

MODALITÉS D'ADMISSION

Le patient doit avoir bénéficié d'un examen neurologique (ou gériatrique) et d'un bilan neuropsychologique.

Il suffit ensuite de prendre contact avec nous par mail ou téléphone.

Aucune prescription médicale n'est nécessaire.

HORAIRES D'OUVERTURE

L'atelier a lieu le mardi de 14h à 16h dans les locaux de la résidence du Château à Dieppe.

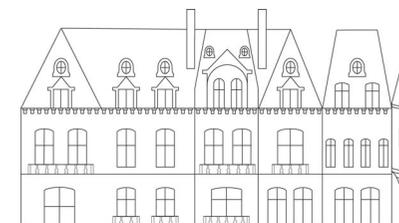
Renseignements :

Résidence du Château,
Avenue des canadiens - 76200, Dieppe
Hélène Détain, psychologue 

02.32.14.78.30 
06.86.23.33.16

hdetain@ch-dieppe.fr @

C. Bonnamy - CC 03/25-048



BOUGEZ VOS NEURONES



Dépliant à destination des professionnels

QUI NOUS ADRESSER ?

Cet atelier s'adresse aux personnes souffrant de troubles neurocognitifs **débutants** liés à une maladie neuro-évolutive ; maladie d'Alzheimer ou maladie apparentée.



POURQUOI ET COMMENT ?

L'idée est d'associer les bienfaits de la stimulation cognitive à ceux de l'activité physique.

L'activité physique a des effets bénéfiques sur le cerveau et notamment au niveau vasculaire⁽¹⁾ et en lien avec la neuroplasticité⁽²⁾.

Elle améliore aussi les capacités à effectuer les activités quotidiennes, ce qui est primordial pour la qualité de vie et l'autonomie.

^[1] Davenport, M. H., Hogan, D. B., Eskes, G. A., Longman, R. S., & Poulin, M. J. (2012). Cerebrovascular reserve: the link between fitness and cognitive function?. *Exercise and sport sciences reviews*, 40(3), 153–158.

^[2] Erickson, K. I., Weinstein, A. M., & Lopez, O. L. (2012). Physical activity, brain plasticity, and Alzheimer's disease. *Archives of medical research*, 43(8), 615–621

POURQUOI ET COMMENT ?

Les ateliers sont encadrés par une psychologue, une assistante de soins en gérontologie et un professeur d'activité physique adaptée.

Nous utilisons notamment le logiciel PRESCO développé par HappyNeuron pour la mobilisation cognitive et l'activité physique adaptée aura lieu en salle ou à l'extérieur.

L'accès au logiciel de stimulation cognitive est possible à domicile entre les séances.

On propose une séance par semaine pendant trois mois par groupe de 6 personnes et par périodes renouvelables.