

# 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 4**



Le lundi de 10h00 à 12h00

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

### **Dates des ateliers :**

- 22 septembre 2026
- 06 octobre
- 03 et 17 novembre
- 01 et 15 décembre
- 05 et 19 janvier 2026
- 02 et 16 février
- 16 mars
- 13 avril
- 04 et 18 mai
- 15 juin

### **Référents :**

Philippe BÉNÉVENT  
Catherine JANIN  
Joseline PELIN

Inscription auprès de Rezé Seniors  
Centre André Coutant, 12 rue des Déportés à Rezé  
☎ 02 51 72 71 27 - ✉ [contact@rezeseniors.fr](mailto:contact@rezeseniors.fr) - 🌐 [www.rezeseniors.fr](http://www.rezeseniors.fr)