



Conférence - ateliers

Travailler sa mémoire tout en se faisant plaisir !

Animés par l'association Brain up

Le cerveau n'est pas un muscle, mais il est possible de le stimuler ! Et donc de renforcer sa mémoire et de la préserver plus longtemps.

Une conférence suivie de 5 ateliers mémoire.

Le tout dans la bonne humeur !



DATE

18

Septembre
2018

14h00 - 16:00

LIEU

CARLIPA

Mairie de Carlipa

INFOS

Gratuit - Places limitées
Inscription auprès de
l'espace seniors Lauragais :
04 68 23 71 90

Animé par



En partenariat avec
Les communes de Carlipa,
Villespy et Cenne Monesties



ATELIER 1

25
sept
2018

14h-16h
—

ATELIER 2

02
oct
2018

14h-16h
—

ATELIER 3

09
oct
2018

14h-16h
—

ATELIER 4

16
oct
2018

14h-16h
—

ATELIER 5

23
oct
2018

14h-16h
—

DE QUOI ALLONS-NOUS PARLER ?

Comment conserver, au fil de l'âge, un esprit vif et alerte ? La clé, c'est d'entretenir ce qu'on appelle nos fonctions cognitives, c'est-à-dire notre capacité à communiquer avec les autres, à acquérir et mémoriser des connaissances, à raisonner... Oui, mais comment ?

Une conférence et 5 ateliers pour tout savoir sur le fonctionnement de la mémoire, apprendre à prendre soin de son cerveau et découvrir les techniques à appliquer dans la vie quotidienne.



Conférence - ateliers

Travailler sa mémoire tout en se faisant plaisir !

Animés par l'association Brain up

Le cerveau n'est pas un muscle, mais il est possible de le stimuler ! Et donc de renforcer sa mémoire et de la préserver plus longtemps.

Une conférence suivie de 5 ateliers mémoire.

Le tout dans la bonne humeur !



DATE

18

Septembre
2018

14h00 - 16:00

LIEU

CARLIPA

Mairie de Carlipa

INFOS

Gratuit - Places limitées
Inscription auprès de
l'espace seniors Lauragais :
04 68 23 71 90

Animé par



En partenariat avec
Les communes de Carlipa,
Villespy et Cenne Monesties



ATELIER 1

25
sept
2018

14h-16h
—

ATELIER 2

02
oct
2018

14h-16h
—

ATELIER 3

09
oct
2018

14h-16h
—

ATELIER 4

16
oct
2018

14h-16h
—

ATELIER 5

23
oct
2018

14h-16h
—

DE QUOI ALLONS-NOUS PARLER ?

Comment conserver, au fil de l'âge, un esprit vif et alerte ? La clé, c'est d'entretenir ce qu'on appelle nos fonctions cognitives, c'est-à-dire notre capacité à communiquer avec les autres, à acquérir et mémoriser des connaissances, à raisonner... Oui, mais comment ?

Une conférence et 5 ateliers pour tout savoir sur le fonctionnement de la mémoire, apprendre à prendre soin de son cerveau et découvrir les techniques à appliquer dans la vie quotidienne.