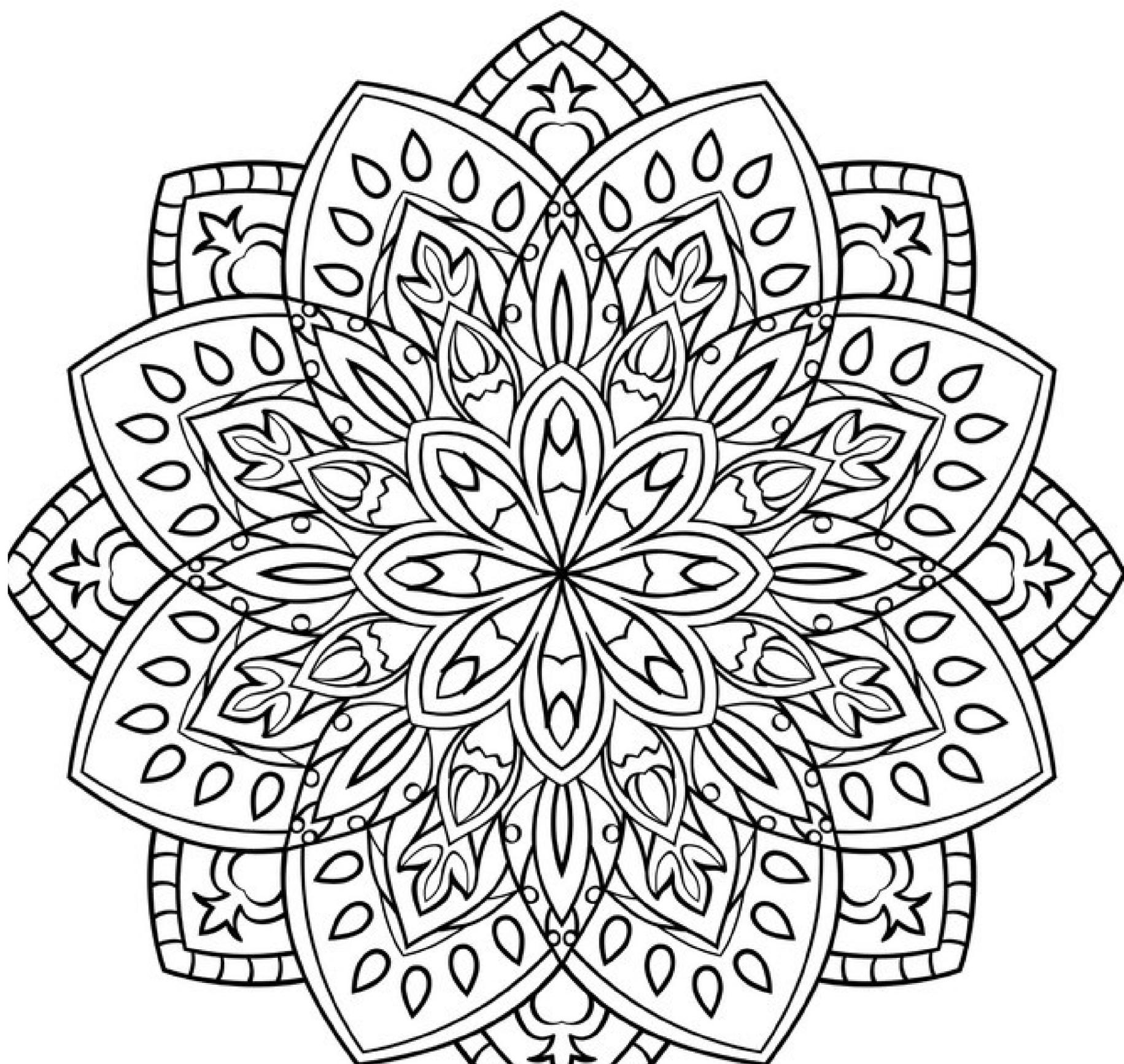
12. Colorea de forma idéntica el modelo en blanco y negro



Estimulación cognitiva



12. Colorea de forma libre la siguiente imagen



Estimulación cognitiva



13. Completa las siguientes palabras para formar países

E__PAÑA

C__L__MBIA

P__R__

BR__S__L

A__EM__NI__

ING__AT__R__A

H__LA__D__

¿Deseas una atención especializada e individualizada?

Estela Social ofrece el servicio de Tecnoestimulación cognitiva, en el que podrás realizar actividades de estimulación cognitiva desde tu casa, a través de internet.

Canales de comunicación



<https://estela.social/>



@estela_social



@estela_social



t.me/estelasocial

