SPECIAL 60 ans et +

NEOSILVER

Atelier

Mémotricité

Un parcours de 6 séances



Favoriser la plasticité neuronale et améliorer les processus cognitifs.
Maintenir la mobilité physique pour préserver les fonctions musculaires.
Améliorer la perception de l'espace et la capacité à s'orienter.
Entretenir la coordination et la motricité fine.

Les **Mardis** de **13h30 à 15h**
À partir du **12 janvier 2027**

Lieu : Centre social du Roussillonnais
16 avenue Jean Jaurès
38150 ROUSSILLON

Inscription et Renseignements:
04 74 29 00 60
polesocialetfamilial@centresocialduroussillonnais.fr

centre social du roussillonnais

NEOSILVER

Carsat Retraite & Santé au travail Rhône-Alpes

pb POUR BIEN VIEILLIR

l'assurance retraite · agirc-arrco · CNRACL

Ensemble, les caisses de retraite s'engagent

UN PARCOURS COLLECTIF EN 6 SÉANCES

Séance 1 : évaluer ses aptitudes et se mettre en mouvement

Séance 2 : Coordination et stabilité

Séance 3 : Muscler ses neurones et ses sens

Séance 4 : Se repérer dans l'espace

Séance 5 : À plusieurs, nous sommes plus forts !

Séance 6 : Lier mémoire et équilibre

Inscription gratuite !

Renseignements et inscription :

04 74 29 00 60
polesocialetfamilial@centresocialdurou ssillonnais.fr

Dates :

Séance 1 : Mardi 12 janvier 2027
Séance 2 : Mardi 19 janvier 2027
Séance 3 : Mardi 26 janvier 2027
Séance 4 : Mardi 2 février 2027
Séance 5 : Mardi 9 février 2027
Séance 6 : Mardi 2 mars 2027

Horaire : De 13H30 à 15H

centre social du roussillonnais

NEOSILVER