

Conférence « La mémoire au fil des années »

jeudi 9 octobre, de 10h00 à 12h00

Dans le cadre de la Semaine Bleue, la Ville d'Epône accueille l'association *Brain-up* pour une conférence passionnante animée par une psychologue conférencière;



Cette rencontre propose de comprendre de façon simple et vivante comment notre cerveau évolue à chaque étape de la vie : depuis la vie utérine jusqu'au vieillissement. Grâce à des explications claires et à quelques exercices ludiques, la conférencière abordera les principes du fonctionnement de la mémoire et partagera des conseils pratiques pour continuer à la stimuler, quel que soit l'âge.

Parce que la mémoire est une formidable ressource qu'il est possible d'entretenir, cette conférence donnera à chacun des pistes concrètes pour préserver ses capacités et rester actif mentalement.

Et pour prolonger cette expérience, des ateliers mémoire seront organisés en novembre 2025 à la Maison des Seniors.

Un rendez-vous à ne pas manquer pour mieux comprendre, entraîner et chérir notre mémoire tout au long de la vie !

Coordonnées

Maison des seniors, Les Cytises
12, chemin de l'Aumône, 78680, Epône
78680
Epône
Contact

Maison des Seniors

Tel. [01 30 90 17 63](tel:0130901763) de 9h à 17h30
maisondesseniors@epone.fr