

La Presse de Vesoul | 16 novembre 2017

MONTBOZON

Un atelier pour faire travailler votre mémoire

Le programme utilisé, « Happy neuron », est conçu pour stimuler les différentes fonctions cognitives.



Des jeux et des exercices sur tablettes Tactiles sont proposés.

Dans le cadre du Programme PAPA (Préservation de l'Autonomie des Personnes Agées), en partenariat avec la commune de Montbozon, le pôle prévention d'Eliad anime, depuis le 2 octobre, deux ateliers mémoire de six modules chacun, totalement gratuits.

Eliad Prévention propose des actions de prévention autour de différents thèmes : mémoire, nutrition, sommeil, santé globale, bien-être... ainsi qu'un programme spécialement dédié aux aidants familiaux.

Cet atelier mémoire a rencontré un franc succès puisque les deux séances sont complètes. Il s'adresse aux personnes de plus de 55 ans et propose d'entraîner sa mémoire à travers des jeux et des exercices sur tablettes tactiles.

Le programme utilisé, « Happy neuron », est conçu pour sti-

muler les différentes fonctions cognitives. En effet, l'atelier ne fait pas que travailler la mémoire mais aussi l'attention, le langage... Les exercices ludiques ne nécessitent pas de maîtriser l'outil tablette. L'animatrice explique qu'en plus des modules sur tablettes, elle donne aux personnes un support papier avec des exercices qu'ils pourront réaliser dans leur quotidien.

Michel explique qu'il lui a fallu un peu de temps pour comprendre le fonctionnement : « Il ne faut pas se précipiter, mais c'est plaisant ». Pour Edith, « c'est dur de se concentrer », mais elle apprécie beaucoup ces moments. Jean-Claude est très souriant, ça lui plaît beaucoup, « même si c'est un peu difficile quelques fois ».