

TRAINING COGNITIVO DI GRUPPO

COSA SONO LE CAPACITÀ COGNITIVE ?

Le **capacità cognitive** sono l'insieme delle abilità mentali, ad esempio: **memoria**, linguaggio, **concentrazione**, coordinazione motoria, **attenzione**.

POSSO ALLENARE LE MIE CAPACITÀ COGNITIVE?

La memoria come anche l'attenzione e le altre funzioni cognitive **possono essere allenate** e migliorate tramite esercizi e strategie specifiche.

QUALI SONO I VANTAGGI NELLA PREVENZIONE?

Allenare le proprie capacità mentali permette di **umentare la riserva cognitiva e cerebrale**, quindi assicurarsi un **invecchiamento sano** e **ridurre il danno** nel caso in cui si verifichi un insulto neurologico.

QUALI SONO I VANTAGGI NELLA PROBLEMATICA NEUROLOGICA?

Se una patologia neurologica (e.g. Ictus, Alzheimer, SLA) è già presente, allenare le funzioni cognitive **significa recuperare abilità specifiche e/o rallentare lo sviluppo di problematiche legate alla malattia**.

Il corso è aperto a tutte le persone che avvertono un calo soggettivo delle proprie abilità o a cui è stato diagnosticato un declino cognitivo.

Calendario Incontri

- 1° incontro: martedì 13 giugno
- 2° incontro: martedì 20 giugno
- 3° incontro: martedì 27 giugno
- 4° incontro: martedì 4 luglio
- 5° incontro: martedì 11 luglio
- 6° incontro: martedì 18 luglio
- 7° incontro: martedì 25 luglio
- 8° incontro: martedì 1 agosto

INFO & ISCRIZIONE

Neuropsicologia
Südtirol - Alto Adige
Dott. Daniele Orlandi
info@neuropsicologia.bz.it
T. +39 346 50 90 531

Via E. Fermi 2
I-39100 Bolzano
www.neuropsicologia.bz.it

MERANO

Casa di Cura Villa Sant' Anna
Via Cavour 58
Ore: 09.00

BOLZANO

Centro Neuropsicologia
Via E. Fermi 2
Ore: 14.30

Iscrizioni entro giovedì 8 giugno 2017

Numero incontri: **8** Max. partecipanti: **6** Costo: **190€**


DOTT. DANIELE ORLANDI
neuropsychologie - neuropsychologie
südtirol - alto adige

