



Seniors : se souvenir des belles choses

- **Conférence sur la mémoire** : vendredi 13 mars 2020 à Saint-Gaudens– Médiathèque, 3 rue Saint-Jean
- **Deux cycles de 8 ateliers autour de la mise en lumière des souvenirs** : du 24 mars au 26 mai 2020
- **Exposition des supports créés au cœur de la médiathèque de Saint-Gaudens** : du 9 juin au 4 juillet 2020

Entrée libre et gratuite pour la conférence.

Inscription pour le cycle de 8 ateliers à l'issue de la conférence ou à partir du 16 mars par téléphone au 04 99 58 88 90 (*).

La Mutualité Française Occitanie, avec le soutien de la CARSAT Midi-Pyrénées, en partenariat avec la Chapelle Saint-Jacques centre d'art contemporain, invite les seniors à participer gratuitement à une conférence sur la mémoire, suivie d'un cycle de 8 ateliers sur les souvenirs.



Au programme :

- **Conférence sur la mémoire**

Vendredi 13 mars, de 14h à 16h

Un médecin animera la conférence et répondra aux questions sur la thématique de la mémoire.

A l'issue de cette rencontre, un programme de prévention en 8 séances, autour de la création d'un recueil de récits fictionnels et biographiques, sera présenté et vous pourrez vous y inscrire.

- **Cycle de 8 ateliers**

(Groupe 1 de 10h à 12h et groupe 2 de 14h à 16h)

Les mardis 24 et 31 mars, le jeudi 2 avril et les mardis 21 et 28 avril, les mardis 5, 12 et 26 mai

Ateliers conduits par des professionnelles de la Chapelle Saint-Jacques centre d'art contemporain. Le dernier sera animé par une psychologue sur le vieillissement, l'estime de soi et la mémoire.

Au cours des ateliers, les participants partiront à la recherche de leurs souvenirs et découvriront comment les mettre en forme de façon artistique en laissant libre cours à leur imaginaire.

- **Exposition des supports créés au cœur de la médiathèque de Saint-Gaudens** : du 9 juin au 4 juillet

(*) Les inscriptions prises lors de la conférence seront prioritaires. L'inscription vaut pour un cycle de 8 ateliers, dans la limite des places disponibles. Le lieu précis des ateliers sera communiqué lors de l'inscription.

A PROPOS DE LA MUTUALITÉ FRANÇAISE OCCITANIE :

La Mutualité Française Occitanie est un acteur incontournable de la politique de santé sur la région. Elle participe activement au maintien d'une protection sociale solidaire, d'un accès aux soins pour tous et à l'évolution de notre système de santé. Son rôle est aussi d'accompagner les mutuelles, notamment en favorisant le militantisme de proximité et en donnant aux élus mutualistes les moyens d'exercer leur engagement. La Mutualité Française participe au développement et à la promotion de l'économie sociale et solidaire en région.

La Mutualité Française Occitanie rassemble et représente :

- 157 mutuelles, soit 3 200 000 personnes protégées.
- Plus de 488 Services de soins et d'accompagnement mutualistes : cliniques, centres d'optique, centres dentaires, crèches, EHPAD, etc.
- Plus de 900 actions par an de prévention et promotion de la santé, dédiées au grand public et aux adhérents mutualistes.