

Programme de « fitness cognitif »

Plus on vit longtemps, et plus la population tend à souffrir de déclin cognitif lié à l'âge ou à des maladies neurodégénératives. Les jeux sérieux (« serious games ») sont d'une grande utilité pour la stimulation cognitive des personnes âgées.

Texte : **Sara Levati**, responsable de projet

Un jeu sérieux est une activité combinant un aspect ludique et une intention sérieuse (apprentissage, entraînement d'une compétence, etc.). Dans le cadre du projet SIGMA, la SUPSI a mis au point une application pour tablettes ayant pour nom « beSerious ». Six jeux visant à entraîner différentes fonctions cognitives en font partie.

En voici trois exemples :

- Le jeu « Devinez la séquence » stimule la mémoire immédiate.
- Le « Labyrinthe » développe les fonctions exécutives.
- Le « Jeu de la taupe » entraîne la concentration.

En outre, la SUPSI a conçu une plateforme permettant aux professionnels de la santé, comme le personnel soignant intervenant à domicile, de tester les capacités cognitives des patient·e·s.

Le programme de « fitness cognitif » proposé entend aider le groupe des personnes âgées à surmonter son appréhension de la technologie. Pour garantir la qualité du produit, une approche participative a été adoptée dans la phase initiale. Le projet a ainsi bénéficié



Des jeux pris très au sérieux: l'auteure parmi des participant·e·s au projet.

Photos : SUPSI

à la fois du savoir-faire d'expert·e·s de différentes disciplines et des retours d'information ou conseils pratiques des personnes ayant participé aux interviews, ateliers et tests d'utilisabilité.

Notre projet vous intéresse? Il vous suffit de scanner le code QR pour obtenir des compléments d'information. Et ne l'oubliez pas: un cerveau actif aide à mieux vieillir. ■



Pour en savoir plus :

Lien vers le programme de « fitness cognitif ».



Sara Levati

Enseignante et chercheuse au Département économie d'entreprise, santé et travail social de la Haute école spécialisée de la Suisse italienne (SUPSI).

✉ sara.levati@supsi.ch

Groupe de projet de la Haute école spécialisée de la Suisse italienne (SUPSI)

Sara Levati et Jessica Demarchi, Département économie d'entreprise, santé et travail social; Massimo Bortolamei, Matteo Metaldi, Masiar Babazadeh et Alessandro Puiatti, Département des technologies innovantes.