



ALLENLA LA MENTE

Laboratorio stimolante per mantenere la mente attiva e migliorare la memoria

9 INCONTRI SETTIMANALI di gruppo in cui verranno proposti **STRATEGIE ED ESERCIZI** per **TENERE ALLENATA** e usare meglio **LA MEMORIA E L'ATTENZIONE**.

Si parlerà anche di **TECNICHE UTILI** nella vita quotidiana, ad esempio per ricordare la lista della spesa o gli appuntamenti.

Sarà anche l'**OCCASIONE PER TROVARSI** in compagnia.

DOVE

Associazione Culturale Ca' Vera
Via Addolorata, 32 - Giussano

DA LUNEDÌ 12 OTTOBRE 2026

9 incontri
tutti i lunedì

PER INFORMAZIONI: 348 76 46 135 (Giulia)

dalle 16:00 alle 18:00

ATTIVITÀ GRATUITA

