



Anno accademico 2025/26

GINNASTICA DELLA MENTE

Docente

Prof. Giuseppe Iannocari



1. Come evitare le distrazioni

2. Ricordare meglio si può

3. Le strategie di memoria più potenti

Oltre ai cenni teorici su come funzionano mente e cervello saranno inseriti molti esercizi

Da mercoledì 15 a mercoledì 29 ottobre, dalle ore 14:30 alle ore 15:30

**Info e iscrizioni: in sede, via Pellico 5/ 7 Triuggio, dal lunedì al venerdì, dalle 14:30 alle 16:30.
Tel. 347/2199612 mail: info@utlvallelambro.it sito:www.utlvallelambro.it
www.facebook.com/utlvallelambro 339/1908642**