



# La palestra per la mente

**Ciclo di incontri per migliorare il proprio stile di vita, la propria memoria e creatività.**

*La terza età è ricca di significati positivi se vissuta nel modo giusto... non è soltanto il momento della "saggezza", ma può essere anche quello della "creatività"...*

## *Argomenti del corso:*

- 1. Stili di vita e ambiente*
- 2. Le diverse fasi della vita*
- 3. Funzioni che invecchiano: strategie per la memoria*
- 4. Patologie della terza età*
- 5. Speranze, timori e creatività*
- 6. Esperienze a confronto*

*Per i nuovi Senior: informazioni, psicologia e strategie per rimanere attivi e partecipi dopo il pensionamento.*

***6 Incontri dalle 10:30 alle 12:00 sabato mattina a partire dal 4 Febbraio 2012***

***Date successive: nei seguenti sabati: 11, 25 Febbraio e 10, 17 e 31 Marzo***

***Sede: D.L.F. Via S. Serlio 25/2***

*Costo: euro 15 a incontro (gratis per i soci DLF e Centri Sociali)*

*E' necessaria la prenotazione!*

Per informazioni e contatti:

**Tel: 051 360077**

**Dr.ssa E. Pasquali 347 1445731**

**Dr. ssa L. Cretella 349 3829669**

**[www.associazioneumanamente.org](http://www.associazioneumanamente.org)**