

# BIEN VIEILLIR.

CHEZ VOUS ! 

ATELIER PREVENTION SANTE

## BOUGER MÉMORISER

**STIMULEZ VOTRE MEMOIRE !**

- Faites le lien entre la mémoire et l'activité physique au quotidien
- Découvrez des activités variées pour stimuler votre mémoire
- Séances guidées par un professionnel
- Venez participer quel que soit votre niveau, tout sera adapté !
- Rencontrez des personnes autour de chez vous pour partager des moments conviviaux



7 séances : 20,27 avril, 04,11,18 mai, 01,08 juin à 10h-11h30

**GRATUIT**

**INSCRIPTION**



Auprès du Centre social : 03.80.90.17.55 ou de  
Nathalie Narcisse chargée de projets Mutualité  
Française BFC : 07.88.42.62.06

[nathalie.narcisse@bfc.mutualite.fr](mailto:nathalie.narcisse@bfc.mutualite.fr)

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

À PARTIR DE  
60 ANS

**20**

**Avril**

De 10h à 12h

Centre Social  
3 Rue de la gare

21230 Arnay le Duc

**Partenaires**

