



Bien vivre
votre retraite

Cycle d'ateliers



Du peps pour ma mémoire

Conférence débat

Lundi 19 février 2018 à 14h30
Salle Polyvalente - Salle Annexe
Rond point des Aviateurs à MEYENHEIM

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 2h30 dont 1 moca test



Informations pratiques

Calendrier des séances : Tous les lundis de 14h30 à 17h00
du 05 mars 2018 au 11 juin 2018

Lieu : École Bleue - 13 Grand'Rue à MEYENHEIM

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 :

