Zeitschrift: Générations : aînés
Herausgeber: Société coopérative générations
Band: 36 (2006)
Heft: 12

Artikel: Dés, échecs et Cie : bon pour le moral et la mémoire
Autor: Probst, Jean-Robert
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-826311

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: 12.07.2025

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

BAB

Dés, échecs et Cie

Bon pour le moral et la mémoire

Depuis l'avènement des ordinateurs et des consoles vidéo, les jeux que l'on pratiquait jadis en famille ont tendance à disparaître. Pourtant, ces activités ludiques ont un double avantage. Elles sont excellentes pour la mémoire et assurent une cohésion sociale entre les générations. Petit tour d'horizon.

En compulsant les catalogues de jouets qui atterrissent dans nos boîtes aux lettres plusieurs semaines avant Noël, on constate que les traditionnelles boîtes de jeux n'intéressent guère les consommateurs. Noyées entre les poupées Barbie, le nécessaire de la parfaite petite ménagère et les jeux vidéo, elles attendent une hypothétique résurrection. Ou, plus probablement, une mise au rancart définitive.

Directeur du Musée du Jeu à La Tour-de-Peilz, Ulrich Schaedler est bien placé pour constater un net désintérêt pour les jeux traditionnels, qu'ils se pratiquent à l'intérieur, dans les préaux d'école ou dans la rue. «Nous avons aujourd'hui un problème de transmission des jeux classiques. Il y a une cassure, car de moins en moins de parents prennent la responsabilité de s'occuper de leurs enfants. Par manque de temps souvent, ils ne lisent plus, ne chantent plus, ne jouent plus avec leur progéniture.»

Les jeux électroniques ont-ils pris le relais des jeux traditionnels? Vont-ils condamner à plus ou moins long terme les jeux de cartes ou de dés? «Il est faux de penser que les jeux vidéo sont responsables de la disparition des jeux traditionnels. Les enfants y jouent à une certaine époque de leur vie, notamment à l'adolescence. Ce n'est pas l'électronique qui pénalise les cartes ou les dés, mais le fait qu'il manque un maillon dans le processus de transmission entre les générations.»

Si les parents ne peuvent assumer leur rôle, souvent par manque de temps, ce sont les grands-parents qui pourraient prendre le relais. Au sein des familles actuelles, ils ont plus de temps, plus d'expérience, plus de patience aussi, pour enseigner l'apprentissage des jeux simples à leurs petits-enfants. «Les personnes âgées d'aujourd'hui représentent de véritables trésors. Elles connaissent quantité de jeux de famille que l'on a tendance à oublier. En ce sens, elles ont un rôle important à jouer dans notre société.»

Origines indiennes

Curieusement, en ce début de troisième millénaire, le jeu n'a pas très bonne réputation au sein de la population. «Il est lié à l'image du plaisir, explique Ulrich Schaedler. A une époque où l'activité professionnelle prend de plus en plus de place, les gens culpabilisent. On joue uniquement lorsque

le travail est accompli. On a assimilé le passe-temps à une perte de temps. Dans une société où les valeurs sont la performance, l'efficacité et la gestion du temps, les adultes jouent de plus en plus rarement. Pourtant, le jeu est une activité typiquement humaine, une expression de la créativité. En réalité, l'homme ne peut pas vivre sans jeu...»

Le jeu a eu un rôle social important dans toute société, depuis la nuit des temps. «Il s'agit d'un acte de communion en toute liberté, entre les personnes de toutes les générations. Le jeu donne l'inspiration à l'imagination, à la créativité et à la fantaisie. C'est pourquoi il est si important de partager le plaisir de jouer.»

Les jeux ont formé le ciment des civilisations. Les hommes des cavernes jouaient déjà avec des osselets. Ces jeux ont traversé les âges et les continents. C'est ainsi qu'un célèbre jeu, dans lequel on utilise un os ou une pierre se pratique de nos jours encore au fin fond de la Turquie, mais aussi au Tessin et dans les vallées alpines.

Plusieurs jeux de table proviennent des Indes, d'où ils ont été importés par des colons anglais avant d'essaimer à travers l'Europe. «C'est le cas du célèbre *parchisi*, ou *Hâte-toi lentement*, auquel tout le monde a joué une fois au moins au cours de son enfance. C'est le cas aussi du jeu des échelles, qui fait partie de notre culture ludique.»

Philippe Dutoit

Ulrich Schaedler, directeur du Musée suisse du jeu à La Tour-de-Peilz.

Les dés et les cartes

Parmi les jeux les plus répandus sur la surface de la terre, on trouve bien évidemment les cartes. Qu'elles changent de couleurs ou de figurines, les cartes font partie de la mémoire collective humaine. Mieux: elles bénéficient d'un pouvoir mystérieux. Elles ont toutes leur signification propre, même si les règles varient d'un pays à l'autre. «En Suisse, tout le monde connaît le jeu du jass, en Allemagne c'est le skat et en France la belote.»

D'autres formes de jeu se retrouvent sur les tables familiales ou celles des cafés. Les jeux de dames, le charret, les dominos et les échecs font même l'objet de concours au plan régional ou planétaire.

L'industrie des jeux s'est sensiblement développée depuis une centaine d'années, à travers le monde. Inventé par un chômeur anglais dans les années 1930, le Monopoly est présent dans chaque foyer. «C'est certainement le jeu le plus vendu au monde, mais pas le plus joué, car les parties durent trop longtemps...» Le célèbre scrabble, imaginé par l'architecte américain Alfred Buts, se joue dans pratiquement toutes les langues. On vient même d'en faire une traduction en lakota, le langage des Indiens Crow, Sioux et Dakota d'Amérique du Nord.

Les jeux modernes font de plus en plus appel à l'imagination et à la créativité. Dans les années 1980 sont apparus sur le marché le *Visionary*, le *Pictionary* et le *Trivial Poursuit*, qui ont immédiatement connu des succès considérables, relançant par la même occasion les soirées ludiques au sein des familles et parmi des cercles d'amis. «Le succès de ces jeux vient de ce qu'ils n'exigent pas une connaissance particulière. La grande variété des questions fait que n'importe quelle personne un peu au courant de l'actualité musicale et cinématographique peut gagner. Ces jeux démocratiques ne s'adressent plus seulement à des professeurs...»

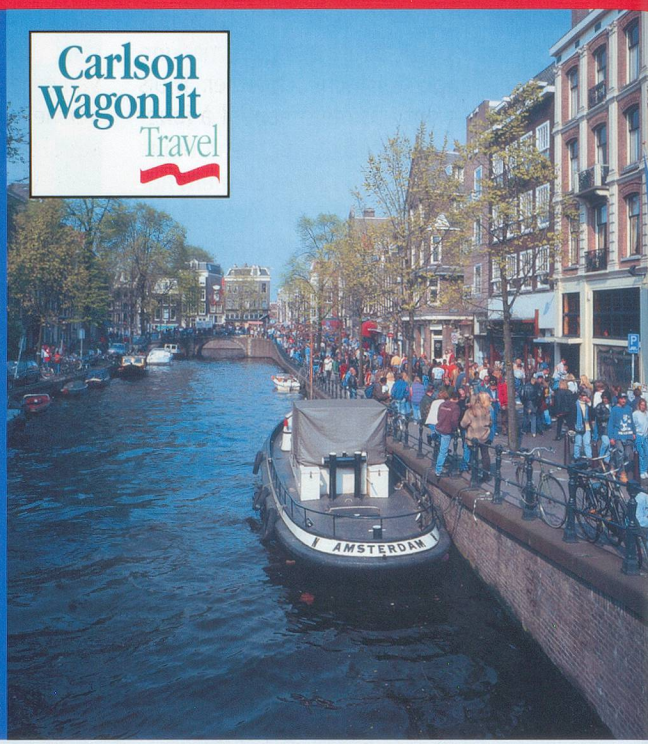
En conclusion, si les jeux ont un rôle social important dans notre société, ils sont également très utiles pour maintenir la motricité

>>>

Echec à Alzheimer

Une étude américaine a démontré que les personnes qui ont joué régulièrement, tout au long de leur vie, à des jeux faisant appel au sens de la déduction, à l'intelligence et à une certaine logique, comme le bridge, les échecs ou les jeux complexes, sont beaucoup moins sujettes à la maladie d'Alzheimer. Reprenant les bases de cette étude, le professeur autrichien Ernst Strouhal a été mandaté par l'administration de la santé de la ville de Vienne pour mener une enquête approfondie auprès des joueurs d'échecs de toute l'Europe. L'étude préliminaire, menée dans de nombreux clubs, a confirmé les résultats américains. Sur les milliers de joueurs d'échecs, un seul aurait été victime de la terrible maladie. Ainsi, les personnes qui ont l'habitude de solliciter leur cerveau de manière régulière renforceraient leur immunité aux maladies dégénérescentes. On le savait: le cerveau est un muscle qui ne s'use que si l'on ne s'en sert pas!

La vallée du Rhin romantique et la Hollande
A bord du *MS Boticelli*



6 jours, du 27 avril au 2 mai 2007

Découvrez le charme de la vallée du Rhin romantique et le célèbre rocher de la Lorelei, les villes de Strasbourg, Rüdesheim, Cologne, Amsterdam et le parc floral du Keukenhof au cours d'une croisière de rêve.

PROGRAMME

VENDREDI 27 AVRIL

Transfert en car de Suisse romande à Strasbourg. Arrêt pour le repas de midi. Embarquement et installation dans les cabines. Présentation à l'équipage et cocktail de bienvenue. Dîner à bord. Flânerie nocturne en bateau-mouche à travers le Vieux Strasbourg (facultatif).

SAMEDI 28 AVRIL

Navigation vers Rüdesheim par Spire, Ludwigshafen, Mannheim, Worms et Mayence. Déjeuner à bord. Arrivée à Rüdesheim. Débarquement. Temps libre ou excursion facultative au musée de la musique. Dîner à bord. Soirée libre dans la célèbre Drosselgasse.

DIMANCHE 29 AVRIL

Croisière sur la plus belle partie du Rhin romantique, avec ses châteaux, ses vignobles et le célèbre rocher de la Lorelei. Déjeuner à bord. Navigation par Coblence et Bonn jusqu'à Cologne. Découverte de la ville et continuation jusqu'à Düsseldorf. Soirée de gala. Escale de nuit.

LUNDI 30 AVRIL

Navigation vers Utrecht et Amsterdam. Arrivée dans la soirée. Pension complète à bord. Soirée libre ou visite facultative d'Amsterdam en bateau-mouche. Escale de nuit.

MARDI 1ER MAI

Visite facultative d'Amsterdam, de ses diamantaires et du cœur historique de la ville. Retour à bord pour le déjeuner. Visite facultative du parc floral du Keukenhof. Retour à bord pour le dîner. Soirée libre ou visite facultative au Quartier Rouge. Escale de nuit.

MERCREDI 2 MAI

Débarquement après le petit-déjeuner. Transfert en car à l'aéroport. Départ du vol de ligne à destination de Genève. Fin de nos services.

BULLETIN D'INSCRIPTION

Je m'inscris/Nous nous inscrivons

Pour la croisière sur le Rhin romantique et la Hollande, du 27 avril au 2 mai 2007

❑ Cabine double ❑ Cabine individuelle ❑ pont supérieur

Nom _____ Prénom _____

Nom _____ Prénom _____

Rue _____ NP/Localité _____

Tél. _____ Signature _____

Etes-vous en possession d'un livret ETI ou similaire ❑ oui ❑ non

Bulletin à retourner à Carlson Wagonlit Travel, Avenue de la Gare 50, 1003 Lausanne. Tél. 021 320 72 35.

Prix par personne: ~~Fr. 1650.–~~
Prix cassé: **Fr. 1450.–**
(Réservation jusqu'au 27 décembre 2006)

(Supplément cabine indiv. Fr. 250.–)
(Supplément pont supérieur Fr. 100.–)

Animation avec Folio

Inclus dans le prix: transfert en car de Suisse romande à Strasbourg, transfert en car à l'aéroport et vol Amsterdam-Genève, croisière en pension complète, logement en cabine double climatisée avec douche et w.-c., animation avec Folio, assistance de notre hôtesse à bord, cocktail de bienvenue, soirée de gala, taxes portuaires et taxes d'aéroport. (Non compris: les boissons, les assurances, les excursions facultatives, les dépenses personnelles.)

>>>

intellectuelle. «Les personnes âgées ont tout avantage à pratiquer un jeu de manière régulière, rappelle Ulrich Schaedler. Mais j'insiste: elles ont un rôle essentiel à jouer dans la transmission de la culture ludique auprès des enfants.»

La notion de plaisir

Les jeux au secours d'une mémoire défaillante. Ce n'est pas une plaisanterie, mais une réalité qui se confirme au quotidien chez les personnes âgées. Animatrice de jeux de mémoire pour les seniors, Jacqueline Rastorfer a une manière très particulière de motiver les participants à ses cours. «L'univers des jeux est tellement vaste que je n'ai pas de difficulté à varier les séances, en alternant les devinettes, les recherches de mots ou les charades.» Plutôt que d'utiliser des jeux que l'on trouve dans le commerce, elle choisit de faire travailler les neurones de ses «élèves» à travers les mots croisés ou, plus récemment, le sudoku.

«Il y a une raison très simple à cela, je tiens à promouvoir l'humour plutôt que l'esprit de compétition. Et j'ai constaté que les mots croisés entretiennent une meilleure vivacité de l'esprit.» Les personnes qui suivent les cours de Jacqueline Rastorfer apprécient notamment la notion de plaisir que leur procure cette méthode, parfaitement adaptée à leur condition et à leur âge. «En fait, je les encourage à trouver elles-mêmes le jeu qui leur apportera le plus de plaisir, qu'il s'agisse des cartes, des jeux de dés ou de n'importe quoi d'autre. L'important est qu'elles conservent leur estime.»

BAB

Le scrabble, bon pour la tête, mais gare aux mauvais joueurs!

Jeux interdits

Lorsque nous étions enfants, nous nous retrouvions régulièrement sur le terrain de football du quartier pour des parties interminables. Or, en passant devant ce terrain de jeu privilégié il y a quelques jours, j'ai constaté qu'on en avait condamné l'entrée par de hauts grillages et une porte cadenassée à double tour. De plus en plus de terrains de jeux sont d'accès interdits. «On empêche les enfants de jouer librement, constate Ulrich Schaedler. Ils disposent de moins en moins d'espace. On attribue plus de places aux voitures. Ma génération jouait sur les chantiers. C'était une aventure formidable. Actuellement, les chantiers sont strictement protégés. Pour jouer aux billes, il faut un sol de terre battue. Où en trouve-t-on encore aujourd'hui? Chaque espace est bétonné.»
Certaines villes, conscientes du manque d'espace dévolu aux jeux, effectuent des études pour relancer les lieux ludiques. Ainsi, à Genève, une commission consultative a été formée pour réfléchir à la problématique du jeu dans la vie urbaine.

Cette spécialiste de la mémoire se déplace dans les résidences, les EMS et donne parfois des cours dans le cadre des activités du Mouvement des aînés (MDA). En fin de séance, elle propose un exercice tout simple, qui permet d'entretenir la mémoire à coup sûr. Elle demande aux participants d'inscrire sur un bout de papier les courses à effectuer au supermarché. Puis de tenter de les mémoriser et d'effectuer les achats sans consulter la liste. Arrivés à la caisse, ils peuvent lire leur billet pour tester leur mémoire. «S'ils réussissent un zéro faute, ils s'octroient une friandise en guise de récompense.» Il paraît que ça fonctionne à tous les coups.

Jean-Robert Probst

>>> **Adresses utiles:** Musée suisse du jeu, Le Port, 1814 La Tour-de-Peilz. Ouvert de 14 h à 17 h. Fermé lundi. Jacqueline Rastorfer, animatrice de jeux de mémoire, tél. 021 646 04 52.
>>> **A lire:** *Jeux d'Intérieur et de Plein Air*, de Martine Basset-Clidière, Editions Marabout.