

# PALESTRA PER LA MENTE

Un programma di addestramento specialistico studiato per persone adulte con più di 60 anni. Obiettivo è mantenere attiva la mente, stimolare la memoria, sviluppare l'attenzione e favorire la capacità di concentrazione. Il tutto per prevenire e rallentare l'invecchiamento cerebrale e le malattie neurodegenerative come l'Alzheimer.

**10 INCONTRI A PARTIRE DA MARTEDÌ 09.05.2023**

**9:30-11:00 PER PERSONE DAI 60 AI 70 ANNI**

**11:00-12:30 PER PERSONE OVER 70 ANNI**

**GLI INCONTRI SI TERRANNO PRESSO IL CENTRO DI  
AGGREGAZIONE IN PIAZZA ALPINI, 8 PEDRENGO (BG)**

**E' obbligatoria l'iscrizione telefonando allo 035.657351 dal  
lunedì al venerdì dalle 9:00 alle 12:00**

**Per informazioni:**



**3470206791**



**formazione@cooperativaprogettazione.it**