

Des ateliers pour bien faire travailler sa mémoire

Devant le succès de l'an dernier, l'association Gulliver renouvelle ses actions destinées à favoriser le maintien à domicile le plus longtemps possible des personnes âgées. Et, il est prouvé que quand le cerveau et la mémoire fonctionnent bien, il est bien évidemment plus aisé de rester chez soi, à un âge avancé.

Conjuguer les activités cérébrales et physiques

Salle Voli, face à une centaine de participants, après avoir défini les orientations du CCAS, Patricia Serret, adjointe déléguée aux affaires sociales, le maire, François Gimmig, en sa qualité de médecin, a rappelé quelles étaient les prérogatives de la gériatrie. Mais, c'est Elodie Lopez neuropsychologue, qui a



Face à une centaine de seniors, Elodie Lopez, neuropsychologue a montré l'intérêt de s'impliquer dans des ateliers destinés à cultiver et à garder sa mémoire. (Photo Delph)

abordé un thème concernant tous les seniors, la mémoire et les méthodes pour la cultiver.

Après avoir dit l'importance de pratiquer une activité physique quand l'âge avance, et ludique, mots croisés, sudoku musique ou lecture, l'intervenante a dit l'intérêt de s'impliquer

dans les ateliers Gulliver. *- Ils stimulent le fonctionnement cognitif -.*

Des rendez-vous mensuels

Comme en 2007 ces ateliers dont le cycle a débuté mardi 23 septembre, se poursuivent mensuellement. *- Ils ont lieu les mar-*

dis 21 octobre, 18 novembre et 16 décembre (10 à 12 h) salle Rubis, sans esprit de compétition, en toute indépendance » a souligné M. Roux. Il n'est pas obligatoire d'assister à tous ces cours, mais il est important de réserver pour une organisation logistique optimale. Rens. : Tél. 04 94 67 51 97.