



ALLEANZA PER LA CURA DELLE FRAGILITÀ

---

LA MERIDIANA Società Cooperativa Sociale – ENTE UNICO Decreto Regione Lombardia n.16851 del 30.11.2021

---

20900 MONZA – Viale Cesare Battisti, 86 – Tel. 039.39051 – [www.cooplameridiana.it](http://www.cooplameridiana.it)

Settimana Mondiale del Cervello 2023

**COMUNICATO STAMPA**

**Il cervello in azione**

Per la promozione del benessere del cervello e per la prevenzione del declino cognitivo. Ciclo di incontri, performance creative, svago, letture, cucina, attività motorie, il tutto per scoprire come funziona e come ci stupisce il nostro cervello.

**Interverranno artisti e studiosi, artigiani, musicisti, esperti, chef, fra cui:**

**Fabrizio Vendramin, Lucia Corno, Nino Frustaglia**

Un viaggio nel cervello e nella nostra mente accompagnato dalla suggestiva bellezza di alcuni luoghi di Monza

**Iniziativa a cura di Generazione Senior e di Assomensana**

**Monza, 24 febbraio 2023.** Il cervello in azione è il titolo di un ciclo di eventi proposti in occasione della **Settimana del Cervello 2023**. L'iniziativa è promossa da **Generazione Senior**, un progetto della Cooperativa La Meridiana, insieme con l'Associazione **Assomensana di Monza** (Associazione per lo sviluppo e il potenziamento mentale).

Le iniziative, dedicate al benessere del cervello e alla prevenzione del declino cognitivo, sono realizzate in collaborazione con la **Fondazione Manuli ETS** e trovano il sostegno della **Fondazione della Comunità di Monza e Brianza** e il patrocinio del **Comune di Monza**.

Momenti di incontro stimolanti. Soprattutto per coloro che hanno a cuore il benessere mentale e che sentono la necessità di frequentare la *“palestra ed i laboratori che tengono vivo il cervello.”*

Prendete, dunque, la vostra agenda ed appuntate le seguenti date:

**Mercoledì 1 marzo** appuntamento dalle 15:00 alle 17:00 allo *Spazio Eventi Manzoni 16*, di via Manzoni 16 Monza, con **I pilastri per un cervello efficiente**, incontro scientifico divulgativo per favorire la prevenzione e il miglioramento della salute mentale nell'invecchiamento e nella



ALLEANZA PER LA CURA DELLE FRAGILITÀ

---

LA MERIDIANA Società Cooperativa Sociale – ENTE UNICO Decreto Regione Lombardia n.16851 del 30.11.2021

---

20900 MONZA – Viale Cesare Battisti, 86 – Tel. 039.39051 – [www.cooplameridiana.it](http://www.cooplameridiana.it)

longevità. Interverranno **Marco Fumagalli** Coordinatore Servizi Educativi de La Meridiana, **Giuseppe Iannocari** Neuropsicologo, Docente Università Statale di Milano e Presidente Assomensana, **Katia Stoico** Psicologa della Fondazione Manuli ETS, **Nino Frustaglia** Geriatra e Cardiologo.

**Martedì 7 marzo** dalle 15:00 alle 17:30 presso la *Sala San Gerardo*, Viale Cesare Battisti 86 Monza, **Il cervello creativo**, evento culturale e artistico con esibizioni e performance live di musica e pittura. Interverranno **Marco Fumagalli**, **Lucia Corno** Musicista e Musicoterapeuta, **Fabrizio Vendramin** Artigiano Creativo, **Giuseppe Iannocari**.

**Lunedì 13 marzo** dalle 18:00 alle 20:15, **Il cervello in cucina** per promuovere la consapevolezza alimentare. Presso lo spazio *Home Chef di Coincasa* in via Manzoni 22, non solo una conferenza ma un vero e proprio laboratorio di cucina dove i partecipanti potranno scoprire i segreti e preparare delle ricette amiche del cervello. Intervengono **Marco Fumagalli**, **Katia Stoico**, **Giuseppe Iannocari**, **Elena Rosella**, Medico Nutrizionista, i **Butticè**, Chef del ristorante Il Moro.

**Sabato 25 marzo** dalle 11:00 alle 17:00 presso i *Portici dell'Arengario* di Piazza Roma Monza, **Il cervello che legge**. L'occasione è la Giornata di Promozione della Lettura per cui saranno allestiti dei banchetti con oltre 1000 libri che sono stati salvati dal macero e donati a La Meridiana.

Durante la giornata sarà possibile scambiare i propri libri grazie all'iniziativa di bookcrossing, prestare la propria voce per leggere dei brani ad alta voce, occupare delle postazioni per la lettura individuale o semplicemente sedersi e mettersi in ascolto. Nella seconda parte della giornata si terrà una relazione scientifica sul tema "*Quali sono i benefici della lettura per il cervello?*" intervallata da brani che saranno letti e recitati da un'attrice professionista.

**Venerdì 31 marzo** dalle ore 15:00 alle 16:30 presso il *Parco di Monza*, ritrovo al bar di Viale Cavriga 15 Monza, **Il cervello in movimento**. Un'esperienza di cammino di gruppo, guidata da un conduttore e specialista, durante la quale si propongono momenti di attività motoria, ginnastica mentale e socializzazione.

Tutti gli eventi sono gratuiti, ma alcuni posti sono limitati. Per partecipare è necessario riservare il proprio posto iscrivendosi attraverso il seguente link: <https://forms.gle/3du8XSowh7KhhVgw6>

Per informazioni: [generazione.senior@cooplameridiana.it](mailto:generazione.senior@cooplameridiana.it)  
WhatsApp 342.388.8803

Ufficio Stampa Cooperativa La Meridiana  
Fabrizio Annaro - [fabrizio.annaro@gmail.com](mailto:fabrizio.annaro@gmail.com) – 334.656.0576