

# Mémoire

**Dans une ambiance conviviale venez entretenir votre mémoire**

Venez découvrir des astuces, des outils utiles et pratiques pour mieux mémoriser au quotidien

Les exercices proposés peuvent également vous aider à améliorer votre concentration, votre organisation dans la vie de tous les jours

## GROUPE 1



Le lundi de 14h30 à 16h30

Centre André Coutant  
12 rue des Déportés  
**Rezé**

### Dates des ateliers :

- 08 et 22 septembre 2025
- 06 octobre
- 03 et 17 novembre
- 08 décembre
- 05 et 19 janvier 2026
- 02 et 23 février
- 16 et 30 mars
- 27 avril

### Référentes :

Margot JOUSSEAUME  
Bernadette MORISSEAU  
Monique RICHARD

Inscription auprès de Rezé Seniors  
Centre André Coutant, 12 rue des Déportés à Rezé

☎ 02 51 72 71 27 - ✉ contact@rezeseniors.fr - 🌐 www.rezeseniors.fr