



# GINNASTICA PER LA MENTE



## GRUPPO DI CAMMINO

UNA PASSEGGIATA IN COMPAGNIA, ESERCIZI DI STIMOLAZIONE COGNITIVA E ATTIVITÀ DI SOCIALIZZAZIONE TRA I PARTECIPANTI.

IL GRUPPO SI INCONTRERÀ OGNI SABATO AL PARCO DELLE VALLERE

**DATA DI PARTENZA:** SABATO 6 NOVEMBRE ORE 10.30

**DURATA:** 10 INCONTRI A CADENZA SETTIMANALE

**COSTO:** 10€ A INCONTRO

**ISCRIZIONI ENTRO IL 4 NOVEMBRE**

## CORSO DI GINNASTICA PER LA MENTE

UNA PALESTRA PER LA MENTE, IN GRUPPO, CON L'OBIETTIVO DI ALLENARE IL CERVELLO E PREVENIRNE IL DECADIMENTO. ATTIVITÀ STIMOLANTI E DIVERTENTI RIVOLTE A CHIUNQUE VOGLIA MIGLIORARE LE PROPRIE PRESTAZIONI DI MEMORIA, ATTENZIONE, LINGUAGGIO, ECC.

**DATE DI PARTENZA:**

- 3 NOVEMBRE ORE 9.30, PIAZZA FAILLA 6C MONCALIERI (FARMACIA PARIZIA)

- 9 NOVEMBRE ORE 16.30 V. SAN MARTINO 6 MONCALIERI (HOME INSTEAD)

**DURATA:** 10 INCONTRI A CADENZA SETTIMANALE

**COSTO:** 14€ A INCONTRO

**ISCRIZIONI ENTRO IL 2 NOVEMBRE**

# PREVENIRE L'INVECCHIAMENTO MENTALE SI PUO'



Training  
cognitivi

Socialità

Attività  
fisica

*Dr.ssa Loredana Chicco*

Psicologa, Psicoterapeuta, Terapeuta EMDR, formata in Neuropsicologia

Tel. 347-5004733 Email: [loredanachicco@gmail.com](mailto:loredanachicco@gmail.com)

[www.loredanachicco.com](http://www.loredanachicco.com)