

## À Miélan, des ateliers pour garder une mémoire d'éléphant

Communiqué de presse



À Miélan, des ateliers pour garder une mémoire d'éléphant

À partir du 10 septembre, la Communauté de Communes Cœur d'Astarac en Gascogne, propose pour les personnes de plus de 60 ans des « ateliers mémoire » pour garder ses réflexes et sa mémoire intacte !

Sur 6 séances, **les 10, 17, 24 septembre et 1er et 8 octobre** de 10 h 30 à 12 h, à la Mairie de Miélan, une psychologue animera un atelier pour aider les personnes âgées de plus de 60 ans du territoire à travailler leur mémoire.

Vous avez l'impression d'oublier des choses ? De ne plus être aussi réactif ? La psychologue vous donnera les petits exercices utiles qui vous garderont en forme !

En plus de ce cycle de 6 séances, un atelier test ICOPE pour évaluer la mémoire est prévu **le 15 octobre** de 10 h 30 à 12 h 30 toujours à la Mairie de Miélan. Ce test, national, permet de connaître le niveau des réflexes mémoriels.

Ces ateliers, réalisés dans le cadre de la Convention Territoriale Globale pour renforcer l'efficacité, la cohérence et la coordination des actions sociales menées pour les habitants du territoire, sont totalement gratuits pour les participants et financés par la Conférence des Financeurs pour la Prévention de la Perte de l'Autonomie du Gers.

Avec pour objectif de donner à ceux qui s'interrogent sur leur mémoire et qui souhaitent la faire travailler, les exercices pratiques qui peuvent être réalisés au quotidien, ces séances de prévention permettent de retarder la perte d'autonomie.

Les places étant limitées, l'inscription est obligatoire jusqu'à 4 jours avant l'atelier au 07.88.02.03.60. Retrouvez toute l'actualité sur [cœur-dastarac.fr](http://cœur-dastarac.fr)

**Contact presse**