

COME ALLENARE LA MEMORIA PER VIVERE MEGLIO E A LUNGO

Conferenza con **dott. Graziano Pini**

Coach della salute e della longevità • Biohacker • Sociologo

Usi davvero tutto il tuo cervello?

- Scrivi ancora a mano?
- Fai i calcoli a mente?
- Sai cos'è **neurogenesi, sinapsi, neurobica?**

Scopri come allenare la tua mente!

A cura della
**ASSOCIAZIONE
NATURISTA
RAVENNATE**

IL CERVELLO SI PUÒ RIGENERARE A TUTTE LE ETÀ!



Allenare
la memoria



Migliorare
attenzione



Rallentare
l'invecchiamento



Ridurre
lo stress

Scoprirai...

- Come funziona la memoria
- Cos'è la ginnastica cerebrale
- Strategie per mantenersi giovani
- Esercizi pratici per vivere meglio!

Venerdì 6 febbraio 2026 alle 20.30,
in Via Agro Pontino 13/A, Ravenna,
presso VolontaRomagna.

Più lucidità • Più energia • Più benessere

Seguirà **CORSO DI APPROFONDIMENTO**

♦ **Memoria & Longevità** ♦

