

# ATELIER MEMOIRE

## SAINT AUGUSTIN

Avec le **PEPS - Programme d'Education et de Promotion de la Santé**  
« **EUREKA** », venez comprendre et stimuler votre mémoire pour  
l'améliorer au quotidien en forme !!

### EN PRATIQUE

10 séances de 2h - 1 séance par semaine  
Inscription obligatoire au **06 83 99 91 90** ou **05 55 49 85 57**  
Groupe d'une dizaine de personnes

1<sup>ère</sup> séance le

**Mercredi 04 septembre**  
**De 14h00 à 16h00**

Salle des Fêtes  
5, Rue de la Grave  
19390 Saint-Augustin



Participation de 10€  
pour l'ensemble du  
programme

ASEPT du Limousin

1 Impasse Sainte Claire 87041 LIMOGES CEDEX 1 - Tél : 05 55 49 85 57

## DETAIL DU PROGRAMME

10 €\* 

SEANCES	DATES	THEMES
SEANCE 1	04 septembre	Présentation du contenu du programme
SEANCE 2	11 septembre	Les différentes stratégies de mémorisation
SEANCE 3	18 septembre	Attention et mémoire de travail Qu'est-ce que je suis venu(e) chercher ici ?
SEANCE 4	25 septembre	Mémoire visuo-spatiale, attention et mémoire associative Emplacement des objets, où sont mes lunettes... ?
SEANCE 5	02 octobre	Mémoire topographique Je me suis perdu(e), pouvez-vous me dire où se trouve... ?
SEANCE 6	09 octobre	Mémoire des noms propres Rappelez-moi votre nom..., ce visage me dit quelque chose
SEANCE 7	16 octobre	Mémoire des mots courants Comment appelle-t-on cela ?
SEANCE 8	23 octobre	Mémoire des chiffres et logique numérique Marignan : 1515 ou 1715... ?
SEANCE 9	30 octobre	Mémoire de ce qui est vu, lu et entendu Il me semble avoir déjà lu, vu, entendu cela
SEANCE 10	06 novembre	Mémoire prospective J'ai encore oublié de...

Réalisé et imprimé par nos soins. Ne pas jeter sur la voie publique



\*Certaines complémentaires santé / mutuelles peuvent prendre en charge le coût de l'atelier

**CORREZE**  
LE DÉPARTEMENT