

In forma con la mente

Alleniamoci insieme



Un percorso di **3 incontri stimolanti** per mantenere la mente attiva, allenare memoria, attenzione e capacità cognitive e, allo stesso tempo, condividere nuove occasioni di socialità.

Attraverso giochi, esercizi e attività di gruppo, ci prenderemo cura della mente, imparando insieme e dedicandoci del tempo in compagnia.

PERCORSO GRATUITO

**19 ottobre
4 novembre
2 dicembre
dalle 14.00
alle 16.00**

IL PERCORSO VERRÀ ATTIVATO CON MINIMO 5 E MASSIMO 15 ISCRITTI



Il percorso è sostenuto dal Tavolo di progetto di **Bernareggio Comunità Amica delle Persone con demenza** - promosso da Rotary Club Monza in collaborazione con Federazione Alzheimer Italia e Amministrazione Comunale - perché **la prevenzione parte dall'allenamento della mente** e da una comunità che sa accogliere e sostenere chi affronta la demenza e la sua famiglia.



DOVE

POLO DEL BENESSERE 0-99
Palazzo Solera Mantegazza
Via Dante 1
Bernareggio

INFO E ISCRIZIONI

benesserebernareggio@gmail.com
339 481 2807 (anche wa)
comune.bernareggio.mb.it