



**"Impara a guardare l'errore come una possibilità,
come un punto di partenza verso il cambiamento.
Sbagliare NON significa essere sbagliati." (N. Scarnecchia)**



La stimolazione cognitiva può essere definita un intervento per il benessere individuale, che si basa sull'utilizzo di tecniche ed interventi volti al potenziamento di memoria, attenzione, linguaggio, capacità di ragionamento e concentrazione in persone, di qualunque età,

che vogliono migliorare la propria efficienza cognitiva.

Uno dei benefici è di tipo sociale, dal momento che trattandosi di una terapia che propone attività di gruppo ha come necessaria conseguenza la condivisione e la collaborazione. All'interno delle varie proposte di lavoro, ogni membro può trovare la sua specialità e aiutare chi dovesse trovarsi in difficoltà, sapendo di poter richiedere e ricevere lo stesso aiuto. La stimolazione cognitiva è stata utilizzata anche con gruppi di anziani, che presentano un normale funzionamento cognitivo globale e si è dimostrata utile nell'allenamento, all'uso di semplici strategie di memorizzazione, applicabili nella vita di tutti i giorni. In questo caso possiamo parlare di **"mantenimento"** cognitivo generale con finalità di **prevenzione** ad un più rapido decadimento cognitivo fisiologico.

- Memorizzazione - Socializzazione
- Auto-affermazione - Prevenzione

Il corso on line prevede un minimo di 8 ed un massimo di 30 partecipanti

Docente	Associazione Mutar	
Programma lezioni	Quindicinale (6 incontri ONLINE)	
Giorno e orario	Martedì 10:00 – 11:00	
Date mensili	Gennaio 11-25	Febbraio 08-22
	Marzo 08-22	