

Les Ateliers PEPS Eurêka de la MSA: entretenir sa mémoire à Saint-Paul-Trois-Châteaux

Communiqué de presse
16/12/2024

Entretenez votre mémoire avec le programme PEPS Eurêka proposé par la MSA Ardèche Drôme Loire : un programme ludique et reconnu pour stimuler les fonctions cérébrales des retraités

La MSA Ardèche Drôme Loire, en partenariat avec le centre socioculturel Mosaic, lance une nouvelle session du programme **PEPS Eurêka** à Saint-Paul-Trois-Châteaux. Ce **Programme d'Éducation et de Promotion de la Santé**, conçu avec la Fondation Nationale de Gérontologie, s'adresse à tous les retraités, quels que soient leur âge et leur régime de protection sociale.

Ce programme innovant propose des **exercices pratiques et ludiques pour entretenir la mémoire** et adopter les bons réflexes favorisant le fonctionnement cérébral. Les ateliers sont conçus pour aider à se souvenir des noms, objets ou chiffres, développer l'esprit d'observation, et améliorer l'aisance verbale, tout en abordant les différents alliés de la mémoire tels que l'alimentation, l'hygiène de vie ou encore le sommeil.

Des ateliers en 10 séances pour cultiver mémoire et convivialité

Chaque session PEPS Eurêka se compose de plusieurs séances réunissant un petit groupe d'une douzaine de participants. Animées par des professionnels formés à cette méthode reconnue, ces séances offrent un cadre chaleureux et interactif, favorisant les échanges et la stimulation cognitive dans une ambiance conviviale.

Une réunion d'information à ne pas manquer

Pour en savoir plus sur le programme et ses bienfaits, une réunion d'information est organisée :



Le 14 janvier à 14h



Centre socioculturel Mosaic – Espace Coluche, 10 Rue du Serre Blanc, Saint-Paul-Trois-Châteaux

Renseignements et inscriptions

Pour toute information complémentaire ou pour s'inscrire, contacter :

Marjorie MARQUEZ



06 16 16 89 84

Avec **PEPS Eurêka**, la MSA Ardèche Drôme Loire accompagne les retraités dans leur démarche de bien-être et de stimulation cognitive. Une méthode alliant plaisir, utilité et convivialité, près de chez vous

MSA ADL / Service communication / Relations Presse

Laure Barlet

06 34 12 68 76 - barlet.laure@ardechedromeloire.msa.fr

Marie-Hélène Rattin

07 87 24 21 84 – rattin.marie-helene@ardechedromeloire.msa.fr