



# Mente Locale Attività



## LUNEDÌ

Laboratorio Cognitivo	14:30 - 15:30
Ginnastica dolce	15:45 - 16:45
Ginnastica posturale	17:00 - 18:00
Pilates avanzato	18:15 - 19:15

## MARTEDÌ

Gomitolo Rosa*	14:30 - 16:30
Danze popolari	17:00 - 18:30

\*laboratorio di lanaterapia

## MERCOLEDÌ

Disegno e pittura	14:45 - 16:45
Comun (d) anza	17:15 - 18:15
Yoga Anukalana	18:30 - 19:30

## GIOVEDÌ

Metodo Feldenkrais	11:00 - 12:00
Terapia occupazionale	14:30 - 15:30
Ginnastica dolce	15:45 - 16:45
Hata yoga	17:30 - 19:00

## VENERDÌ

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

## PALESTRA DELLA MEMORIA

Sono attivi per tutto l'anno, da lunedì a venerdì, i gruppi di Stimolazione Cognitiva e di Potenziamento Cognitivo in varie fasce orarie.  
Per informazioni contattare la segreteria allo 015.401767

## SEDE DEI CORSI

Centro d'incontro Mente Locale  
Villa Boffo  
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](mailto:mentelocale.aima@gmail.com)  
Web [www.mentelocalebiella.it](http://www.mentelocalebiella.it)

## QUANTO COSTA ISCRIVERSI AI CORSI

Stimolazione cognitiva e potenziamento cognitivo (costo deducibile dalla dichiarazione redditi)	€ 80/mese
Terapia occupazionale, Laboratorio cognitivo (costo deducibile dalla dichiarazione redditi)	€ 65/mese
Ginnastica dolce e posturale, Pilates, Yoga Anukalana, Comun(d)anza Attività motoria da 1 ora	€ 35/mese
Hata Yoga, Balli popolari Attività motoria da 1 ora e mezza	€ 40 /mese
Disegno e pittura	€ 50/mese
Metodo Feldenkrais Attività motoria da 1 ora	€ 50/mese
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 . Quota associativa annuale AIMA Biella 50 euro	

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 - PROVINCIA DI BIELLA

