

Un atelier d'exercices cérébraux pour mieux se souvenir - Belleville-sur-Vie

jeudi 10 janvier 2013



Marie-Dominique Frugier (debout) et Colette Trichet (assise à ses côtés) animent l'atelier.

La première session des ateliers d'exercices cérébraux a eu lieu, mardi 8, salle de réunion du foyer soleil. Quatorze personnes, âgées de 62 à 84 ans, se sont inscrites aux six cours de ce module, mis en place par le CCAS.

Cette première séance, comme le seront les suivantes, était animée par des bénévoles formées grâce au partenariat avec Familles rurales et l'association la Cordée (1).

Marie-Dominique Frugier, une des animatrices, explique : « Cette première rencontre, déterminante pour évaluer les besoins de chacun, s'est effectuée dans une bonne ambiance. Nous avons fait une prise de connaissance sous forme de jeux (se remémorer son plus ancien et son plus récent souvenir ou bien encore jouer sur la mémoire des sens...), un bon moment de convivialité. »

Les participants sont tous prêts à revenir pour la seconde séance, à l'image de Gisèle, 76 ans, qui explique ce qui a motivé son inscription : « À mon âge, j'ai besoin de faire travailler ma mémoire, afin de conserver encore plus de souvenirs. Arrivée à Belleville, il y a deux ans, c'est aussi le moyen pour moi de rencontrer des gens et dans une ambiance sympathique, car ce n'est pas un retour à l'école ! ».

(1) L'association soutient des projets de partage des savoir-vivre en milieu rural.