



ARGENTO VIVO

Socialità, benessere fisico e cognitivo
partecipazione e impegno civico, per over 65

ALLENLA LA TUA MENTE

Percorso di potenziamento cognitivo di gruppo

Vuoi mantenere la tua mente attiva e allenata? AIMA Crema ti invita a partecipare a un percorso di incontri pensati per stimolare la memoria e le capacità cognitive, in un ambiente sereno e di condivisione.

Un'opportunità per:

- Tenere in allenamento le funzioni cognitive
- Stimolare la memoria e l'attenzione
- Condividere esperienze con i coetanei
- Rafforzare il benessere psicologico
- Coltivare nuove relazioni e interessi

**Partecipa al nostro percorso di gruppo guidato
da psicologhe esperte di AIMA Crema!**

Data di inizio attività: 20 novembre 2025

Quando: il giovedì pomeriggio, incontri ogni 15 giorni –
durata 90 minuti

Dove: Sala polifunzionale attigua al Centro Auser "Al
Mirabel", Vicolo Magenta 7 – Sergnano (CR)

CONTATTI E ISCRIZIONI

Per informazioni e adesioni:

📞 AIMA Crema – Tel. 353 4896324

Dal lunedì al venerdì, dalle ore 9.30 alle 12.30

Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia

ATS Val Padana

Programma realizzato nell'ambito delle Politiche per l'Invecchiamento Attivo promosse e finanziate da Regione Lombardia con la collaborazione di ATS Val Padana