

Venez bichonner votre mémoire  
et stimuler vos neurones



# ATELIER mémoire



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent



## COMMUNIQUE DE PRESSE

Atouts prévention Rhône Alpes, en collaboration avec Brain Up et la commune de Puygiron, organise un atelier « Mémoire » à destination des séniors à la Salle des Fête de Puygiron :

- **Lundi 2 Octobre Après-midi de 14h30 à 16h30 (dans le cadre de la semaine bleue)**
- **Lundi 9 Octobre Après-midi de 14h30 à 16h30**
- **Lundi 16 Octobre Après-midi de 14h30 à 16h30**
- **Lundi 6 Novembre Après-midi de 14h30 à 16h30**
- **Lundi 13 Novembre Après-midi de 14h30 à 16h30**

Cet atelier en 5 séances de 2h00 vous donnera les clefs pour comprendre le fonctionnement de sa mémoire et l'origine de ses oublis pour agir au quotidien.

Atouts Prévention Rhône-Alpes est un groupement qui associe les caisses de retraite Carsat, MSA, Sécurité Sociale des Indépendants et caisse des Mines. Il conduit une politique active de prévention pour que les personnes retraitées apprécient pleinement leur vie à la retraite.

Pour cela, Atouts Prévention Rhône Alpes propose des ateliers et des conférences sur différentes thématiques telles que la mémoire, l'activité physique, l'équilibre, l'alimentation, la mobilité et sécurité des conducteurs séniors, l'habitat, la gestion du stress et le sommeil. La programmation des actions est consultable sur le site <http://www.atoutsprevention-ra.fr>.

**Ces ateliers sont animés par des intervenants qualifiés, et proposés gratuitement sur réservation, à un public de retraités, âgés de 60 ans et plus.**

→ Pour participer, Vous pouvez vous inscrire auprès de la commune de Puygiron au 04.75.53.84.97 ou par mail à [secretariat@puygiron.com](mailto:secretariat@puygiron.com).