



## Pognano

Oratorio S. Giovanni Bosco - Via Roma n° 13  
Spazio "Pomeriggi per Anziani e Pensionati"  
**Venerdì 27 Febbraio 2026 Orario 14.30-17.00**

*La Casa di Comunità di Treviglio ti invita a*

# UN TÈ CON GLI AMICI: MOMENTI DI RELAX E CONVERSAZIONE PER IL BENESSERE

## Mente e Emozioni con lo Psicologo

*"Benessere psicologico e relazioni  
nella terza età"*

### PROGRAMMA

- Gestione dello stress, ansia e solitudine
- Stimolazione cognitiva e memoria
- Importanza delle relazioni sociali e della comunicazione
- Strategie per affrontare i cambiamenti legati all'età
- Condivisione esperienze

Con il patrocinio del  
Comune di Pognano

