



NUOVO CORSO  
ALLENAMENTO

Training di stimolazione cognitiva per  
persone con lievi disturbi cognitivi



PRESENTAZIONE DEL CORSO

Ogni lunedì mattina ore 9-12

Oggi si assiste ad un aumento progressivo delle malattie croniche legate all'età a causa dell'invecchiamento della popolazione, tra queste la demenza costituisce una delle più importanti cause di disabilità nell'anziano. In Italia si stimano 780.000 casi di demenza e in Toscana 79.000. Il **Mild Cognitive Impairment (MCI)**, è definito come una condizione in cui è oggettivamente identificabile la presenza di un **disturbo cognitivo circoscritto** in assenza dei criteri per diagnosi di demenza, ed è considerata come una fase di transizione tra invecchiamento fisiologico e sviluppo di demenza di Alzheimer (AD). Oltre ai disturbi cognitivi, i sintomi cognitivi più frequenti sono: depressione, apatia, irritabilità, ansia.

GLI OBIETTIVI

- contrastare il decadimento progressivo e potenziare le funzioni cognitive
- preservare la nostra memoria è la attraverso esercizi mirati
- aiutare i familiari a comprendere la patologia del proprio caro e il suo decorso

LA CONDUTTRICE

**Dott.ssa Alessandra Lorenzini**

Psicologa e Psicoterapeuta  
Perfezionata in  
Neuropsicologia clinica.  
Iscritta all'Ordine degli  
Psicologi del Veneto, n°7269

LE ATTIVITA'

Un ciclo di stimolazione cognitiva prevede 10 incontri di 2 ore con cadenza bisettimanale. E' possibile partecipare a più cicli di stimolazione. Il nostro progetto si rivolge a persone di età compresa tra i 55 e gli 80 anni che presentano lievi difficoltà cognitive (memoria, attenzione, linguaggio).