

MONTBOZON

Vingt personnes inscrites à l'atelier mémoire



Mimi Peton aime bien les jeux de lettres.

On entendait voler une mouche lors de l'atelier mémoire proposé par le pôle prévention d'Eliad, en partenariat avec la commune de Montbozon et différents soutiens dont l'Agence régionale de santé. Le but de ce programme est d'entraîner sa mémoire par des jeux et des exercices faciles sur tablette ou sur papier.

Tous les participants sont concentrés sur leur tablette. Mais pas de compétition, chacun va à son

rythme, suivant ses possibilités. Ces exercices ne font pas que travailler la mémoire mais aussi l'attention et le langage.

« On avait prévu un atelier le lundi, durant 6 semaines, à Montbozon. Mais devant la forte demande, on a pu obtenir un deuxième de 10 personnes le mardi » explique Catherine Droz, l'animatrice.

Les participants sont assidus dont Mimi Peton qui avoue tout

de même : « J'aime bien les lettres mais pas les chiffres ». Pour Robert Lachat, « il y a des jeux qu'on préfère ». Et visiblement, les jeux de déduction ou les mots à remettre en ordre emportent son adhésion. « Mais je ne m'entraîne pas trop à la maison », confie-t-il. Tous sont conscients de l'importance de maintenir des activités cérébrales pour bien vieillir et ont peut-être besoin aussi de se rassurer.