

## PALESTRE della MEMORIA

### Esercitare la mente in compagnia

Le **Palestre della Memoria** sono un progetto di prevenzione del decadimento cognitivo e di contrasto alla solitudine; attraverso l'esecuzione di **esercizi mirati** svolti in gruppo offrono l'opportunità di **allenare le funzioni cognitive**.

Le attività della palestra della memoria sono svolte in collaborazione con diverse associazioni/enti/centri e condotte da volontari appartenenti, in genere, alle associazioni stesse e formati mediante un corso tenuto dalle neuropsicologhe del Centro Disturbi Cognitivi dell'**AUSL di Modena** e associazione GPVecchi.

Si svolgono settimanalmente da settembre a giugno in varie sedi.



**Dove sono**



**Per informazioni e iscrizioni**



**Quando**

Dove sono	Per informazioni e iscrizioni	Quando
<b>MODENA</b> Sala Parrocchia S.Faustino <i>Via Giardini 231</i>	<b>Graziella 347 22093001</b> dal lun. al ven. ore 18-20	<b>Mercoledì</b> dalle 9.30 alle 11.30
<b>MODENA</b> Centro Soc. Anziani e Orti Buon Pastore <i>Via Panni 202</i>	<b>Liliana 338 3430818</b>	<b>Martedì</b> dalle 9.30 alle 11.30
<b>MODENA</b> Sala TIRABASSI ACER-AUSER <i>Via Terranova 71</i>	<b>Liliana 338 3430818</b>	<b>Giovedì</b> dalle 9.30 alle 11.30
<b>MODENA</b> Sala Parrocchia S.Pio X <i>Via S.G.Bosco</i>	<b>Caterina 333 2705380</b>	<b>Mercoledì</b> dalle 9.30 alle 11.30
<b>MODENA</b> ANCESCAO Centro Soc. Anziani e Orti S.Faustino <i>Via L. Da Vinci 158</i>	<b>Giovanna 335 7011165</b>	<b>Giovedì</b> dalle 9.30 alle 11.30
<b>MODENA</b> Sala Parrocchia S.Lazzaro <i>Via Livio Borri 90</i>	<b>Francesca 339 6482566</b> dal lun. al ven. dalle 10.00 alle 13.00	<b>Mercoledì</b> dalle 9.30 alle 11.30
<b>MODENA</b> ANCESCAO Centro Soc. Anziani e Orti S.Agnese e S.Damaso <i>Stradello Medici Caula 25</i> <i>zona Vaciglio</i>	<b>Paola 349 7709925</b>	<b>Martedì</b> dalle 9.30 alle 11.30
<b>MODENA</b> G.P. VECCHI <i>Condominio Parco Estense</i> <i>Via Nilde Iotti 90</i>	<b>Lorenza 339 3921884</b> <b>Marco 329 2125321</b> dal lun. al ven. dalle 9.00 alle 11.00	<b>Lunedì</b> dalle 9.30 alle 11.30
<b>MODENA</b> ANCESCAO Circolo XXII Aprile <i>Via Donati 120</i>	<b>Anna Maria 333 4209394</b> dal lun. al ven. 16.00 alle 18.00	<b>Mercoledì</b> dalle 9.30 alle 11.30
<b>CARPI</b> "Attiva-mente" Circolo Guerzoni <i>Via Genova 1</i>	<b>Nora 338 1794330</b> mar. dalle 9.30 alle 11.30 ven. dalle 16.00 alle 18.00	<b>Mercoledì</b> dalle 9.30 alle 11.30
<b>CARPI</b> "Allegra-mente" Parrocchia S.Giuseppe Artigiano <i>Via Remesina Interna 56</i>	<b>Nora 338 1794330</b> mar. dalle 9.30 alle 11.30 ven. dalle 16.00 alle 18.00	<b>Giovedì</b> dalle 9.30 alle 11.30
<b>SOLIERA</b> "SerenaMente" Sala Arci complesso Habitat <i>Via Berlinguer 21</i>	<b>Paola 338 9551910</b> mer. dalle 9.30 alle 11.30	<b>Venerdì</b> dalle 9.30 alle 11.30
<b>MIRANDOLA</b> AVO di Mirandola c/o Fondazione Cassa di Risparmio di Mirandola <i>Piazza Matteotti 2</i>	<b>Loretta 375 5659707</b> lun. dalle 10.00 alle 12.00	<b>Martedì e Giovedì</b> dalle 9.30 alle 11.30

<b>FANANO</b> Centro culturale Bortolotti <i>Via Torre 1</i>	<b>Rosanna 349 1968392</b>	<b>Venerdì</b> dalle 9.30 alle 11.30
<b>SESTOLA</b> Sala della Biblioteca <i>Via Macello 10</i>	<b>Laura 333 4690865</b>	<b>Martedì</b> dalle 9.30 alle 11.30
<b>POLINAGO</b> <i>Via della Pieve 2</i>	<b>Anna Rosa 340 4190060</b>	<b>Mercoledì</b> dalle 9.30 alle 11.30
<b>SERRAMAZZONI</b> Cella Campanaria <i>Via Donini 1</i>	<b>Angela 388 1005082</b>	<b>Martedì</b> dalle 10.00 alle 11.30
<b>PAVULLO</b> AVO di Pavullo <i>Via Matteotti 5</i>	<b>Segreteria AVO 0536 29344</b>	<b>Lunedì o Mercoledì</b> dalle 9.30 alle 11.00
<b>RIOLUNATO</b> AVSA Riolunato complesso Maggiociondolo <i>Via Castello 14/B</i>	<b>Laura 339 5040942</b>	<b>Giovedì</b> dalle 9.30 alle 11.00
<b>FIUMALBO</b> Zona impianti sportivi <i>Via Lago</i>	<b>Paola 339 5946389</b>	<b>Giovedì</b> dalle 15.00 alle 17.00
<b>VIGNOLA</b> Centro Età Libera <i>Via Ballestri 265</i>	<b>059 773390</b> lun. e mart. dalle 15.00 alle 16.30	<b>Giovedì</b> dalle 14.30 alle 16.30
<b>SPILAMBERTO</b> Sala eventi Famigli <i>Viale Rimembranze 19</i>	<b>378 3058892</b> dal lun. al sab. dalle 9.00 alle 11.00	<b>Sabato</b> dalle 9.30 alle 11.30
<b>S.CESARIO</b> ISaggi <i>C.so Libertà 100/102</i>	<b>I Saggi</b> <b>Tel.059.930660</b> <i>isaggi@comune.sancesariosulpanaro.mo.it</i>	<b>Giovedì</b> dalle 15.00 alle 16.00
<b>PIUMAZZO</b> ARCI Piumazzo <i>Via Muzza Corona 159/A</i>	<b>Tina 331 4410120</b>	<b>Martedì</b> dalle 9.30 alle 11.30
<b>CASTELFRANCO</b> Ass.Cuore in gamba-Polisp. ARCI "Stalla" <i>Via A.Costa 29</i>	<b>Mirca 349 6111457</b> <b>Nadia 389 0646044</b>	<b>Mercoledì</b> dalle 9.30 alle 11.30
<b>MANZOLINO</b> Parrocchia di Manzolino <i>Via G.D'annunzio 42</i>	<b>Patrizia 349 3815696</b> dalle 9.00 alle 11.00	<b>Mercoledì</b> dalle 9.30 alle 11.30
<b>NONANTOLA</b> La Clessidra <i>Piazza Tien An Men</i>	<b>Ass. Clessidra</b> <b>Tel. 059 548170</b>	<b>Lunedì</b> dalle 14.30 alle 16.30
<b>BASTIGLIA</b> La Clessidra - Polivalente Forum <i>Via Don Minzoni 1</i>	<b>Ass. Clessidra 370 3783992</b> <b>Vianella 345 3420026</b>	<b>Mercoledì</b> dalle 9.30 alle 11.30
<b>RAVARINO</b> Circolo ARCI-UISP <i>Via Maestra 175</i>	<b>Tina 370 3362379</b> <b>Donatella 339 4107694</b>	<b>Lunedì</b> dalle 9.30 alle 11.30
<b>CAVAZZONA</b> Parrocchia S.Clelia Barbieri <i>Via Cassola di Sotto 15</i>	<b>Maria 339 1547336</b> <b>Cristina 338 3758253</b>	<b>Giovedì</b> dalle 9.30 alle 11.30
<b>SORBARA</b> Polivalente Sorbara-Casa della Legalità <i>Piazzetta dei Tigli 9</i>	<b>329 4940645</b> dal lun. al ven. dalle ore 12.00 alle 14.00	<b>Mercoledì</b> dalle 9.30 alle 11.30
<b>SASSUOLO</b> Circolo Fossetta <i>Viale Guicciardini 15</i>	<b>Cristina 351 7299840</b> dal lun. a ven. dalle 10.00 alle 15.00	<b>Mercoledì</b> dalle 9.30 alle 11.30



Per informazioni inquadra il QR CODE  
[www.ausl.mo.it/palestre-della-memoria](http://www.ausl.mo.it/palestre-della-memoria)