



# ¿QUÉ HACEMOS HOY?

RECURSOS EDITORIALES

## + *¿Cuál es la actividad?*

Libros: Ejercicios para despertar la mente 1 y 2

Autora: Anna Puig

Editorial: CCS

## + *¿Para qué la hago?*

Para mantener una agilidad mental óptima, favorecer las conexiones neuronales, mantener la mente activa, ejercitar sus funciones cognitivas y fortalecer la actividad mental.

## + *Otros datos de interés:*

La autora Anna Puig es Doctora en Psicogerontología y especializada en Programas de Estimulación Cognitiva.

Cada libro consta de 228 páginas donde hay 150 ejercicios variados, y sus soluciones al final del libro.

Se pueden comprar en cualquier librería o a través de múltiples páginas webs.

