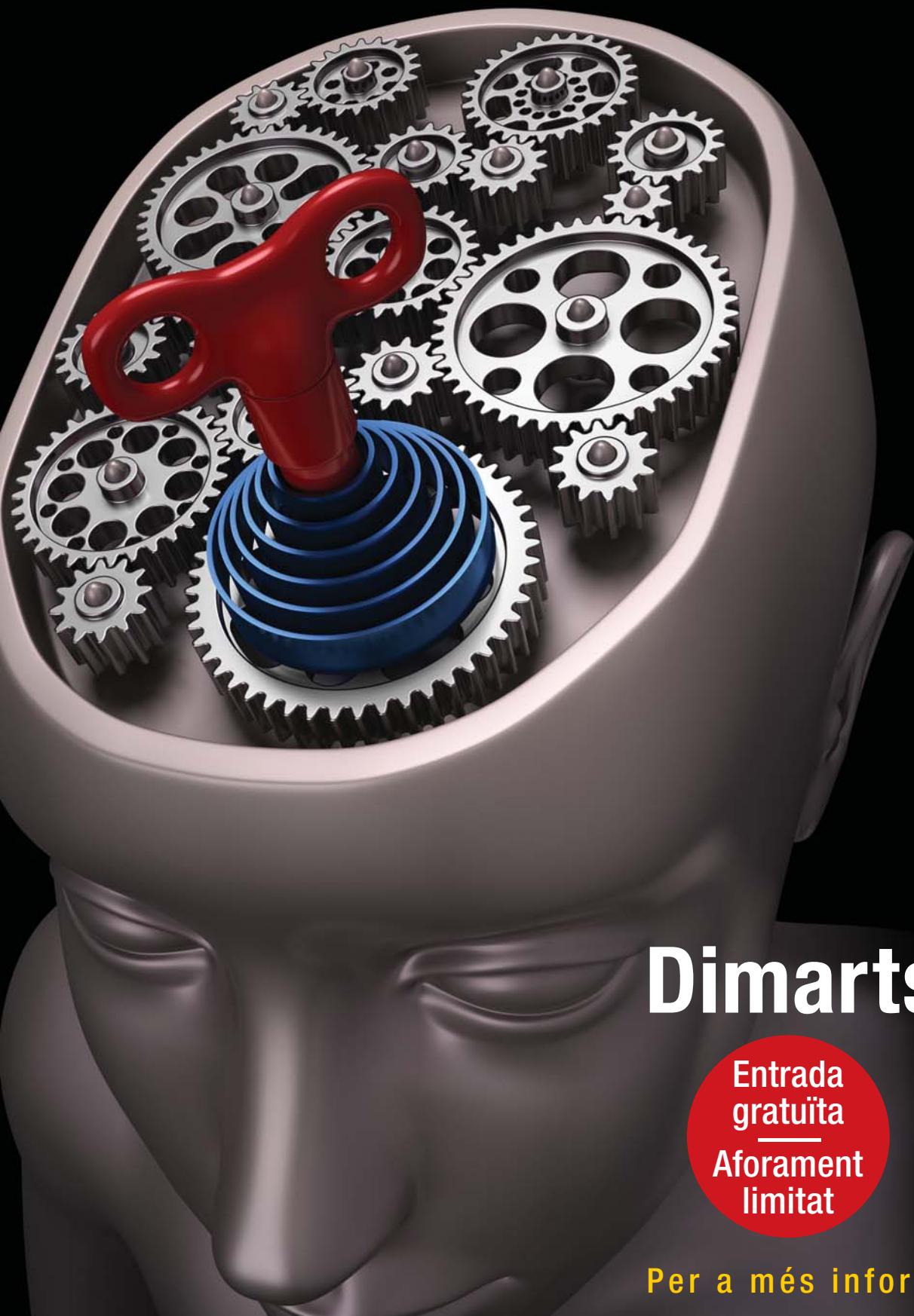




# "Nabius, *brain training* i cues de panxa"



Fer esport, menjar nous i nabius, fer exercicis de *brain training* regularment ens poden ajudar a mantenir el cervell sa quan enveïllem?

Podem retardar l'enveïlliment del cervell cuidant l'alimentació i els nostres hàbits? O ja tenim marcat als nostres gens a partir de quina edat el cervell començarà a enveïllir?

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 Malaltia del CRG.

Dimarts

Entrada  
gratuïta  
Aforament  
limitat

**22** de maig  
a les 19 h

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

Per a més informació: [comunicacio@crg.eu](mailto:comunicacio@crg.eu) - [www.crg.eu](http://www.crg.eu)

Amb el suport de:



UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
DE  
EDUCACIÓN  
CIENTÍFICA  
Y TECNOLÓGICA



Ajuntament de Barcelona



Generalitat de Catalunya  
Departament d'Economia i Coneixement  
Secretaria d'Universitats i Recerca

Amb la col·laboració de:

