



> 18 marzo 2026 alle ore 0:00



A Diano Marina iniziativa a favore della terza età

IMPERIA, A GUIDARE IL PERCORSO SILVIA GIORLANDO

“Allenamento della mente” Un corso per la terza età contro l’invecchiamento

IMPERIA

Prende il via a Diano Marina il nuovo corso di “Allenamento della mente”, iniziativa dedicata al benessere della terza età e alla promozione dell’invecchiamento attivo. Il progetto è promosso da Auser Liguria e Genova in collaborazione con Regione Liguria, Forum Terzo Settore Liguria, Ben. essere in Liguria, L’Ancora e Ludo Ergo Sum. Finanziato dal Ministero del lavoro e delle politiche sociali nell’ambito del bando regionale “Area anziani”, il corso punta a fornire strumenti utili per mantenere la mente allenata e prevenire il decadimento cognitivo. A guidare il percorso sarà la trainer Silvia Giorlando, che accompa-

gnerà i partecipanti con esercizi e attività mirate a stimolare memoria, attenzione e capacità cognitive. «Siamo orgogliosi di ospitare un progetto di tale rilevanza sociale – affermano il sindaco Cristiano Za Garibaldi e l’assessore alla cultura e ai servizi sociali Sabrina Messico – Offrire occasioni di stimolo intellettuale e di aggregazione è fondamentale per mantenere vive le facoltà cognitive e rafforzare il senso di comunità». Gli incontri si svolgeranno al centro sociale Ada Carlotta Garibaldi di via Genova 27, con cadenza settimanale dalle 10 alle 11, 30, nei seguenti giorni: 24 e 31 marzo, 8, 14, 22 e 28 aprile, 5, 12, 19 e 26 maggio. G.A. —

© RIPRODUZIONE RISERVATA