



Associazione Asylum di Camerlata , Cooperativa Progetto Sociale di Cantù e Assomensana di Como sono lieti di invitarVi a:

Incontro informativo e di presentazione del Corso di GINNASTICA MENTALE La palestra della mente

L'incontro sarà condotto dalle dotto.ssa Manuela Giambanco (neuropsicologa) e si terrà **giovedì 25 ottobre dalle h. 15.00 alle h. 16.30** presso l'Associazione Asylum di Camerlata in via Colonna, 7.

"...La Ginnastica Mentale® parte dal presupposto che ciascuno di noi possiede una plasticità neuronale , ovvero la disponibilità della cellule neuronali di riorganizzarsi e rafforzarsi se sottoposte a opportuni stimoli cognitivi. Le strutture cerebrali possono essere sviluppate e potenziate a qualsiasi età..."

Intendiamo proporre ai cittadini, ai pensionati attivi e a tutti coloro che fossero interessati un programma di incontri di gruppo di stimolazione cognitiva con l'obiettivo, attraverso esercizi e tecniche specifiche, di potenziare le funzioni cognitive e migliorare le prestazioni mentali.

L'attività sarà proposta previo il raggiungimento di un numero massimo di 15 partecipanti.

Nel corso dell'incontro verranno meglio illustrati contenuti, metodologia e modalità di iscrizione.

Per informazioni:

Associazione Asylum di Camerlata asylum@asilocamerlata.it – visita il sito www.asilocamerlata.it

Cooperativa Progetto Sociale Cantù info@progettosociale.it tel. 031715310 – 3485849195 – visita il sito www.progettosociale.it pagina Facebook Progetto SocialeSCONLUS

Assomensana m.giambanco@assomensana.it tel. 3381617070 visita il sito www.assomensana.it