Zeitschrift: Générations : aînés
Herausgeber: Société coopérative générations
Band: 36 (2006)
Heft: 10

Rubrik: Consommation

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 04.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Consommation

Faire travailler ses neurones en jouant!

Les consoles de jeux cherchent à s'implanter auprès d'une clientèle âgée par le biais de nouveaux logiciels. *Générations* a testé pour vous cette manière ludique d'entraîner son cerveau.

Alain Germond

La Nintendo pour adulte, une manière amusante de rafraîchir ses connaissances.

Les détracteurs de ces engins risquent d'être surpris. Il ne s'agit pas de faire évoluer un personnage dans un monde hostile ou de massacrer des ennemis virtuels. Non, le fabricant japonais de jeux vidéo qui a mis au point les logiciels vise carrément à réduire le développement des maladies cérébrales chez les aînés. L'argument a été porteur car au Japon, il y a eu un engouement des retraités. En Suisse, le phénomène est encore marginal!

La nouvelle console, plus particulièrement destinée aux seniors, est un bel objet au design soigné, en noir ou blanc, et se manipule avec un stylet. Deux écrans se font face, l'un contenant les questions et l'autre, tactile, pour y inscrire les réponses. Même après la lecture attentive du mode d'emploi, les premiers tâtonnements sont un peu décourageants et le néophyte passe généralement pour un être décérébré ayant besoin d'exercice. Allons-y!

Rafraîchir ses connaissances

Dans le «Programme d'entraînement cérébral», le Dr Kawashima guide l'utilisateur tout en donnant quelques explications sur le fonctionnement du cerveau. Il est bienveillant et les réussites sont saluées par un compliment flatteur: «Votre cerveau est indéniablement en train de rajeunir!» Les exercices comportent beaucoup de calcul mental (ciel mon livret!), de la lecture rapide (un microphone est inclus dans l'appareil), divers jeux de mémoire et quelques exercices assez diaboliques. Des tests d'évaluation permettent de déterminer l'âge cérébral. Les maladresses de la première utilisation sont vite comblées et l'entraînement contribue à rajeunir le joueur assez vite! Des grilles de sudoku sont également proposées par ce logiciel.

L'environnement du deuxième logiciel testé, la «Cérébrale Académie», est plus scolaire et le professeur Neurone propose de rafraîchir et désengourdir votre matière grise. Les exercices, avec des niveaux de difficulté à choix, sont répartis en cinq catégories: logique, mémoire, analyse, maths et formes. Les résultats sont sanctionnés de médailles (bronze, argent, or). Il s'agit d'être appliqué car les «exercices sont adaptés aux gens qui veulent étudier sérieusement»! L'écolier qui sommeille en nous se réveille et c'est avec une certaine appréhension qu'il se lance dans le test d'évaluation après avoir reçu l'avertissement du professeur: «J'espère que vous vous montrerez digne de cette école!» La note est donnée en grammes, soit la masse du cerveau du candidat.

L'utilisateur se prend vite au jeu et avec ce passe-temps ludique, les heures filent à toute allure. Si elle peut effectivement être bénéfique pour le cerveau, cette gymnastique cérébrale ne guérira pas une personne malade. De nombreux neuropsychologues spécialisés dans les diagnostics de démence trouvent le concept intéressant, tout en émettant quelques réserves. «Si les patients sont habitués à des jeux ressemblant beaucoup à nos épreuves d'évaluation, il faudra que nous adaptions notre pratique pour faire les bilans neuropsychologiques», dit l'un d'eux.

Ariane Geiser

Informations pratiques

- Console Nintendo DS Lite: Fr. 239.– (prix conseillé).
- Logiciels «Programme d'entraînement cérébral» et «BigBrain Academy» (Cérébrale Académie en français), dès Fr. 48.–

Ces produits sont disponibles auprès des commerces spécialisés ainsi que dans les départements multimédias des grandes surfaces.