

# Atelier BOOSTEZ VOTRE MÉMOIRE

Parcours de 12 séances de 2h  
Groupe de 10 à 12 participants  
Du 07/04 au 23/06/2026

INSCRIPTIONS  
AUPRÈS DU CCAS :

01 64 42 79 23

Bénéficiez d'un bref bilan mémoire individuel  
avec une neuropsychologue en présentiel  
le vendredi 27 mars 2026

(entretien obligatoire avant de commencer les ateliers)

## DIFFÉRENTS OBJECTIFS :

Stimuler et renforcer ma  
mémoire à travers des  
exercices ciblés

Comprendre comment  
préserver ma mémoire et  
comment elle fonctionne

Acquérir des stratégies  
de mémorisation  
pour optimiser ma mémoire



Un suivi individuel et personnalisé par une  
neuropsychologue en distanciel comprenant :

- Un entretien de mi-parcours
- Un entretien de fin de parcours

Une action financée par la Commission  
des financeurs de la perte d'autonomie  
de la Seine-et-Marne.

