

# Les ateliers PEPS Eurêka

à partir de  
55 ans

La mémoire...  
tout un programme !



**Aspas**  
33 rue du Grand But  
59160 CAPINGHEM

03 21 24 61 28  
Aspas - 33 rue du Grand But  
59160 CAPINGHEM  
contact@aspas.fr  
www.aspas.fr

# Pourquoi ?

Pour comprendre le fonctionnement de la mémoire

Pour entretenir et cultiver sa mémoire

Pour être bien dans son corps, bien dans sa tête

Pour devenir acteur de son mieux-vivre

# Pour qui ?

Pour toute personne à partir de 55 ans

# Comment ça marche ?

10 séances de 3 heures organisées en petit groupe

# Où ?

Les séances se déroulent dans des locaux proches de chez vous (salle des fêtes, salle municipale...)

# Les séances

Le PEPS EURÊKA est composé de 10 séances :

## Atelier 1

Présentation générale du programme

## Atelier 2

Les stratégies de mémorisation

## Atelier 3

L'attention et la mémoire de travail

## Atelier 4

La mémoire visuo-spatiale

## Atelier 5

La mémoire topographique

## Atelier 6

La mémoire des noms propres

## Atelier 7

La mémoire des mots courants

## Atelier 8

La mémoire des chiffres et la logique numérique

## Atelier 9

La mémoire de ce qui est vu, lu et entendu

## Atelier 10

La mémoire prospective

Conçu de manière pédagogique, le PEPS EURÊKA est animé par des personnes formées au programme. Le tout dans une ambiance agréable et conviviale.

Frais d'inscription : 20 € pour les 10 ateliers.



N'hésitez pas à parler des ateliers

"PEPS EURÊKA"

autour de vous : votre famille, vos voisins, vos amis...

Inscrivez-vous ensemble.

## Bulletin de participation

**PEPS EURÊKA - La mémoire, tout un programme !**

Je souhaite participer aux prochains ateliers près de chez moi

Nom \_\_\_\_\_

Prénom \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

Tél. \_\_\_\_\_

E-mail \_\_\_\_\_