



La Mémoire en marche

C'EST QUOI ?

Finis les trous de mémoire !
Cet atelier aide à stimuler la mémoire à l'aide d'exercices ludiques et variés dans une ambiance conviviale de groupe !
Le cycle comprend 10 séances, la formule est adaptable en fonction des demandes.

QUELS OBJECTIFS ?

Donner les bons outils pour que les seniors puissent préserver et entretenir leurs capacités cognitives le plus longtemps possible.

POURQUOI ?

La mémoire est un muscle, il faut l'entretenir ! L'espérance de vie s'allonge, ce qui induit un plus grand nombre de diagnostics liés à un dysfonctionnement cérébral. Ces constats font que la mémoire est un sujet de préoccupation surtout chez les personnes âgées qui se plaignent souvent de l'oubli et se sentent démunies.

Le plein d'activités pour créer une nouvelle dynamique seniors dans votre commune !