



DU PEPS POUR MA MÉMOIRE

1 cycle de 11 séances de 2h30

ATELIER GRATUIT
OUVERT À TOUS LES RETRAITÉS

Apprendre à stimuler votre mémoire
dans les activités quotidiennes

Réunion de présentation : jeudi 5 novembre 2026 à 9h30

Atelier : les jeudis de 09h00 à 11h30
Du 19 novembre 2026 au 4 février 2027

A l'Espace Marc Lalique
44 Rue principale – 67290 WINGEN-SUR-MODER

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 d'information :

Le jeudi 5 novembre 2026 à 9h30

Test de mémoire:

Dans la matinée du jeudi 12 novembre 2026

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

Séances de l'atelier :

Les jeudis du 19 novembre 2026 au 4 février 2027 de 9h00 à 11h30

A l'Espace Marc Lalique
44 Rue Principale – 67290 WINGEN-SUR-MODER

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

Renseignements et inscriptions :

sur notre site internet www.atoutagealsace.fr ou par téléphone au **03 89 20 79 43**

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 2h30

ATELIER GRATUIT
OUVERT À TOUS LES RETRAITÉS

Apprendre à stimuler votre mémoire
dans les activités quotidiennes

Réunion de présentation : jeudi 5 novembre 2026 à 9h30

Atelier : les jeudis de 09h00 à 11h30
Du 19 novembre 2026 au 4 février 2027

A l'Espace Marc Lalique
44 Rue principale – 67290 WINGEN-SUR-MODER

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 d'information :

Le jeudi 5 novembre 2026 à 9h30

Test de mémoire:

Dans la matinée du jeudi 12 novembre 2026

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

Séances de l'atelier :

Les jeudis du 19 novembre 2026 au 4 février 2027 de 9h00 à 11h30

A l'Espace Marc Lalique
44 Rue Principale – 67290 WINGEN-SUR-MODER

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

Renseignements et inscriptions :

sur notre site internet www.atoutagealsace.fr ou par téléphone au **03 89 20 79 43**

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 :