

¿MEMORIA DE PEZ PARA UNAS COSAS?

*Sales de casa y después de un rato te entra la duda:
"¿He apagado el gas?"*

Te saludan y tú no te acuerdas de su nombre...

Te preguntan algo concreto. Lo sabes, lo tienes en la punta de la lengua, pero...

La memoria es una materia compleja, pero envejece como todo nuestro cuerpo...

Envejecer es un proceso inevitable.

Pero justo en el periodo en el que muchos procesos de la memoria se deterioran, nos invaden nuevos recuerdos del pasado...

¡MEMORIA DE ELEFANTE PARA OTRAS!

"Cada día me acuerdo más del pasado, de antes..."

"Ayer me vino un recuerdo del que hasta ahora no me había acordado."



TERTULIA ABIERTA

“La memoria de la reminiscencia a partir de los 55 años”

*¿memoria de pez para unas cosas?
¡memoria de elefante para otras!*



MIÉRCOLES 15 DE MAYO – 19:00 H. – EDIREN

Ofrecida por:
Ciel Brooijmans, educadora social,
arteterapeuta, psicodramatista

ENTRADA LIBRE

TALLER DE MEMORIA A TRAVÉS DE LOS RECUERDOS

Trabajar la memoria desde otro punto de vista

Dirigido a personas mayores de 55 años.

La memoria es una materia compleja, pero envejece como todo nuestro cuerpo. Envejecer es un proceso inevitable, no es una patología.

Justo en el periodo en que muchos procesos de la memoria se deterioran, nos invaden nuevos recuerdos del pasado. Surgen sin buscarlos. Están almacenados en algún lugar y sólo se presentan a partir de cierta edad: de repente aparece una cara de alguien que vivía en tu calle cuando tenías 10 años, una canción que cantabas en el colegio, unas imágenes de unas vacaciones en el pueblo, etc. Esto se llama el “efecto-reminiscencia”.

La reminiscencia no es algo que la gente mayor busca... ¡Llega! No podemos elegir qué recuerdos se despertarán; la memoria se amotina y los recuerdos pueden ser tanto agradables como dolorosos.

La reminiscencia rompe la ley de que con el tiempo los recuerdos se esfuman y desaparecen. La reminiscencia aumenta justamente cuando la condición de la memoria disminuye. La reminiscencia puede causar muchos estados de ánimo diferentes, y sobre todo da muchas ganas de hablar y compartir estos nuevos recuerdos.

¿CUÁNDO?

A partir de octubre

PROGRAMA DEL TALLER

En el taller de la memoria a través de los recuerdos damos rienda suelta a todos los recuerdos que nos invaden desde cierta edad.

Trabajamos la memoria partiendo de lo que sí recordamos.

La fuente es la memoria autobiográfica. (Re)construimos vidas, buscamos material, ordenamos, escribimos, miramos fotos, mezclamos nuestros recuerdos de antes con visiones de ahora, evocamos olores, recuperamos palabras y refranes olvidados, herramientas desaparecidas, música y tradición etc. etc.....

¿CÓMO SERÁN LAS SESIONES?

12 sesiones de hora y media cada una, con periodicidad semanal.

- Relajación o técnica artística para entrar en el mundo de los recuerdos
- Compartir los recuerdos individuales/grupales con el grupo
- Ordenar y documentar estos recuerdos
- Elaborar estos recuerdos con técnicas artísticas (fotografía, poesía, teatro, pintura, hacer un álbum, etc).

MÁS INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

EDIREN cooperativa de salud-osasun kooperatiba

Errekatxiki, 4 y 6 – Vitoria-Gasteiz

Tfno. 945 266 366 - www.ediren.com