

SERRE-LES-SAPINS Prévention

« La mémoire en jeu », un atelier gratuit pour les aidants familiaux

Dans le cadre de son programme d'aide aux aidants, le pôle prévention d'Eliad organise, à Serre-les-Sapins, en partenariat avec la commune, un atelier « La mémoire en jeu ». Il s'adresse aux aidants familiaux : enfants, conjoints, parents qui accompagnent un proche âgé, malade ou en situation de handicap et qui apportent leur aide dans les actes essentiels de la vie quotidienne ou plus occasionnellement pour faire les courses, accompagner à un rendez-vous médical, effectuer des démarches administratives... Avec cette action, et plus largement avec son programme spécialement dédié aux aidants, Eliad soutient les aidants et les sen-



Cet atelier, animé par Catherine Droz, invite à entraîner sa mémoire à travers des jeux et des exercices sur des tablettes tactiles. Photo ER

sibilise à l'importance de leur propre santé, trop souvent négligée, avec pour message : « Prendre soin de soi, c'est aussi aider l'autre ! » Cet atelier gratuit, animé par

Catherine Droz, invite à entraîner sa mémoire à travers des jeux et des exercices sur des tablettes tactiles mises à disposition lors des séances. Le programme utilisé, « HAPPYneuron », est conçu pour stimuler les différentes fonctions cognitives et faire travailler la mémoire mais aussi l'attention, le langage... Les exercices ludiques ne nécessitent pas de maîtriser l'usage de la tablette.

Atelier gratuit de 6 séances, sur inscription : tél. 0381416731 ou myriam.truche@eliad-fc.fr. Dates des ateliers : les 10, 17, 24 septembre, 1er, 8 et 15 octobre de 9 h 30 à 11 h 30 à la salle de convivialité de la mairie, 16 rue de la Machotte.