

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 l'Auditorium Municipale (ex scuole elementari) in Piazza Giovanni XXIII a Monasterlo del Castello

MARTEDÌ
dalle 9:00 alle 10:30
3,10,17,24 Novembre
1 Dicembre



**LA PARTECIPAZIONE E' GRATUITA CON OBBLIGO DI ISCRIZIONE AL NUMERO
3476102260**