



Seniors : se souvenir des belles choses

- **Deux cycles de 8 ateliers autour de la mise en lumière des souvenirs** : du 22 septembre au 24 novembre 2020 à Saint-Gaudens
- **Conférence sur la mémoire** : mardi 1^{er} décembre 2020 à Saint-Gaudens
- **Exposition des supports créés au cœur de la médiathèque de Saint-Gaudens** : à partir du 1^{er} décembre 2020

Inscription pour le cycle de 8 ateliers 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 à un cycle de 8 ateliers sur les souvenirs et la mémoire, suivie d'une conférence « Se souvenir des belles choses ».



Au programme :

- **Cycle de 8 ateliers**

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

Les mardis 22 et 29 septembre, les mardis 6 et 13 octobre et les mardis 3, 10, 17 et 24 novembre.

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.

- **Conférence sur la mémoire**

Mardi 1^{er} décembre, à 16h

Un médecin animera la conférence et répondra aux questions des participants sur la thématique de la mémoire. La conférence « Se souvenir des belles choses », sur la mémoire, viendra clôturer le cycle des ateliers.

- **Exposition des supports créés au cœur de la médiathèque de Saint-Gaudens** : à partir du 1^{er} décembre

(*) 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.

Actions organisées dans le respect des règles sanitaires en vigueur au moment de leur réalisation.

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.