



GARDEZ VOTRE MÉMOIRE EN PLEINE FORME

10 séances pour travailler sa mémoire  
du 5 novembre 2024 au 28 janvier 2025  
Ouvert à tous, à partir de 55 ans

Inscription  
obligatoire !

SANTÉ

## Des ateliers pour garder sa mémoire en pleine forme

Publié le 09 septembre 2024

Dans le cadre de ses actions de prévention, l'ASEPT des Pays de la Loire met en place des ateliers PEPS Eurêka sur la commune, en partenariat avec le CLIC de Guérande. Au cours d'un cycle de dix séances, les animateurs vous apprendront à prendre soin de votre santé cognitive au quotidien, de 9h à 12h30 au Centre communal des Acacias, les :

- > mardis 5, 12, 19 et 26 novembre ;
- > 3, 10 et 17 décembre ;
- > 7, 14, 21 et 28 janvier 2025 à la maison Félix.

**Ils vous permettront de comprendre le fonctionnement du cerveau et de la mémoire et de prendre conscience qu'il existe des facteurs susceptibles d'optimiser l'efficacité de celle-ci, ou au contraire, de l'entraver.**

Toute personne à partir de 55 ans peut s'inscrire, quel que soit son régime de sécurité sociale.

Renseignements et inscriptions auprès de la MSA au 02 40 41 30 83



HOTEL DE VILLE DE  
SAINT-LYPHARD

1, rue de Kerio  
44410 Saint-Lyphard

📞 02 40 91 41 08

