



# ECOSISTEMAanziani

## PERCORSO DI POTENZIAMENTO DELLA MEMORIA

*a cura dell' Associazione Malattia di Alzheimer Padova (A.M.A.P.) – ODV*

Il corso ha come obiettivo la promozione di un atteggiamento costruttivo verso l'invecchiamento favorendo il benessere attraverso processi adattivi, che permettano la conservazione di alti livelli di flessibilità e resilienza.

Ogni incontro sarà diviso in due parti: una teorica e una pratica in cui, attraverso attività sia individuali che di gruppo si andranno a sperimentare differenti strategie di memoria. Lavorando sulle risorse ancora presenti in un invecchiamento fisiologico, si andrà a rinforzare l'autostima nelle proprie capacità mnesiche. A conclusione sarà sempre dedicato uno spazio per un confronto tra i partecipanti.

### SEDI E ORARI

**presso la saletta del CRC- Centro Ricreativo Comunale**

via Donati, 1 – Abano Terme

dal 23 ottobre al 27 novembre

ogni **giovedì** dalle ore 15.00 alle ore 17.00

### PER ISCRIVERSI

è necessario inviare una mail a

**[sociali@abanoterme.net](mailto:sociali@abanoterme.net)** o telefonare  
al numero **0498 245236**.

*Il gruppo sarà formato da un massimo di 12 partecipanti  
al fine di poter lavorare al meglio.*

Guarda il programma completo su  
**[www.ecosistemaanziani.it](http://www.ecosistemaanziani.it)**

Ecosistema Anziani è finanziato dalla Regione del Veneto nell'ambito delle progettualità per l'invecchiamento attivo di cui alla DGR n.1370/2024.

