

LA PALESTRA PER LA MENTE: LA MEMORIA

Il corso si articola in 14 incontri suddivisi in una prima parte teorica condotta dal Dott. Molteni Maurizio Francesco – Psicoterapeuta – mentre l'incontro successivo sarà dedicato ad un laboratorio pratico esperienziale sull'argomento precedentemente trattato, sotto la guida di Roberta Minotti e Domenica Suriano – Counselor dinamiche relazionali.

- **Come funzionano i meccanismi fisiologici della memoria**
- **Laboratorio pratico sul tema, domande e discussione**

- **Cos'è la memoria cellulare e come funziona**
- **Laboratorio pratico sul tema, domande e discussione**

- **La guarigione dai ricordi traumatici: lasciare il passato nel passato**
- **Laboratorio pratico sul tema, domande e discussione**



- Una palestra per la mente: esercizi per rinforzare, stimolare e riabilitare la memoria
- Laboratorio pratico sul tema, domande e discussione

- La memoria intergenerazionale come fattore terapeutico
- Laboratorio pratico sul tema, domande e discussione

- I nostri ricordi formano chi siamo
- Laboratorio pratico sul tema, domande e discussione



- Quali sono e come vengono curate le principali malattie che danneggiano la memoria

- Il long covid e i risvolti sulla memoria



Docente	M. F. MOLTENI – D. SURIANO – R. MINOTTI			
Programma	Quindicinale	14 incontri	Lunedì	15,00 / 16,30
Date	Ott. 23	Nov. 6,20	Dic. 4,18	Gen. 8,22
	Feb. 5,26	Mar. 11,25	Apr. 15,29	Mag. 13