



Mantenere attiva la mente  
non mi ricordo..il numero del pin ..del telefono... dove ho messo...  
lasciato...come si chiama ....

## Corso di ginnastica mentale

Dr.ssa Manuela Giambanco

Lunedì orario da definire

Oratorio Santa Cecilia

Via Clerici Como

8 incontri a partire da lunedì 5 Febbraio

Risvegliamo la mente divertendoci

Gli esercizi sono proposti da un esperta neuropsicologa, formato appositamente da Assomensana, per mezzo di schede su carta o computerizzate con testi o disegni che fungono da stimolo per attivare le diverse funzioni cognitive. Gli esercizi sono efficaci, non richiedono una cultura specifica (sono “culture free”) e stimolano una moltitudine di funzioni: memoria, attenzione, concentrazione, logica, ragionamento, calcolo, creatività, immaginazione, orientamento spaziale e temporale, prassia ideomotoria, fluenza verbale, velocità di riflessi ecc. molto più di quanto normalmente viene utilizzato anche facendo un lavoro intellettualmente stimolante.

Contributo per il corso € 40/ 45 a secondo del numero

Per i residenti nel quartiere di Cannago Volta non è richiesta nessuna iscrizioni alle associazioni proponenti

Per informazioni ed iscrizioni telefonare al n 3336973096 oppure inviare una mail a [gabriella.cammino@virgilio.it](mailto:gabriella.cammino@virgilio.it) entro martedì 16 gennaio