



Bien vivre
votre retraite



Cycle d'ateliers

Du peps pour ma mémoire

Conférence débat
Jeudi 7 septembre 2017 à 14h00
Mairie - Salle polyvalente
Espace Générations à STAFFELFELDEN

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



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent



Du peps pour a mémoire

Notre mémoire diminue-t-elle avec l'âge ? Quels sont les évènements 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 2 h30 + 1 test



Informations pratiques

Calendrier des séances :

Tous les jeudis de 14h30 à 17h00
Du 21 septembre 2017 au 07 décembre 2017

Participation pour l'ensemble
du cycle :

Atelier payant 20€ par personne sur inscription
auprès de l'association Atout Age Alsace

Contact et renseignements :

Secrétariat : 03 89 20 79 43 - Mail : msaservices@alsace.msa.fr

EN PARTENARIAT AVEC :



ET AVEC LE SOUTIEN DE :





Bien vivre
votre retraite



Cycle d'ateliers

Du peps pour ma mémoire

Conférence débat
Jeudi 7 septembre 2017 à 14h00
Mairie - Salle polyvalente
Espace Générations à STAFFELFELDEN

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



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent



Du peps pour a mémoire

Notre mémoire diminue-t-elle avec l'âge ? Quels sont les évènements 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 2 h30 + 1 test



Informations pratiques

Calendrier des séances :

Tous les jeudis de 14h30 à 17h00
Du 21 septembre 2017 au 07 décembre 2017

Participation pour l'ensemble
du cycle :

Atelier payant 20€ par personne sur inscription
auprès de l'association Atout Age Alsace

Contact et renseignements :

Secrétariat : 03 89 20 79 43 - Mail : msaservices@alsace.msa.fr

EN PARTENARIAT AVEC :



ET AVEC LE SOUTIEN DE :

