



Du peps pour ma mémoire

Mercredi 12 Septembre 2018 à 14h00
Maison des Aînés / Centre Médico-Social
8 Rue d'Ostwald
67200 STRASBOURG

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

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 MOCATEST



Informations pratiques

Séances : Tous les mercredis de 14h00 à 16h00
 Du 12/09/2018 au 12/12/2018

Calendrier des séances :

Lieu : Centre des Aînés / Centre Médico-Social
 8 rue d'Ostwald 67200 Strasbourg (Montagne Verte)

Accès: Bus ligne 2 arrêt Elmer Forst
 ou Tram B arrêt Elmer Forst

Participation pour l'ensemble du cycle :

Atelier payant 20 Euros par personne sur inscription auprès d'ATOUT AGE ALSACE

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

EN PARTENARIAT AVEC :

ET AVEC LE SOUTIEN DE :