

### ► Modalités pratiques de participation

Ce rendez-vous santé est ouvert aux assurés de la Camieg et aux bénéficiaires des activités sociales CMCAS.

La participation est gratuite.

L'inscription vous engage à participer à l'ensemble des séances.

### ► Renseignements et inscriptions

Pour tout renseignement, laissez un message au 03 62 53 78 15 (répondeur prévention).

Inscriptions possibles **avant le 10/02/23** :

- par courriel à [camieg-prevention-hdf@camieg.org](mailto:camieg-prevention-hdf@camieg.org),
- sur le répondeur prévention
- en ligne en complétant le formulaire d'inscription au lien suivant : <https://camieg.questionnaireweb.com/form/222060/s/?id=JTk3bSU5NGglOUlIQjA%3D&a=JTk2ayU5M2qIOUMIQtk%3D>
- En flashant le QR Code ci-contre

Pour me lire, si l'appareil photo de votre mobile ne me reconnaît pas automatiquement, téléchargez une application gratuite de lecture de QR Code

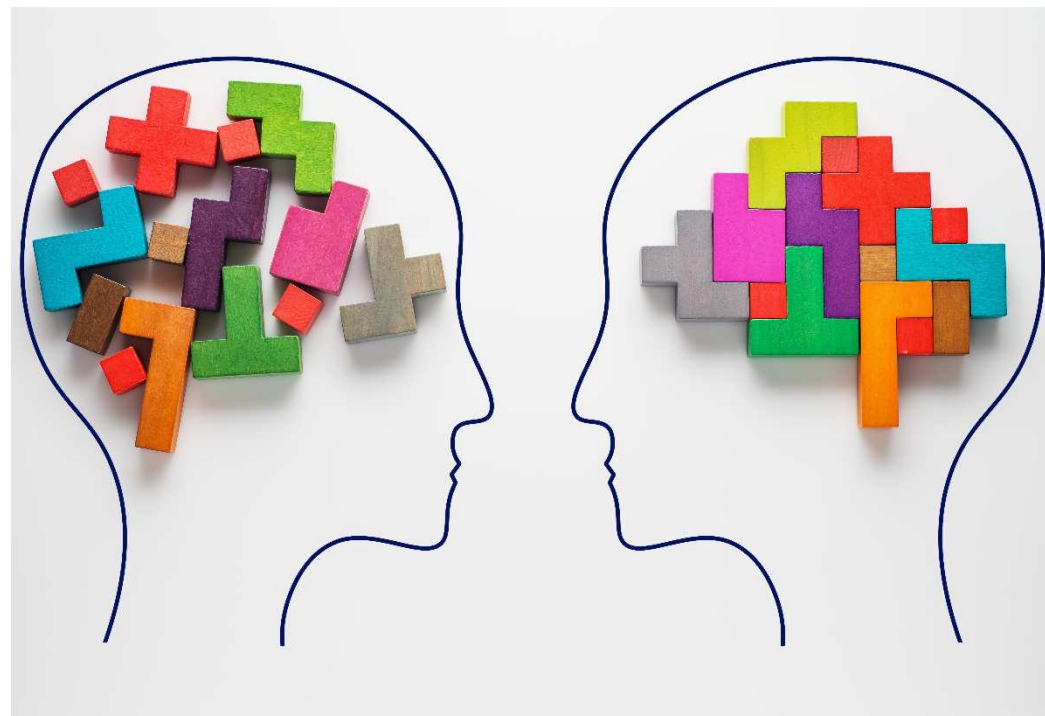


 **Antenne Camieg Hauts-de-France**  
100-102, rue Nationale 59000 LILLE

 [camieg-prevention-hdf@camieg.org](mailto:camieg-prevention-hdf@camieg.org)

 **03 62 53 78 15** (répondeur Prévention)

Camieg 



### ► Rendez-vous santé

## Boostez votre mémoire

[camieg.fr](http://camieg.fr)

## RENDEZ-VOUS SANTÉ

### Boostez votre mémoire à Lens, Béthune, St-Omer et Lomme

Participez aux 5 séances de ce rendez-vous santé pour :

- ▶ S'informer sur les différents types de mémoire
- ▶ Faire travailler sa mémoire tout en s'amusant
- ▶ S'approprier des conseils

Ces séances sont animées par des professionnels spécialisés.

## PROGRAMME

### ▶ Séance 1 : « Costaud cortex »

Jeux, exercices et échanges autour du cerveau et de son fonctionnement

### ▶ Séance 2 : « A votre santé ! »

Jeux, exercices et échanges autour de l'hygiène de vie et son lien avec notre cerveau

### ▶ Séance 3 : « Mélimémots »

Jeux, exercices et échanges autour de la langue, les mots, l'écrit et l'oral

### ▶ Séance 4 : « Sens dessus dessous »

Jeux, exercices et échanges autour de nos sens et des mémoires associées

### ▶ Séance 5 : « Imagin'air »

Jeux, exercices et échanges autour de l'imagerie mentale, la curiosité et le pouvoir d'imagination

## DATES ET LIEUX

Ce rendez-vous est organisé sur les secteurs de :

### ▶ La SLVie de Lens/Douai

- 🕒 Les mercredis 1, 8, 15, 22 et 29 mars de 10h à 12h
- 🏠 Maison des Associations Michel DARRAS - Rue Gauthier - Lens

### ▶ La SLVie de Béthune/Bruay

- 🕒 Les vendredis 3, 10, 17, 24, et 31 mars, de 10h à 12h
- 🏠 Locaux SLVie - 73 rue Eugène Haynaut – Béthune

### ▶ La SLVie de St-Omer/Hazebrouck

- 🕒 Les vendredis 3, 10, 17, 24, et 31 mars, de 10h à 12h
- 🏠 Locaux Enedis - 59 rue Théroüanne – St-Omer

### ▶ La SLVie de Lille

- 🕒 Les mercredis 5, 12, 19, 26 avril et 3 mai de 10h à 12h
- 🏠 Maison des Séniors - Place Denis Cordonnier – 103 Avenue de la République - Lomme

