

Tous les vendredis matin, des séances de 1h30 d'activation des neurones en deux groupes de 12 à 15 participants.

Après quelques échanges collectifs (notamment sur les actualités dans l'association), la séance débute par la « dictée » d'une phrase et de 10 mots. Les participants bénéficient de 3 mn environ pour mémoriser cette phrase et les mots.

Ensuite, l'animatrice propose des jeux (mots coupés, anagrammes, cubix, expressions ou proverbes à retrouver à partir d'une partie, slam) pendant 45 mn, puis vient le moment de la restitution orale collective de la phrase et la restitution écrite des mots. A chacun sa méthode pour retenir !

En fin de séance, nous retrouvons le jeu de notre enfance : « le Petit Bac ».

Chacun travaille à son rythme, tout se passe dans la bonne humeur et l'entraide et sans esprit de compétition. Le succès de cet atelier nous a contraints à dédoubler le groupe pour maintenir la convivialité qui est une des valeurs chères aux bénévoles de notre association.

Entretenir sa mémoire tout en prenant du plaisir, rien de plus facile avec l'atelier de l'AVF Rodez agglomération !

