

## Actividades para personas con pérdida de la memoria

1. Cortar cupones
2. Limpiar frijoles
3. Cortar ropa vieja para usarla para limpiar
4. Doblar ropa
5. Ver fotos familiares
6. Colorear
7. Limpiar la mesa
8. Cortar las imágenes/dibujos de tarjetas Navideñas/Cumpleaños
9. Separar frijoles y arroz que esten mezclados
10. Cantar canciones alegres
11. Decirle “cuenteme mas” cuando empiezan a recordar algo del pasado
12. Leerles poemas
13. Dejarlos jugar con alguna mascota (perro)
14. Sacar la yerba mala del jardín
15. Leerles el periodico en voz alta (no nota roja)
16. Pidale a su amigo o familiar con bebes que los visite
17. Jugar con globos
18. Vestirse como para ir a una fiesta
19. Guardar los cubiertos
20. Darles un paseo en el carro
21. Hacer una cadena con cheerios y Colgarla en el patio para ver como los pájaros se la comen.
22. Tomar té/chocolate (como actividad)
23. Llamar por telefono a familiares /amigos
24. Escribir una carta a algun familiar/amigos
25. Bailar
26. Recordar su primer amor
27. Dejarlos regar las plantas
28. Darles de comer a los patos en el parque
29. Pintarles las uñas
30. Frote crema que huela bonito en sus manos y pies
31. Separe la baraja dependiendo del color
32. Diga refranes comunes y que el cliente los complete
33. Hagan palomitas de maiz juntos
34. Hagan rompecabezas de piezas grandes
35. Dejelo/a enrollar el estambre en una bola
36. Dele revistas con fotos de la naturaleza
37. Dejelo/a ayudar a lavar el auto
38. Sientelo/a en una silla mesedora para que se relaje
39. Deje que se siente en la sombra a descansar
40. Dejelo/a decorar pastelitos
41. Dejelo/a remojar el pan en su café
42. Pidale que le lave y corte las verduras para la ensalada o la comida
43. Deje que el agua de la llave corra por sus manos
44. Dele una flor para que sienta la textura
45. Oren juntos
46. Dejelo batir el aderezo de la botella
47. Dele un masaje en las manos con su crema favorita
48. Pinte un pedazo de madera del color favorito del cliente y que la lije hasta que vean el color natural
49. Tome alguna hierba olorosa como romero y frotela en sus manos para olerla
50. Dele trozos de diferentes frutas y dejelo/a identificar la fruta
51. Haga ejercicios sencillos
52. Dejelo que separe las monedas de la alcancia por denominación
53. Visiten a los vecinos
54. Salgan a caminar juntos
55. Cepille al perro o al gato
56. Que doble el periodico para reciclarlo
57. Deje que le saque punta a los lápices
58. Dejelo/a pelar elotes
59. Pongale un acuario para que lo vea
60. Dejelo/a hacer un hoyo en el jardin
61. Dele un pedazo de tela suave para que la vea y la toque
62. Tirar confeti
63. Separar Garbanzo y lentejas que esten mezclados
64. Ayudelo/a a cepillarse el pelo
65. Barrer la calle