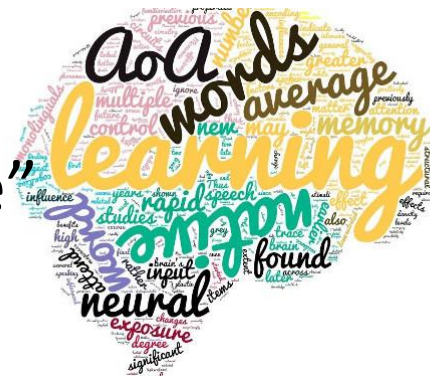


# Corso “La Palestra per la Mente”



“La Palestra per la Mente”, è un percorso di potenziamento della memoria (**LAB-I Empowerment Cognitivo**) sviluppato da un’equipe di Ricercatori dell’Università di Padova – Facoltà di Psicologia, che si pone i seguenti obiettivi:

- *fornire conoscenze sul funzionamento della memoria,*
- *incrementare la consapevolezza rispetto alle proprie capacità e la fiducia in se stessi*
- *insegnare mnemotecniche (strategie di memoria efficaci).*

Il corso è strutturato in 9 incontri a cadenza settimanale ed è rivolto a pensionati e/o anziani del territorio (max 12/15 per gruppo).

Condittrice del percorso sarà la psicologa-psicoterapeuta **dr.ssa Giovanna Cipriani**.

Sede degli incontri: Centro Polifunzionale ATTIVAMENTE, Via Ospedale 14 Castelfranco Veneto (TV).

## Calendario

1. **Mercoledì 05 febbraio 2020** dalle ore 10 alle ore 11.00
2. **Mercoledì 12 febbraio 2020** dalle ore 10 alle ore 11.00
3. **Mercoledì 19 febbraio 2020** dalle ore 10 alle ore 11.00
4. **Mercoledì 26 febbraio 2020** dalle ore 10 alle ore 11.00
5. **Mercoledì 04 marzo 2020** dalle ore 10 alle ore 11.00
6. **Mercoledì 11 marzo 2020** dalle ore 10 alle ore 11.00
7. **Mercoledì 18 marzo 2020** dalle ore 10 alle ore 11.00
8. **Mercoledì 25 marzo 2020** dalle ore 10 alle ore 11.00
9. **Mercoledì 01 aprile 2020** dalle ore 10 alle ore 11.00

Per maggiori informazioni e/o prenotazioni, chiamare il numero **0423.738123** o rivolgersi al Servizio Animazione del Centro Residenziale “D.Sartor”.  
Ai partecipanti sarà richiesto un contributo di frequenza.