

L'Italia è il Paese più vecchio d'Europa.

Se, da un lato, l'aumento della vita rappresenta una conquista della società moderna, dall'altro comporta una serie di problemi da affrontare, in quanto l'invecchiamento conduce ad un aumento della possibilità di andare incontro a condizioni di declino cognitivo (proprio correlato all'età).

La mancanza di soluzioni terapeutiche per affrontare il declino cognitivo rende fondamentale la prevenzione che, insieme alla diagnosi precoce, permette di mettere in atto interventi psico-sociali e di stimolazione mirata che aiutano a rallentare il declino cognitivo e psicologico promuovendo inoltre il benessere e la qualità della vita. Il progetto "Invecchiando s'impara", con la collaborazione della cooperativa Namastè, propone ai cittadini la possibilità di partecipare a serate informative e a giornate "Screening della memoria", dove si spiegheranno alcune strategie per invecchiare in "salute" e come allenare la mente.

Questa iniziativa ha due obiettivi: il primo è informare la popolazione su quelli che sono i campanelli d'allarme della perdita di memoria e su quali strategie si possono utilizzare per allenare la mente; il secondo obiettivo è rilevare segni precoci di riduzione delle capacità cognitive e prevenire il rischio di perdita della memoria attraverso degli screening gratuiti. Durante gli screening i professionisti dopo aver eseguito alcuni test cognitivi forniranno una restituzione finale dei risultati con l'eventuale indicazione di quali misure o comportamenti adottare.

# PREVENIRE IL DECLINO COGNITIVO

*Iniziative di informazione e screening  
della memoria per rallentare  
il declino cognitivo nell'anziano*



## Alle serate formative possono partecipare tutti i cittadini.

Le date delle serate informative sono:

- **Mercoledì 4 aprile 2018 alle ore 20.30**  
presso la Sala Consiliare del Comune di Bagnatica
- **Venerdì 13 aprile 2018 alle ore 20.30**  
presso la Sala Consiliare del Palazzo Comunale di Mornico al Serio in  
P.zza S. Andrea, 2

## Alle giornate di valutazione cognitiva possono partecipare le persone con età superiore a 60 anni senza diagnosi di malattia dementigena.

Le date degli incontri di screening della memoria sono:

- **Lunedì 16 aprile 2018 dalle ore 9.00 alle ore 12.00**  
presso il Centro Anziani di Bagnatica
- **sabato 21 aprile 2018 dalle ore 9.00 alle 12.00**  
presso i locali del Centro Polifunzionale di Palosco in P.zza Castello  
(locali al piano terra sulla sinistra)

*Gli incontri di screening sono incontri individuali della durata di 30 minuti circa.*

## Gli interessati possono fissare un appuntamento telefonando

per l'appuntamento di **BAGNATICA**,  
alla Bottega della Domiciliarità di Seriate al numero **035-0600195**  
in queste fasce orarie, **Lunedì, Martedì, Giovedì e Venerdì: 8.30-12.30,**  
**Mercoledì: 14.00-18.00**

per l'appuntamento di **PALOSCO**,  
alla Bottega della Domiciliarità di Grumello del Monte  
al numero **348 5296957** oppure **035 830030** interno 213,  
in queste fasce orarie **Lunedì: 9.00 - 12.00**  
**Mercoledì: 9.00 - 12.00 Venerdì: 16.00 - 19.00**