

Áreas de Calidad de Vida y funcionamiento cognitivo.

¿Qué queremos decir con funcionamiento cognitivo?

¿Por qué querría mejorar mi funcionamiento cognitivo para mejorar mi calidad de vida?



**Cofinanciado por
la Unión Europea**

Discapacidad Intelectual



Cofinanciado por
la Unión Europea



15 millones de personas con discapacidad intelectual viven en la unión Europea.

La discapacidad Intelectual a menudo comienza antes de ser adulto.

Te afecta durante toda tu vida.



Cofinanciado por
la Unión Europea



Si tienes una discapacidad intelectual, podría ser difícil para ti comprender alguna información.

También podría ser difícil aprender nuevas **habilidades**.



Cofinanciado por
la Unión Europea





Alguien que tiene una discapacidad intelectual, tiene más dificultades que otros comprendiendo la información y aprendiendo nuevas **habilidades**.

Esto hace que algunas partes de tu vida puedan ser más costosas.



Cofinanciado por
la Unión Europea



Funciones Cognitivas



Cofinanciado por
la Unión Europea





Para aprender cosas nuevas,
comprender palabras, imágenes
y situaciones de la vida
necesitamos usar las funciones cognitivas.

Las funciones cognitivas son:

- Pensar
- Saber
- Recordar
- Juzgar
- Solucionar problemas.



Cofinanciado por
la Unión Europea





Los procesos cognitivos permiten a las personas cambiar su comportamiento para responder a situaciones de la vida cotidiana.

Cuando cambias tu comportamiento, puedes ser capaz de:

- funcionar mejor en algunas situaciones de la vida diaria
- ser más independiente



Cofinanciado por
la Unión Europea



Formación



Cofinanciado por
la Unión Europea





Las personas con discapacidad intelectual a menudo necesitan apoyo para aprender o en el trabajo.

Hay cosas
Que pueden hacer
la vida más sencilla
a las personas con discapacidad
intelectual.



Cofinanciado por
la Unión Europea





La formación ayuda a mejorar las funciones cognitivas Para que comprendas la información, aprendas y uses nuevas **habilidades**.

La formación nos puede ayudar a desarrollar comportamientos que nos ayuden a sobrellevarlo y a tener más calidad de vida.



Cofinanciado por
la Unión Europea





Diccionario

Encuentra aquí las definiciones de las palabras en **negrita**

Habilidades

Capacidades.



Cofinanciado por
la Unión Europea



Agradecimientos

Este documento ha sido creado con el apoyo del programa de financiación Erasmus+ bajo el acuerdo de subvención PT01-KA204-02020-1-78873



**Cofinanciado por
la Unión Europea**

El apoyo de la Comisión Europea para producir esta publicación no constituye una aprobación de su contenido, que refleja únicamente las opiniones de los autores. La Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en el mismo.

Se agradecen las contribuciones de los socios del proyecto ID-GAMING "Desarrollo de un programa de formación para la mejora de la calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual a través de juegos formativos" para la creación de este documento.

El resto de resultados del proyecto ID GAMING se pueden encontrar en la página web del proyecto <https://id-gaming-project.eu/>



**Cofinanciado por
la Unión Europea**

