

PSICOLOGIA

AttivaMente

Docente: --- Dott.ssa Marinella Carenza

Il corso "AttivaMente" si propone fornire alcune nozioni di base sulla psicologia dell'essere umano.

Durante il corso verranno trattati alcuni argomenti di interesse generale come: le emozioni, le relazioni interpersonali, le crisi e i cambiamenti, i disturbi dell'umore, le dipendenze.

Parallelamente in ogni incontro verranno proposti alcuni esercizi di stimolazione cognitiva per allenare le funzioni come memoria, attenzione, percezione, linguaggio, orientamento, movimento, pianificazione, ragionamento, in ottica di mantenimento e potenziamento delle risorse cognitive.

Il corso si svolgerà il venerdì dalle 15 alle 16.30 nei seguenti giorni:

19 Ottobre

16 Novembre

18 Gennaio

15 Febbraio

22 Marzo

Durante l'anno potranno essere attivati dei laboratori con gruppi più limitati.

Per l'esecuzione della parte "pratica" si consiglia ai partecipanti di portare carta e penna e di ricordare gli occhiali da vista, se necessari per leggere da vicino e da lontano.

Il corso verrà svolto dalla Dott.ssa Marinella Carenza, psicologa psicoterapeuta con esperienza specifica nel campo della riabilitazione neuropsicologica e della stimolazione cognitiva con anziani sani e con patologie neurodegenerative (demenze).