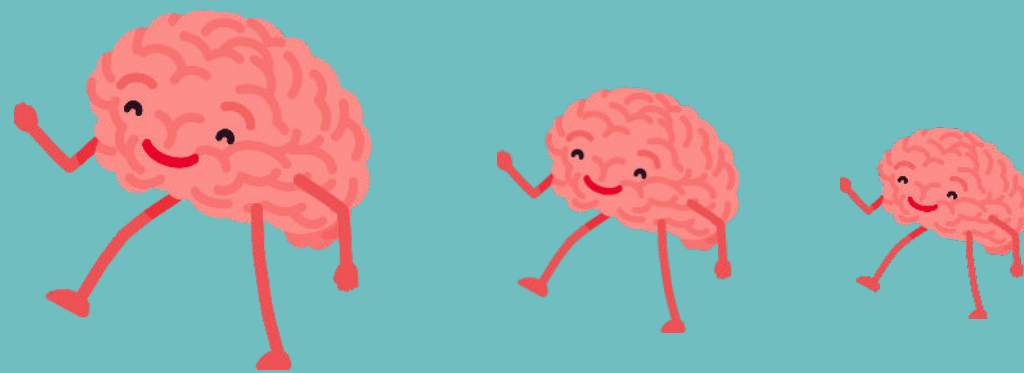




CYCLE UNE MÉMOIRE QUI MARCHE !



9 SÉANCES ANIMÉES PAR DES PROFESSIONNELS - PROGRAMME À L'INTÉRIEUR

LES LUNDIS APRÈS-MIDI

DU 28 SEPTEMBRE AU 14 DÉCEMBRE 2026

(hors vacances scolaires)

07410 SAINT-FÉLICIEN

INSCRIPTION OBLIGATOIRE - GROUPE DE 15 PERSONNES

Lundi 28 septembre : ACTIV'MENINGES

UNE SÉANCE POUR STIMULER, DÉVELOPPER ET RENFORCER LES MÉCANISMES DE MÉMORISATION GRÂCE À DES EXERCICES LUDIQUES ET VARIÉS, EN TOUTE CONVIVIALITÉ !



Horaires : de 14h30 à 16h30

Lieu : salle Rochefort

Lundi 5 octobre : BALADE NATURALISTE

EN COMPAGNIE D'UN GUIDE NATURALISTE, (RE)DÉCOUVRONS L'ENVIRONNEMENT NATUREL LOCAL EN SE METTANT EN MOUVEMENT.

Horaires : de 14h30 à 16h30

Lieu : le point de RDV sera précisé ultérieurement



Lundi 12 octobre : RALLYE PHOTO

EN ÉQUIPE, SOLLICITEZ VOS MÉMOIRES POUR RETROUVER LES ÉLÉMENTS NATURELS OBSERVÉS LA SEMAINE PRÉCÉDENTE !

Horaires : de 14h30 à 16h30

Lieu : le point de RDV sera précisé ultérieurement



Lundi 2 novembre : ACTIV'MENINGES

UNE SÉANCE POUR STIMULER, DÉVELOPPER ET RENFORCER LES MÉCANISMES DE MÉMORISATION GRÂCE À DES EXERCICES LUDIQUES ET VARIÉS, EN TOUTE CONVIVIALITÉ !



Horaires : de 14h30 à 16h30

Lieu : salle Rochefort

Lundi 9 novembre : GYM'MEMOIRE

BOUGER SON CORPS, TOUT EN MOBILISANT SA MÉMOIRE ET SON ATTENTION, GRÂCE À DES EXERCICES LUDIQUES ET ACCESSIBLES À TOUS.

Horaires : de 14h30 à 16h30

Lieu : salle des fêtes, 2 place du martouret



Lundi 16 novembre : INITIATION A LA DANSE

EXPÉRIMENTONS LA DANSE EN GROUPE, ACTIVITÉ PHYSIQUE SOLLICITANT LA MÉMOIRE : DANSES EN LIGNE, BACHATA ... NUL BESOIN D'ÊTRE BON DANSEUR POUR PASSER UN BON MOMENT !

Horaires : de 14h à 15h30

Lieu : salle des fêtes, 2 place du martouret



Lundi 23 novembre : DANSONS ENCORE !

POUR SUIVRE LA CHORÉGRAPHIE ENTAMÉE LORS DE LA SÉANCE PRÉCÉDENTE, UN BON MOYEN DE SOLLICITER SA MÉMOIRE TOUT EN S'ACTIVANT PHYSIQUEMENT !

Horaires : de 14h à 15h30

Lieu : salle des fêtes, 2 place du martouret



Lundi 30 novembre : ACTIV'MENINGES

UNE SÉANCE POUR STIMULER, DÉVELOPPER ET RENFORCER LES MÉCANISMES DE MÉMORISATION GRÂCE À DES EXERCICES LUDIQUES ET VARIÉS, EN TOUTE CONVIVIALITÉ !



Horaires : de 14h30 à 16h30

Lieu : salle Rochefort



Lundi 14 décembre : CLÔTURE

NOUS VOUS LAISSONS LE CHOIX ...
ENVIE DE REFAIRE UNE SÉANCE ? OU DE DÉCOUVRIR UNE AUTRE ACTIVITÉ POUR FAIRE TRAVAILLER SA MÉMOIRE ?
À VOUS DE DÉCIDER !

Horaires : de 14h30 à 16h30

Lieu : salle des fêtes, 2 place du martouret

Informations supplémentaires
&
Inscription gratuite :

m.massot@mfara.fr

06 21 87 50 45

Inscription au cycle complet uniquement.
Pas d'inscription à la séance.

Programme de prévention.
N'est pas destiné aux personnes souffrant de
déficiences de la mémoire.



D'ARDÈCHE EN HERMITAGE

