

L'ANZIANO DI QUALITÀ



Per essere sempre in forma! Incontri di riattivazione cognitiva per la Terza età con il **metodo Feuerstein**



Per riattivazione cognitiva s'intende un percorso strutturato di esercizi di ginnastica mentale mirato a migliorare o correggere la capacità di pensiero di una persona, qualunque siano la cultura, l'età ed, eventualmente, il tipo e la gravità della disabilità.

L'attività, che può essere collettiva, sotto forma di "corso", o individuale, si basa sulla

mediazione tra stimolo e soggetto.

In un'esperienza di training cognitivo l'organismo esposto direttamente agli stimoli li riceve e risponde solo dopo che le loro caratteristiche sono state selezionate ed inquadrare con l'aiuto di un mediatore esterno.

Importante è il confronto continuo tra mediatore e soggetto e tra soggetti, il continuo scambiarsi opinioni e strategie sia per rafforzare quelle acquisite, sia per verificare quelle che si stanno acquisendo.

Espressioni del tipo "Ormai, alla mia età, non sono più capace di fare niente" non sono accettabili.

Sono previsti 6 incontri, in unità di un'ora e mezza, una volta alla settimana, il **venerdì**, con un gruppo di 10 persone massimo, nelle seguenti date:

14, 21, 28 novembre, 5, 12, 19 dicembre dalle ore 10,00 alle ore 11,30

presso lo Studio per l'apprendimento mediato in **via Colugna, 7 a Udine.**

Il corso è gratuito grazie ad una donazione del CAMST la Ristorazione, è richiesta l'associazione a Pensando Onlus

Le iscrizioni si chiuderanno il 7 novembre e si procederà ad esaurimento posti.

Per informazioni e iscrizioni:

chiamare i numeri 348 6551353 / 349 0867261

scrivere a associazionepensando@gmail.com

visitare il sito www.pensando.org e la pagina FB Pensando