

ATTIVA-MENTE

“PERCORSO COGNITIVO PER UN INVECCHIAMENTO DI QUALITÀ”

Vuoi mantenere la tua mente agile e brillante? Nell'ambito del progetto Generazioni Attive, la Cooperativa Sociale P.A.E.S.E. propone un percorso dedicato agli over 60 della Valcavallina: un'occasione speciale per allenare la mente... divertendosi! Attraverso giochi stimolanti, esercizi coinvolgenti e attività in un clima allegro, alleneremo insieme memoria, attenzione, linguaggio e logica, favorendo benessere mentale ed energia nella vita di tutti i giorni. Un percorso perfetto per chi vuole restare curioso, attivo e in forma!



Conduce:
Anna Gavazzeni
psicologa con specializzazione
in psicobiologia e neuroscienze
cognitive

Il percorso si articolerà in cinque incontri presso la sala riunioni della Casa di Comunità in via ospedale, 38 a Trescore Balneario

LUNEDI
dalle 9,30 alle 11,00
21,28 settembre
5,12,19 ottobre

**LA PARTECIPAZIONE E' GRATUITA CON OBBLIGO DI ISCRIZIONE
AL NUMERO 3476102260 (iscrizioni dal 1°settembre)**