



"Nabius, *brain training* i cues de pansa"

Una xerrada-debat oberta a tothom i amb la participació de:

Mercè Boada

Neuròloga, Cap de Secció del S. Neurologia HUVH, Investigadora VHIR i Directora Mèdica Fundació ACE.

Xavier Estivill

Investigador i Coordinador del Programa Gens i Malatia del CRG.

Dimarts
22 de maig
a les 19 h

Entrada
gratuïta
Aforament
limitat

Centre Cívic La Casa Elizalde
(C/ València, 302, Barcelona)

Per a més informació: comunicacio@crg.eu - www.crg.eu

Amb el suport de:





"Nabius, *brain training* i cues de pansa"

Qui no ha sentit parlar de mètodes i secrets que poden ajudar miraculosament a treure el màxim partit al nostre cervell?

En les últimes dècades s'han fet grans avenços en el camp de la neurociència que han posat de manifest que el nostre cervell és més plàstic del que s'havia pensat abans. Així, què ens pot ajudar a modular-lo per mantenir-lo sa quan envellim?

Fer esport, menjar nous i nabius, fer exercicis de *brain training* regularment? Què és millor? Realment podem retardar el seu envelliment cuidant l'alimentació i els nostres hàbits? O en realitat ja tenim marcat en els gens a partir de quina edat començarà a envellir irremediablement el nostre cervell i poca cosa hi podem fer?

Experts especialitzats en neurociència i genètica abordaran el tema d'una forma amena i respondran totes aquestes preguntes però també les que vosaltres proposeu.

10²⁰⁰²
2012
è
CRG[®]
Centre
de Regulació
Genòmica

