



## “La Palestra per la Mente” Corso Avanzato

“La Palestra per la Mente” livello avanzato, è rivolto a coloro che hanno ultimato il livello base e che dimostrano particolare motivazione ad approfondire le seguenti tematiche:

- *approfondire le strategie di memoria*
- *potenziare le immagini mentali*
- *favorire un invecchiamento di successo.*

Il corso è strutturato in 6 incontri a cadenza settimanale della durata di un’ora, durante i quali verranno affrontati il rilassamento e il suo ruolo rispetto alla cognitivà; definizione e funzioni della memoria, della metamemoria e della memoria di lavoro; strategie di memoria, immaginazione e creatività.

Conduattrice 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 22 aprile 2020** dalle ore 10 alle ore 11.00
2. **Mercoledì 29 aprile 2020** dalle ore 10 alle ore 11.00
3. **Mercoledì 06 maggio 2020** dalle ore 10 alle ore 11.00
4. **Mercoledì 13 maggio 2020** dalle ore 10 alle ore 11.00
5. **Mercoledì 20 maggio 2020** dalle ore 10 alle ore 11.00
6. **Mercoledì 27 maggio 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.