

# Le saviez-vous?

## La P'tite Fabrique

Des projets imaginés par les habitants pour le premier budget participatif de la mairie de Plélan-le-Grand.



Lancé début 2017, La P'tite Fabrique est une initiative qui vise à recueillir les projets des citoyens pour la ville. Quatre projets étaient en lice et soumis aux votes des citoyens. «J'ai la mémoire qui flanche...» est un projet proposé par Ina Moldoveanu, une plélanaise.

+ d'infos : [www.plelan-le-grand.fr](http://www.plelan-le-grand.fr)

## L'Inter'Val

Un lieu d'initiatives et de partages !



C'est un lieu «ressource» où les habitants font germer leurs idées, cultivent leurs envies, partagent des activités, tissent des liens...Au quotidien, une équipe de bénévoles et de salariés œuvre pour transformer vos initiatives en actions concrètes. Ina Moldoveanu a sollicité l'Inter'Val pour être accompagnée et faciliter la mise en place de son projet.

+ d'infos : [www.linterval.org](http://www.linterval.org)



## J'ai la mémoire qui flanche...

**INFO - ECHANGE - PARTAGE - SPECTACLE**

Journées de sensibilisation aux troubles de la mémoire et autres troubles cognitifs



Les problèmes de **mémoire et des autres fonctions cognitives** (concentration, attention, reconnaissance, planification, jugement, troubles de langage, etc.) touchent beaucoup de personnes. Que ce soit lié à un **début de maladie** (maladie d'Alzheimer et autres), aux **conséquences d'un AVC** ou au **vieillessement**, il est important d'en connaître les causes, de **savoir à quel moment consulter** et surtout, **comment aider ces personnes**.

*Ce projet de la P'tite Fabrique avec le soutien de l'Inter'Val se propose de parler de ces problèmes avec tous : enfants, adultes, personnes âgées.*



02 99 06 88 90  
accueil@linterval.org  
[www.linterval.org](http://www.linterval.org)

02 99 06 81 41  
accueil@plelan-le-grand.fr  
[www.plelan-le-grand.fr](http://www.plelan-le-grand.fr)



Maxent - Monterfil - Paimpont - Plélan-le-Grand - St Péran - Treffendel



02 99 06 88 90  
accueil@linterval.org  
[www.linterval.org](http://www.linterval.org)

02 99 06 81 41  
accueil@plelan-le-grand.fr  
[www.plelan-le-grand.fr](http://www.plelan-le-grand.fr)



Maxent - Monterfil - Paimpont - Plélan-le-Grand - St Péran - Treffendel

*J'ai la mémoire  
qui flanche...*

# Le Programme



## Café des Parents

### *Les troubles de la mémoire des grands-parents : Comment en parler avec ses enfants?*

Quand papy et mamie commencent à oublier... à faire des choses bizarres... à ne plus se souvenir du prénom de leur petit-enfant. Comment expliquer ce qui se passe et continuer à profiter du moment présent ? Venez poser toutes ces questions à Coralie Poupon, psychologue spécialisée en neuropsychologie qui travaille depuis plusieurs années auprès de personnes vivant avec des problèmes de mémoire.

**lundi 2 déc. / 10h à 11h30 Plélan- le-Grand - La Canopée**  
Accès libre et gratuit.



## Café senior

### *La perte de la mémoire : pourquoi on oublie? A quel moment on consulte et qui?*

Est-ce normal d'oublier un rendez-vous ou de ne pas reconnaître une personne qu'on n'a pas vu depuis longtemps quand on a 80 ans ? Et si on a 70 ? Est-ce un début d'Alzheimer ou juste un vieillissement normal ? Venez poser toutes ces questions à Coralie Poupon, psychologue spécialisée aux troubles de mémoire. Elle tentera également de vous donner des stratégies permettant d'optimiser le fonctionnement de votre mémoire au quotidien.

**jeudi 5 déc. / 14h - 16h Plélan- le-Grand - L'Inter'Val**  
Accès libre et gratuit.



## Atelier Enfants

### *Qu'est ce qu'il y a dans la tête ?*

Le Récureuil, un drôle d'animal, débarque à l'accueil de loisirs. Il vient chercher de l'aide auprès des enfants car dans son monde, il a bien du mal à retenir ses leçons et il oublie tout !... Au travers de défis coopératifs, de jeux de rôle et des jeux sensoriels, animés par l'ATELIER LM Culture Sciences, les enfants découvriront, les différents types de mémoires, et expérimenteront plusieurs techniques de mémorisation. Une façon aussi de mieux comprendre pourquoi la mémoire peut parfois nous jouer des tours.

**mercredi 11 déc. / 14h - 17h Plélan- le-Grand - La Canopée**  
Ouvert aux enfants inscrits à l'accueil de loisirs

## Portes ouvertes

### Atelier Remue-méninges

A l'occasion des journées de sensibilisations à la mémoire, l'atelier ouvre ses portes. Faire travailler votre mémoire de manière ludique, tel est le principe de cet atelier animé une fois par mois par une bénévole.

**lundi 9 déc. / 14h - 16h - Plélan- le-Grand - La Canopée**  
Accès libre et gratuit.

## Spectacle de contes

### Dans Ta tour - Cie La Cariqhelle



A la croisée du conte et du théâtre, Matao Rollo, tout en nous présentant une galerie de portraits de personnages attachants, ambigus ou truculents, fait naître un objet artistique sensible et chaleureux où se côtoient humanité, poésie et drôlerie. *Dans Ta Tour* parle de **vieillesse, d'amour, de vie et de mémoire**. La parole, passant par le conte, la poésie et le chant, se mélange aux images de la Cinémathèque de Bretagne pour créer une mémoire à partir d'une mémoire collective. *Dans Ta Tour* évoque, sans la nommer, la maladie d'Alzheimer, et de manière générale **la mémoire défaillante**. La « poésie du hasard », liée au travail destructeur du temps, tout autant que l'œuvre des réalisateurs, ont été déterminants dans le choix des images. Leur rôle, tantôt narratif, tantôt métaphorique a également nourri l'écriture et le jeu de scène.

**samedi 14 déc. / 17h - 19h Plélan- le-Grand - La Canopée**  
Accès libre et gratuit.