

Senior et cognition : conférences et atelier

Conférence

150 rue de la République, 73000 Chambéry

GPS : 150 rue de la République, 73000 Chambéry

Le 17 mars 2026 | De 9h à 12h45

Une demi-journée "Senior et cognition" est proposée à **destination des seniors** à Chambéry, au centre de culture scientifique Eurêka. Programme de la demi-journée :

- **9h - 10h : Conférence : Cultiver sa vitalité cognitive** Venez vivre une conférence ludique et accessible pour découvrir ou revoir les 4 piliers incontournables, validés par la science, pour conserver des fonctions intellectuelles performantes le plus longtemps possible. Vous comprendrez aussi pourquoi ils sont si essentiels, ces piliers.
- 10h - 10h30 : Pause
- **10h30 - 11h30 : Atelier : Tester la stimulation cognitive** Jouez pendant cette heure conviviale, collective, avec des jeux qui font travailler les différents types de mémoire, le raisonnement, le contrôle cognitif, la flexibilité, les représentations spatiales, etc. La stimulation cognitive permet de lutter efficacement contre le déclin cognitif naturel qui survient avec le vieillissement parfois et de prolonger l'autonomie intellectuelle autant que possible.
- 11h30 - 11h45 : Pause
- **11h45 - 12h45 : Conférence : La mémoire au fil du temps : que nous apprend la psychologie cognitive ?** Cette conférence proposera un tour d'horizon du fonctionnement de la mémoire et de ses spécificités dans le vieillissement.

Inscrivez-vous sur une ou plusieurs conférences / ateliers via ce formulaire. En cas de difficultés, vous pouvez appeler au 04.57.42.18.82 (merci de privilégier l'inscription par le formulaire dans la mesure du possible).

Orateur(s)

Marie Prevost, docteure en

Admission

Gratuit, sur réservation obligatoire via

neurosciences, fondatrice de La Fabrique à Neurones le formulaire.
Inès Leproult, docteure en psychologie
cognitive, Université de Genève