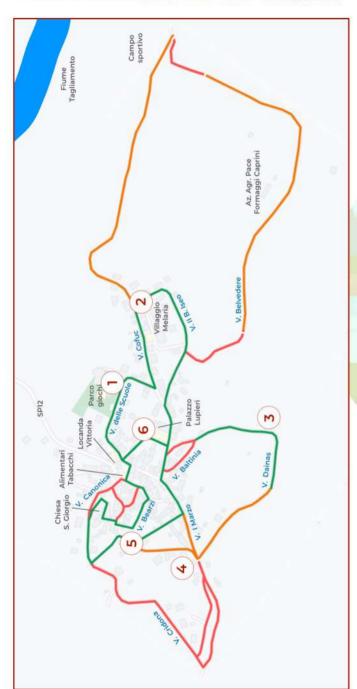
## Percorsi consigliati

Legenda pendenze: Lieve - Intermedia - Impegnativa









## Per ulteriori informazioni

info@vieniapreone.it Facebook @preonefvg Whatsapp 371 491 7146









Attività motorie e cognitive per tutte le età

## Mappa delle postazioni per esercizi cognitivi

Le proposte di Preone per tenersi in forma, fisicamente e mentalmente, per stare in compagnia e per fare nuove amicizie. Facili camminate completate da esercizi cognitivi - mirati sulle funzioni esecutive, sulla percezione, sulla risposta motoria, sull'attenzione e sulla memoria - da effettuare da soli o nell'ambito delle camminate di gruppo coordinate dalla Pro Loco insieme agli operatori dei Servizi Sociali.

Postazione 1 - memoria

Ricordare una sequenza di numeri

Postazione 2 - plasticità neuronale

Individuare parole, da lettera iniziale

Postazione 3 - attenzione e concentrazione

Individuare suoni e rumori

Postazione 4 - concentrazione

Individuare elementi, da lettera iniziale

Postazione 5 - plasticità neuronale

Individuare parole, da sequenza lettere finali

Postazione 6 - plasticità neuronale

Individuare e ordinare elementi, da lettera iniziale

Una collaborazione tra Comune di Preone, Servizi Sociali dell'Area Territoriale Carnia dell'ASU Friuli Centrale e Pro Loco Preone APS.



