



# ALLENAMENTO-MENTE

*Per esercitare la memoria e stare bene insieme*

Un percorso pensato per **over 65 con demenza lieve o moderata** che desiderano tenere in esercizio la mente, condividere il tempo con gli altri e prendersi cura del proprio benessere.

## QUANDO

Una volta a settimana  
**dalle 9.00 alle 11.00**

*Il giorno verrà indicato  
al momento dell'iscrizione*





## DOVE

Sala Corsi

Casa di Comunità di Casalmaggiore  
Piazza Garibaldi, 3

## ATTIVITÀ


I partecipanti possono esercitarsi a


-  Stimolare la memoria e l'attenzione
-  Mantenere la mente attiva
-  Sentirsi più sicuri e autonomi
-  Stare insieme e creare nuove relazioni

## COME PARTECIPARE

Per iscriverti

 [pua.cdc.casalmaggiore@asst-cremona.it](mailto:pua.cdc.casalmaggiore@asst-cremona.it)

 **0375 284 137**

 **Di persona agli sportelli**

Piazza Garibaldi, 3 Casalmaggiore  
dal lunedì al venerdì dalle 8.30 alle 16.30

Prima dell'inizio del corso è previsto un incontro informativo con un familiare o caregiver, per presentare il percorso e raccogliere la documentazione necessaria.

**I posti sono limitati.**

Gruppo condotto da  
**Giulia Salvagni**

*Educatrice professionale Casa di Comunità Casalmaggiore*

