

PALESTRE DELLA MEMORIA

ESERCITARE LA MENTE ALLUNGA LA VITA

Di cosa si tratta?

Le **Palestre della Memoria** sono parte della strategia aziendale che promuove **l'invecchiamento attivo** anche nell'ottica di **prevenire le malattie cronico-degenerative**. In tutte le palestre vengono proposti **esercizi di stimolazione delle funzioni cognitive** che servono a **migliorare l'attenzione, la memoria, l'orientamento, il linguaggio**. Qualche esempio? Giochi di memoria e di parole, cruciverba, lettura e discussione di brani, riconoscimento di oggetti al tatto, al suono o con l'odore. In base alle caratteristiche dei volontari e del gruppo di partecipanti, si potranno svolgere **attività creative** come **dipingere, cucire, lavorare a maglia o con l'uncinetto, suonare o cantare**. Ogni Palestra è guidata da volontari facilitatori che proporranno le attività coinvolgendo tutte e tutti i partecipanti.

CANELLI

Ufficio Servizi Sociali: Lara Lupoli

MARTEDI' 9-12 e 14-16

VENERDI' 9-12 - 0141 820227

servizisociali@comune.canelli.at.it

