



Mente Locale Attività



LUNEDÌ

Ginnastica dolce	15:45 - 16:45
Ginnastica posturale	17:00 - 18:00
Pilates	18:15 - 19:15

MARTEDÌ

Gomitolo Rosa*	14:30 - 16:30
Danze popolari	16:45 - 18:15

*laboratorio di lanaterapia

MERCOLEDÌ

Disegno e pittura	14:45 - 16:45
Comun (d) anza	17:00 - 18:00
Yoga Anukalana	18:30 - 19:30

GIOVEDÌ

Ginnastica dolce	15:45 - 16:45
Qi Gong	17:00 - 18:00
Hatha Yoga	18:15 - 19:15

VENERDÌ

Pilates	11:00 - 12:00
---------	---------------

PALESTRA DELLA MEMORIA

Sono attivi tutto l'anno, da lunedì a venerdì, in varie fasce orarie, gruppi di potenziamento cognitivo, di terapie non-farmacologiche (laboratorio cognitivo, stimolazione cognitiva, terapia occupazionale, psicomotricità) e gruppi di supporto familiari e per persone con decadimento cognitivo.

Per informazioni contattare la segreteria allo 015.401767





Mente Locale Attività



SEDE DEI CORSI

**Centro d'incontro Mente Locale
AMA Biella
Via Antonio Gramsci 29
Biella**

CONTATTI

**Telefono 015.401767
Mente Locale è aperto da lunedì
a venerdì dalle 09:00 alle 17:00
Email mentelocale.aima@gmail.com
Web www.mentelocalebiella.it**

QUANTO COSTA ISCRIVERSI AI CORSI

Stimolazione cognitiva e potenziamento cognitivo € 80/mese
(costo deducibile dalla dichiarazione redditi)

Terapia occupazionale, Laboratorio cognitivo € 65/mese
(costo deducibile dalla dichiarazione redditi)

**Ginnastica dolce e posturale, Pilates, Yoga Anukalana,
Comun(d)anza, Qi-Gong** € 35/mese
Attività motoria da 1 ora

Hatha Yoga, Balli popolari € 40 /mese
Attività motoria da 1 ora e mezza

Disegno e pittura € 50/mese

Quota associativa annuale AMA Biella 50 euro
**Pacchetto stimolazione cognitiva + attività motoria o artistica: sconto 10% sulla
seconda attività. Per i coniugi sconto del 10% sulle attività motorie per il secondo iscritto
e del 25% per stimolazione e potenziamento cognitivo.**

Il centro d'incontro Mente Locale è un progetto di AMA Biella dal 2017. Puoi aiutarci anche attraverso il 5xMille con una firma e inserendo il codice fiscale 90020360021. Tutte le nostre attività, a norma del Codice del Terzo Settore, sono di interesse generale.



**ASSOCIAZIONE MALATTIA DI
ALZHEIMER
AMA BIELLA**