

ALLENA...MENTE

Alleniamo il nostro cervello con gli esercizi di Brain Gym®, semplici movimenti del corpo



IL BRAIN GYM® ATTIVA I DUE EMISFERI CEBRALI E LI STIMOLA A COOPERARE PIENAMENTE.

P. Dennison

Distrazione, affaticamento, apatia, perdita di acutezza sensoriale (vista, udito), eccesso di informazioni da elaborare (sovraccarico neurale) sono le cause della diminuzione o perdita della memoria e della concentrazione.

Frequenti momenti di dimenticanza, di disattenzione, oltre che un rallentamento del movimento in genere, una diminuzione nel processo di apprendimento, del ragionamento, del calcolo, dell'abilità manuale sono fenomeni contenibili con gli esercizi e le attività del Dr.Dennison.

Grazie agli esercizi del Brain Gym® la persona può mantenere a lungo le funzioni di camminare, leggere, scrivere, così come la creatività e l'entusiasmo nelle attività.

Gli esercizi Brain Gym® essendo movimenti facili da eseguire possono essere praticati agevolmente a tutte le età.

3 incontri di 1ora, con un minimo di 6 e un massimo di 10 partecipanti

Venerdì 8, 22 e 29 maggio 2015, dalle 9.30 alle 10.30

Il corso si terrà a **Giubiasco** presso lo spazio giovani “**Velabianca**”, viale 1814 nr.4 (di fronte al mercato coperto)

Il costo è di 60.-fr. per persona per i soci ATIDU, 70.- fr. per i non soci

Conduce: Giovanna D’Onofrio, formatrice di adulti FFA1gen, Brain Gym Teacher®, consulente di kinesiologia educativa

TERMINE DI ISCRIZIONE: 1 aprile 2015 scrivendo o telefonando al segretariato