

# *Corso di Memory Training*

Da martedì 8 novembre inizierà un corso di **Memory Training** (Allenamento della memoria) rivolto a tutti coloro (di età compresa fra i 55 e 70 anni) che desiderano conoscere come funziona la memoria, come mantenerla allenata, preservando la propria funzionalità cognitiva e imparando strategie che aiutino a ricordare meglio gli impegni e le cose da fare nella vita di tutti i giorni.

Il corso è costituito da **10 incontri** a cadenza settimanale e si terrà il martedì **dalle 15 alle 16:30** per un massimo di 10/12 partecipanti.

In ogni incontro saranno svolti degli esercizi cognitivi per acquisire delle “mnemotecniche” da utilizzare nella quotidianità, migliorando la propria capacità di memorizzare.

Alla fine di ogni incontro saranno rilasciati schede ed esercizi per mantenere attiva la propria memoria.

Il corso sarà condotto dalla dott.ssa Caroline Petrelli, presso il Centro sociale "L'amicizia" in via Montalbano 57/a .

**Per informazioni e per adesioni (iscrizione al corso) contattare la dott.ssa Petrelli entro il 4 novembre: cell 346 626 5885**

La programmazione e il coordinamento degli interventi sono a cura dell'Associazione Alzheimer di Rimini in collaborazione con Distretto di Riccione, Azienda USL della Romagna ambito di Rimini - CDCD

