

THISE Questions à

Catherine Droz, animatrice de l'atelier « La mémoire en jeu » à Eliad

Aidants : entraînez votre mémoire



Pourquoi cet atelier pour les aidants ? Dans le cadre de son programme d'aide aux aidants, le pôle Prévention d'Eliad organise l'atelier "La mémoire en jeu" (six séances de 2 heures). Pour les aidants familiaux, même ceux dont le proche aidé est en établissement. 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 (cours, rendez-vous médical, démarches administratives). Avec ce programme spécialement dédié aux aidants et développé depuis plus de 15 ans, Eliad soutient et sensibilise à l'importance de leur propre santé, trop souvent négligée et avec pour message "Prendre soin de soi, c'est aussi aider l'autre".

Que fait-on pendant ces séances ? Cet atelier gratuit propose d'entraîner sa mémoire à travers des jeux et des exercices sur des tablettes tactiles mises à disposition. 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'outil tablette.

Comment s'inscrire pour participer à cet atelier ? En téléphonant au 03 81 41 67 31 ou par mail à myriam.truche@eliad-fc.

Programme complet des actions sur www.eliad-fc.fr. Atelier ouvert à tous. Organisé en partenariat avec la commune de Thise, le soutien financier l'ARS BFC, de Reseda BFC et d'AG2R La Mondiale.