

INVECCHIAMENTO CEREBRALE

Invecchiare porta cambiamenti sul piano cognitivo e fisico, ma purtroppo molto spesso ci si prende cura del proprio corpo e non in modo sufficiente della propria mente. La scienza ha dimostrato che **il cervello conserva la capacità di essere modellato dall'esperienza**. Con esercizi mirati e opportuni stimoli è possibile creare nuovi circuiti e nuove connessioni tra i neuroni. Un cervello ricco di neuroni e connessioni è in grado di reagire in maniera più efficiente alla perdita di cellule nervose dovuta al normale invecchiamento. Durante il webinar verranno illustrati i segnali del normale invecchiamento biologico e analizzati quali potrebbero essere i possibili primi sintomi di una malattia neurodegenerativa. Dopo questa prima parte introduttiva sull'invecchiamento cerebrale, verranno date indicazioni pratiche sui **possibili percorsi di prevenzione e di mantenimento delle funzioni cerebrali**.

RELATORE

Stefania Borroni - psicologa e neuropsicologa
Specializzanda in psicoterapia, presso i servizi di ProgettAzione si occupa di valutazione e riabilitazione neuropsicologica

QUANDO DOVE

Lunedì **25.03.2024** alle ore **18:00**
attraverso piattaforma Google Meet

ISCRIZIONE

Compilando la scheda a questo link
<https://forms.gle/1wBK1a3hngkgCfK68>

