



Atout Age Alsace
Ensemble pour Bien Vieillir

LA PASSERELLE
Rixheim

DU PEPS POUR MA MÉMOIRE

1 Cycle de 11 séances de 2h

GRATUIT - OUVERT À TOUS

Apprendre à stimuler votre mémoire
dans les activités quotidiennes

Réunion de présentation le mardi 14 mars 2023 à 10h00

**Ateliers tous les mardis du 21 mars au 13 juin 2023
de 09h15 à 11h15**

A La Passerelle – 4 Rue Charles Zumstein 68170 RIXHEIM



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent



Avec l'âge notre capacité à **apprendre de nouvelles informations** décroît : **Redonnez du peps à vos neurones** grâce à des exercices ludiques et pratiques qui stimule les différentes formes de mémoire.

THÉMATIQUES ABORDÉES :

- Comprendre le fonctionnement de la mémoire
- Détecter les premiers signes d'alerte
- Dédramatiser la perte de mémoire
- Techniques de mémorisation

Calendrier des séances :

Réunion de présentation : le mardi 14 mars 2023 à 10h00

Moca tests : le mardi 21 mars 2023

(durée 20 minutes : horaire du rendez-vous défini lors de la réunion de présentation)

Séances de l'atelier : les mardis du 28 mars 2023 au 13 juin 2023 de 09h15 à 11h15

Lieu: La Passerelle – 4 Rue Charles Zumstein 68170 RIXHEIM

Atelier gratuit sur inscription – Participation à l'ensemble du cycle requise.



Port du masque
recommandé



Ne vous rendez pas à l'atelier en cas de fièvre, de toux, de mal à la gorge, de nez qui coule ou de perte d'odorat.

Renseignements et inscriptions :

Inscrivez-vous directement soit sur notre site internet www.atoutagealsace.fr
soit par téléphone au **03 89 20 79 43**

ou auprès de Mme MANGIN Responsable Développement Social Familles à La Passerelle
au **03 89 54 21 55** ou **06 04 12 58 92**

POUR ALLER PLUS LOIN

Ne ratez pas nos actualités, inscrivez-vous à notre newsletter !

Rendez-vous sur www.atoutagealsace.fr.

NOS PARTENAIRES :



AVEC LE SOUTIEN DE :



DU PEPS POUR MA MÉMOIRE

1 Cycle de 11 séances de 2h

GRATUIT - OUVERT À TOUS

Apprendre à stimuler votre mémoire
dans les activités quotidiennes

Réunion de présentation le mardi 14 mars 2023 à 10h00

**Ateliers tous les mardis du 21 mars au 13 juin 2023
de 09h15 à 11h15**

A La Passerelle – 4 Rue Charles Zumstein 68170 RIXHEIM

Avec l'âge notre capacité à **apprendre de nouvelles informations** décroît : **Redonnez du peps à vos neurones** grâce à des exercices ludiques et pratiques qui stimule les différentes formes de mémoire.

THÉMATIQUES ABORDÉES :

- Comprendre le fonctionnement de la mémoire
- Détecter les premiers signes d'alerte
- Dédramatiser la perte de mémoire
- Techniques de mémorisation

Calendrier des séances :

Réunion de présentation : le mardi 14 mars 2023 à 10h00

Moca tests : le mardi 21 mars 2023

(durée 20 minutes : horaire du rendez-vous défini lors de la réunion de présentation)

Séances de l'atelier : les mardis du 28 mars 2023 au 13 juin 2023 de 09h15 à 11h15

Lieu: La Passerelle – 4 Rue Charles Zumstein 68170 RIXHEIM

Atelier gratuit sur inscription – Participation à l'ensemble du cycle requise.



Port du masque
recommandé



Ne vous rendez pas à l'atelier en cas de fièvre, de toux, de mal à la gorge, de nez qui coule ou de perte d'odorat.

Renseignements et inscriptions :

Inscrivez-vous directement soit sur notre site internet www.atoutagealsace.fr
soit par téléphone au **03 89 20 79 43**

ou auprès de Mme MANGIN Responsable Développement Social Familles à La Passerelle
au **03 89 54 21 55** ou **06 04 12 58 92**

POUR ALLER PLUS LOIN

Ne ratez pas nos actualités, inscrivez-vous à notre newsletter !

Rendez-vous sur www.atoutagealsace.fr.

NOS PARTENAIRES :

AVEC LE SOUTIEN DE :