



30 > 09  
SEPT. JUIN

 86100 - CHÂTELLERAULT

MÉMOIRE

## Ateliers mémoire

L'association Mémoire Récré-Active intervient dans 14 communes du département pour prévenir les difficultés liées à l'âge en associant compétence, sérieux et humour. Dans une ambiance conviviale, à travers des situations ludiques, accessibles à tous et très variées, on entretient efficacement mémoires et attentions. Les ateliers permettent aussi de reprendre confiance et mieux gérer le quotidien,

 AJOUTER À MON CALENDRIER ([HTTPS://WWW.LAVIENNE86.FR/FIL-INFO/AGENDA/ATELIERS-MEMOIRE-14-15470/CALENDAR.IC3S](https://www.lavienn86.fr/fil-info/agenda/ateliers-memoire-14-15470/calendar.ics))

L'entretien de notre mémoire est tout aussi important que l'entretien physique. Et pour éviter que la rouille ne se transforme en trou... de mémoire, il faut s'en soucier au bon moment, pendant que « tout va bien ».



Depuis 2009, l'association Mémoire Récré-Active propose des ateliers destinés à retarder efficacement les effets de l'âge. A travers des exercices sous forme de jeux, accessibles à tous, la mémoire, mais également d'autres fonctions toutes aussi importantes, sont stimulées sans aucune idée de performance ou compétition. Nul ne sait ce que fait l'autre. Tout se passe sur un carnet.

Les ateliers commenceront en octobre et auront lieu tous les 15 jours jusqu'en juin, pendant 13-14 semaines sauf

<https://www.lavienn86.fr/fil-info/agenda/ateliers-memoire-14-15470?>

pendant les vacances scolaires. Voyages, découvertes, situations cocasses ou insolites parsèment les séances et on peut y retrouver confiance en sa mémoire dans une ambiance détendue et conviviale.

Tous les ans, Jocelyne Plumet, créatrice des ateliers depuis 1990, renouvelle les aventures. La formation universitaire des personnes menant l'action (Jocelyne Plumet et Mathilde Musson) garantit une remise en forme accessible, sérieuse et compétente des neurones afin de mieux éviter les ratés présents et futurs du quotidien.

## Localisation des ateliers


- > Poitiers (7 groupes)
- > Saint-Benoît (4 groupes)
- > Buxerolles (4 groupes)
- > Châtelleraut (4 groupes)
- > Loudun
- > Mirebeau
- > Quinçay
- > Lusignan
- > Civray
- > Iteuil
- > Lussac-les-Châteaux
- > Chauvigny
- > La Roche-Posay
- > Naintré

## Contact

- > mail : [musson.memoire@gmail.com](mailto:musson.memoire@gmail.com)
- > tél. : 06.35.95.62.83



**DÉPARTEMENT DE LA VIENNE**  
PLACE ARISTIDE BRIAND - CS 80319  
86008 POITIERS CEDEX

 05 49 55 66 00