



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 Anziani La Torre
Viale Redipuglia, 50 - Seveso

DA VENERDÌ 13 MARZO 2026

9 incontri
tutti i venerdì

PER INFORMAZIONI: 346 79 94 615 (Floriana)

dalle 15:00 alle 17:00

ATTIVITÀ GRATUITA



COMUNE DI
SEVESO

