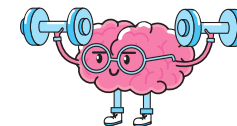


LES ATELIERS MÉMOIRE MÉMO +



Pour les personnes de 55 ans et plus, sans trouble cognitif, souhaitant exercer et renforcer leur mémoire dans un cadre convivial.



Animés par une neuropsychologue ou un professionnel formé et expérimenté dans l'animation d'ateliers mémoire.



Exercer et stimuler sa mémoire et l'ensemble de ses capacités cognitives.

Comprendre le fonctionnement de la mémoire et acquérir des stratégies de mémorisation

Optimiser sa mémoire au quotidien

Gérer une éventuelle anxiété liée à la mémoire

Echanger avec des pairs et favoriser le lien social



- 1) Je participe à la séance découverte gratuite.
 - 2) Je m'inscris en complétant le dossier et signe le contrat.
 - 3) J'ai un entretien individuel avec une neuropsychologue pour faire un bref bilan de ma mémoire et définir mes objectifs pour les ateliers. La neuropsychologue me transmet des informations théoriques sur la mémoire pour mieux m'intégrer dans le groupe.
 - 4) Je participe à l'atelier mémoire 1 fois par semaine.
- (Prévenir 48h avant toute absence pour qu'elle ne soit pas facturée, préavis d'1 semaine pour rompre le contrat).*



Mémo+ en présentiel
au 53 av. de Saint-Ouen 75017 Paris
2h par semaine
Le mercredi de 10h à 12h
22€/séance
Jusqu'à 12 participants



Mémo+ en visio
1h30 par semaine
Le mardi de 10h à 11h30
20€/séance
Jusqu'à 8 participants



Mana Glédel-Mainguy, neuropsychologue : 07 66 81 04 64 ou atelier@delta7.org