

## FITNESS DELLA MENTE cos'è?!

"Fitness della Mente" è un protocollo strutturato di stimolazione cognitiva ideato da OMNIA per promuovere il benessere nella popolazione adulta e anziana e favorirne un invecchiamento sereno.

Dal 2014 d oggi sono stati attivati sul territorio veronese 9 corsi base e 5 corsi avanzati, per un totale di più di 100 partecipanti. In ogni percorso sono stati raccolti dati per restituire un feedback

personale ai partecipanti e per misurare la validità del training proposto.

I dati raccolti sono stati esposti nel 2016 al IX Convegno Nazionale di Psicologia dell'Invecchiamento organizzato dalla SIPI - Società di Psicologia dell'Invecchiamento.

Nel 2018 i corsi di FITNESS DELLA MENTE sono stati organizzati a Zevio, nella 3a e nella 6a Circostrizione di Verona.



ASSOCIAZIONE ■ IMPRESA SOCIALE

OMNIA



IL BENESSERE  
DI TUTTA LA PERSONA  
PER TUTTE LE PERSONE

[www.omniaimpresasociale.it](http://www.omniaimpresasociale.it)

Sede legale: VIA MONTE PASTELLO 3  
37142 VERONA - Tel. 3270610614  
P.I./C.F. 04285990232 - REA VR-408061

## CORSO PSICOLOGI 2018

*“ESPERTO IN  
FITNESS  
DELLA MENTE”*



Per il 2° anno OMNIA IMPRESA SOCIALE propone ai colleghi psicologi un corso intensivo di 8 ore per l'apprendimento e l'applicazione del Protocollo **FITNESS DELLA MENTE**, un training mentale di stimolazione cognitiva per l'adulto sano.

Nei 4 incontri del corso verranno illustrate le potenzialità dello strumento del training cognitivo per la prevenzione delle malattie neurodegenerative così come riportato in letteratura scientifica, approfondendo il protocollo utilizzato da OMNIA.



La frequenza del corso permette di poter condurre un gruppo di FITNESS DELLA MENTE organizzato sul territorio di Verona e Provincia, in collaborazione con OMNIA.

## CORSO INTENSIVO DI 8 ORE:

<b>MARTEDÌ</b> 3 Luglio 2018 18.30 - 20.30	<ul style="list-style-type: none"><li>•Fitness della Mente: cos'è</li><li>•Metodologie di conduzione e motivazione del gruppo</li><li>•La fase introduttiva: primi incontri e testistica</li></ul>
<b>MERCOLEDÌ</b> 11 Luglio 2018 18.30 - 20.30	<ul style="list-style-type: none"><li>•Conoscere il funzionamento del cervello: la consapevolezza come arma di prevenzione</li><li>•Come spiegare la struttura del cervello</li><li>•L'Attenzione e gli esercizi di allenamento</li><li>•La Memoria e gli esercizi di allenamento</li></ul>
<b>MARTEDÌ</b> 17 Luglio 2018 18.30 - -20.30	<ul style="list-style-type: none"><li>•Il Linguaggio e gli esercizi di allenamento</li><li>•Le Funzioni Esecutive e gli esercizi di allenamento</li><li>•Gli homeworks: come e quando assegnarli</li></ul>
<b>MARTEDÌ</b> 24 Luglio 2018 18.30 - 20.30	<ul style="list-style-type: none"><li>•La fase conclusiva: l'elaborazione dei risultati e la restituzione</li><li>•Come proporre un corso di Fitness della Mente: le fasi di organizzazione</li></ul>

## SEDE DEL CORSO:

presso Casa Comune Mag  
Via Adriano Cristofoli, 31  
- 37138 Verona -

## COSTI ED ISCRIZIONE

Il corso ha un costo di 150 euro + Iva

Per iscrizione inviare una mail a:

[info@omniaimpresasociale.it](mailto:info@omniaimpresasociale.it)

**ENTRO IL 30 GIUGNO 2018**