

# Un parcours de 10 séances

## AUTOUR DE DIVERSES THÉMATIQUES :

Stimuler l'activité du cerveau et faire travailler sa mémoire

Découvrir le fonctionnement des différentes mémoires

Adopter des moyens mémotechniques pour entretenir sa mémoire

Dédramatiser les pertes courantes de mémoire liées à l'âge

Tous les **mardis**  
de **10h à 11h30**

À partir du **23/09/2025**

Lieu :

