

Cours Mémoire pour les seniors

Pro Senectute Valais - Wallis propose une approche destinée aux retraités pour comprendre le fonctionnement de la mémoire.

Des informations théoriques et des applications ludiques vous sont proposées pour améliorer votre attention, comprendre les effets du vieillissement sur sa mémoire, découvrir des stratégies de mémorisation, connaître les facteurs de risques. Une animatrice, spécialement formée, répond à vos questions.

Le cours

Quelques noms oubliés, quelques objets égarés, un mot sur le bout de la langue? A qui n'est-ce pas arrivé?

Ce cours vous permet de comprendre le fonctionnement général de la mémoire. Théorie et exercices pratiques pour se faciliter la vie.

Ce cours est organisé par Pro Senectute Valais – Wallis avec le précieux soutien de la Commune de Conthey et en collaboration avec le Club des Aînés.

Quand?

Les mercredis 8, 15, 22, 29 mars 2017
De 14h30 à 16h30 à la Tour Lombarde au Bourg

Coût

CHF 40.- pour les habitants de Conthey
CHF 80.- pour les personnes résidant hors commune

**PRO
SENECTUTE**
PLUS FORTS ENSEMBLE



Inscription obligatoire

par téléphone au:
027 322 07 41
ou e-mail:
info@vs.prosenectute.ch

Des news du Club des Aînés de Conthey

L'année 2016 a posé son décor. Les saisons avec leur lot de soleil et de bons moments de détente, de loisirs, de beaux voyages, de délicieux repas, d'amicales et chaleureuses rencontres.

En 2016, vous étiez plus de 200 membres... à 950 reprises vous êtes venus partager nos événements. Nous étions aussi très contents de pouvoir partager ensemble ces bons moments de bonheur. Ces journées de découvertes et d'échanges sont des instants inoubliables remplis d'émotions. Elles permettent à nos aînés de sortir de leur foyer pour se changer les idées.

Le comité des Aînés de Conthey a concocté un programme riche et varié pour 2017. Nous espérons qu'il suscitera votre intérêt et titillera votre curiosité. Des matchs aux cartes, des jeux de scrabble, de la marche, des sorties, des concerts etc. Vous y trouvez un panel d'activités propices à la découverte, au plaisir, à l'évasion qui sont autant de rencontres et de partages...

avec des nouveautés notamment **la marche douce et l'atelier mémoire.**

Chaque année, les membres du comité se mobilisent pour combler au mieux les désirs de nos doyens contheysans. Heureux de leur faire découvrir de nouveaux horizons avec des voyages, des visites, des monuments, des conférences, des repas, etc.

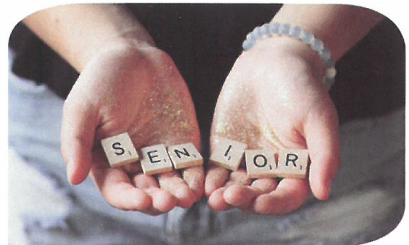
A vous, jeunes seniors de Conthey et des environs, vous qui avez plus de 55 ans et habitez notre belle commune, vous qui aimez partager de bons repas, voyager, jouer aux cartes dans la joie et l'amitié ou tout simplement rencontrer d'autres personnes pour vous détendre dans une ambiance de franche convivialité et bien plus encore, alors, n'hésitez plus... ralliez-vous à nous:

Notre club est ouvert à tous! C'est avec grand bonheur que nous vous accueillerons parmi nous!

Pour tous renseignements, merci de contacter:

Paul Gilibert, Président
au 027 346 25 59 / 078 824 36 66

Simone Gerber, Caissière
au 027 346 23 56



Le programme détaillé pour l'année 2017 est disponible sur le site de la Commune : www.conthey.ch / Vie locale / Santé et social / les aînés
N'oubliez pas que les inscriptions sont obligatoires!