



ACTIV'MEMOIRE ACTIVITE de « MAINTIEN EN FORME »



ANIMATRICES



REFERENTE ACTIV'MEMOIRE
Dominic THEVENIN
06 48 54 02 27
Dominic.thevenin@a4s85.org



Annick FOURNIER
06 19 78 31 22
annick.fournier@a4s85.org



Geneviève ARNAUD
06 52 92 30 07
genevieve.arnaud@a4s85.org



Il s'agit d'une nouvelle activité qui permet l'activation des fonctions cognitives tout en développant l'ensemble des capacités physiques.

« **Activ'mémoire**, les activités physiques et sportives au service de la mémoire ». Il s'agit d'une nouvelle activité qui permet l'activation des fonctions cognitives tout en développant l'ensemble des capacités physiques. (FFRS)

CONSEILS

Pour les séances, il est conseillé de porter des vêtements souples qui permettent une grande amplitude de mouvement et de l'aisance ; et des chaussures de sport souples. Pensez à apporter une bouteille d'eau.