



1) **Mente Attiva: Percorsi di stimolazione cognitiva**

Di cosa si tratta

Un'attività pensata per chi vuole tenere la mente in forma senza rinunciare al piacere di stare in compagnia. In un ambiente sereno e informale, ci si dedica a piccoli esercizi di logica e memoria in modo leggero e divertente. È l'occasione perfetta per "riabituarsi" a stare insieme, raccontare la propria storia e sfidarsi amichevolmente tra sorrisi e nuove conoscenze.

A chi è rivolto

Il percorso è dedicato a persone anziane che desiderano:

- cercare stimoli nuovi: perfetto per chi vuole allenare il cervello in modo meno strutturato e più orientato allo svago.
- rientrare in società: un contesto protetto e dedicato per chi si sente un po' isolato e vuole ritrovare il piacere del dialogo.

Perché aderire

- Allenamento Leggero: gli esercizi proposti sono sfide piacevoli e mai stressanti.
- Potere della Narrazione: per avere spazio per condividere la propria storia personale, trasformando i ricordi in un patrimonio per tutto il gruppo.
- Divertimento e Socialità: L'obiettivo principale è stare bene insieme. Il gioco e il riso sono i migliori alleati contro l'invecchiamento mentale.
- Monitoraggio e Cura: Gli operatori monitorano costantemente il benessere dei partecipanti, pronti a cogliere nuovi bisogni e a offrire supporto emotivo.

Per saperne di più: [Aeris > Generazione Senior](#)

Contatti: Stefano Brambilla- 334/ 2184529- stefanobrambilla@coopaeris.it