

Atelier Mémoire en éveil

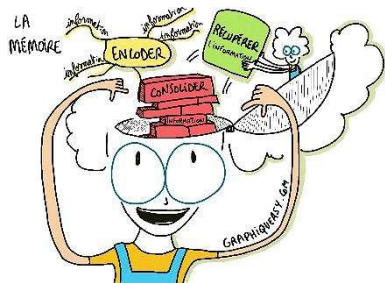


« Si vous n'utilisez pas votre cerveau, vous le perdez » : Dr Tucker, neurologue, 102 ans.

Entretenir sa mémoire c'est :

- consolider son bien-être quotidien ;
- inscrire ses actions, ses échanges et les divers événements dans le temps et l'espace...

Chaque séance a pour but de :



- Stimuler les différents systèmes de mémoire ;
- Activer la curiosité ;
- Susciter de l'intérêt ;
- Exploiter les capacités ;
- Créer du lien social ...

au cours d'activités, exercices et jeux
spécifiquement élaborés. Studieuses et actives, les séances
sont aussi ludiques et conviviales.



*Maîtres-mots de l'atelier : motivation –
assiduité – respect – écoute et attention –
expression libre – bonne humeur – humour*

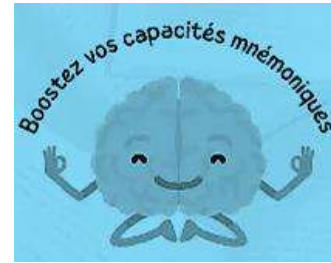
Séances : le mardi, de 13h30 à 15h00 OU de 15h00 à 16h30

Lieu : CCAS de HYERES - 3ème étage – salle 311

Animatrice ASTRe :

Monique Dumontet : 06 89 37 01 75 mounegone@gmail.com

Atelier Mémoire en éveil

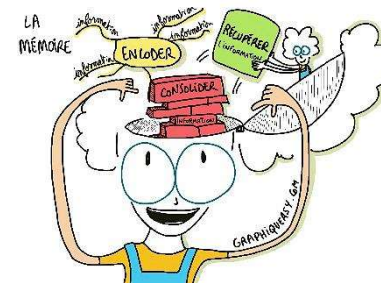


« Si vous n'utilisez pas votre cerveau, vous le perdez » : Dr Tucker, neurologue, 102 ans.

Entretenir sa mémoire c'est :

- consolider son bien-être quotidien ;
- inscrire ses actions, ses échanges et les divers événements dans le temps et l'espace...

Chaque séance a pour but de :



- Stimuler les différents systèmes de mémoire ;
- Activer la curiosité ;
- Susciter de l'intérêt ;
- Exploiter les capacités ;
- Créer du lien social ...

au cours d'activités, exercices et jeux
spécifiquement élaborés. Studieuses et actives, les séances
sont aussi ludiques et conviviales.



*Maîtres-mots de l'atelier : motivation –
assiduité – respect – écoute et attention –
expression libre – bonne humeur – humour*

Séances : le mardi, de 13h30 à 15h00 OU de 15h00 à 16h30

Lieu : CCAS de HYERES - 3ème étage – salle 311

Animatrice ASTRe :

Monique Dumontet : 06 89 37 01 75 mounegone@gmail.com