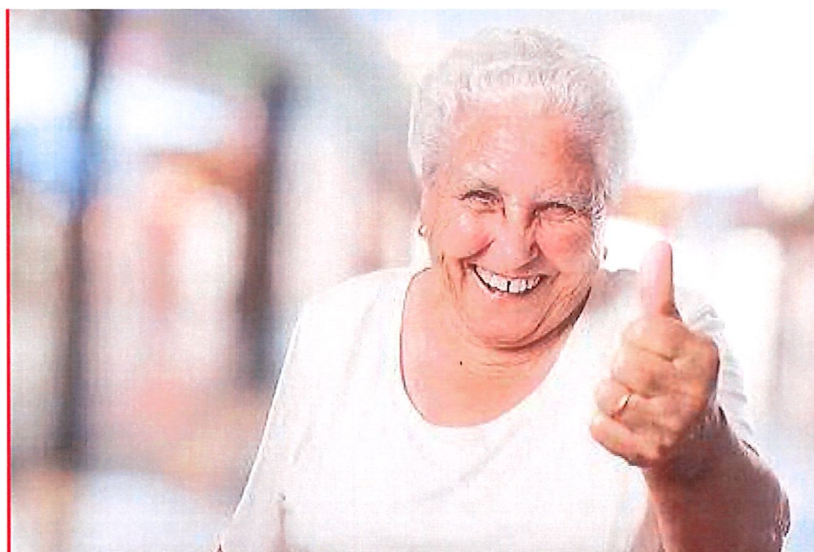


[HTTPS://WWW.CERGY.FR/FONCTIONNALITES/AGENDA-DES-EVENEMENTS/CONFERENCE-CONCERT-JAI-LA-MEMOIRE-QUI-CHANTE-POUR-LES-SENIORS-10122/#:~:TEXT=C'EST%20QUOI%20C'EST%20A%20VIVRE%20UN%20MOMENT,TECHNIQUES%20DE%20STIMULATIONS%20COGNITIVES%20EFFICACES.](https://www.cergy.fr/fonctionnalites/agenda-des-evenements/conference-concert-jai-la-memoire-qui-chante-pour-les-seniors-10122/#:~:TEXT=C'EST%20QUOI%20C'EST%20A%20VIVRE%20UN%20MOMENT,TECHNIQUES%20DE%20STIMULATIONS%20COGNITIVES%20EFFICACES.)

ACCUEIL AGENDA DES ÉVÉNEMENTS

CONFÉRENCE-CONCERT "J'AI LA MÉMOIRE QUI CHANTE" POUR LES SENIORS



LEMAR.23MAI

STAGE - ATELIER

Conférence-concert "J'ai la mémoire qui chante" pour les seniors

La ville de Cergy, en partenariat avec la résidence Domitys et ABC insertion, organise un événement gratuit pour les seniors autour de la mémoire le mardi 23 mai, de 14h à 17h.

C'est quoi cet événement J'ai la mémoire qui chante ?

La conférence-concert *J'ai la mémoire qui chante* a pour objet de proposer aux seniors d'acquérir et/ou de parfaire une compréhension du fonctionnement de la mémoire et des techniques de stimulations cognitives efficaces.

La conférence est suivie d'un concert où le groupe de musique entraîne les participants dans un set de reprises (chansons françaises et internationales) spécialement conçu pour l'action, le but étant de faire appel à la mémoire auditive.

L'originalité de cet événement réside dans sa double approche didactique et conviviale permettant de conjuguer pédagogie et plaisir de la musique.

Cette action de prévention a pour but de contribuer au maintien en bonne santé de la mémoire des seniors et à favoriser le lien social et culturel.

Quels sont les objectifs ?

- Proposer des exercices appropriés, précis et accessibles à tous ;
- Faire fonctionner toutes les zones du cerveau ;
- Stimuler à titre préventif certaines fonctions mentales "engourdis"
(mémoire olfactive, mémoire auditive, mémoire des noms propres, etc.) ;
- Diversifier les stratégies d'apprentissage ;
- Développer sa motivation ;
- Faire en sorte que chaque senior en tire un bénéfice personnel ;
- Socialiser autour d'un événement musical et festif ;
- Faire fonctionner sa mémoire auditive au travers de souvenirs musicaux.

Comment s'inscrire ?

Gratuit, sur inscription obligatoire :

- seniors@cergy.fr
- 01 34 33 43 03

INFOS PRATIQUES >> **Mardi 23 mai, de 14h à 17h**

>> Dans la résidence Domitys - 7, rue des Marjoberts, 95 000 Cergy (parking gratuit)

>> Gratuit sur inscription obligatoire à seniors@cergy.fr ou au **01 34 33 43 03**

>> [Découvrir les activités pour les seniors](#)

>> Consulter le [plan interactif de la ville](#)