

ATELIER SENIORS

Mémoire

Pour les séniors
ayant ou non
des difficultés de mémoire

OBJECTIFS

Comprendre comment
fonctionne la mémoire

Apprendre à utiliser les
bonnes stratégies

Partager un bon moment

Faire des rencontres



Intervenant : Psychologue - Neuropsychologue

30 Séances d'1h30 à raison d'une
fois par semaine

CONTENU

Mémoriser ce qui vous
entoure

Mémoriser des mots-clés

Mémoriser des images

Mémoriser des chiffres

Mémoriser les noms des
personnes

Mémoriser à court terme

Mémoriser un texte

Mémoriser des mots
nouveaux

Mémoriser l'actualité

Jouer autour de la mémoire

