



Bien vivre
votre retraite

Cycle d'ateliers



Du peps pour ma mémoire

Jeudi 15 février 2018 à 9h30
Foyer Soleil Résidence Le Marronnier
7-9 rue Principale à SCHILTIGHEIM

Informations, exercices pratiques, mises en situation
pour stimuler sa mémoire au quotidien



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent



Du peps pour ma mémoire



Notre mémoire diminue-t-elle avec l'âge ? Quels sont les événements qui peuvent la perturber ? Existe-t-il des exercices qui améliorent les capacités de mémorisation ?

De manière ludique, un animateur formé vous sensibilise aux techniques et astuces simples qui permettent de **faciliter la mémorisation, la concentration, la logique, l'expression verbale**. La mémoire peut s'optimiser en la stimulant.

- Atelier PEPS : **12 séances de 2h00 dont 1 moca test**

Informations pratiques

Tous les jeudis de 9h30 à 11h30
Du 15/02/2018 au 07/06/2018

Calendrier des séances :

Lieu : Foyer Soleil Résidence le Marronnier
7-9 rue Principale à SCHILTIGHEIM

Accès: Bus ligne 4 arrêt Maison Rouge
ou Tram B arrêt Futura Glacière

Participation pour l'ensemble
du cycle :

Atelier payant 20 € par personne sur inscription

Contact et renseignements :
Secrétariat : 03 89 20 79 43 - Mail : atoutagealsace@gmail.com

EN PARTENARIAT AVEC :



ET AVEC LE SOUTIEN DE :

