

Un Vélo-Cognitif® pour retarder les effets du vieillissement

Brive mag' - 21 Janvier 2020

Par Marie Christine Malsoute - Photos par Diarmid Courreges

La résidence du Chapeau rouge a présenté hier le vélo cognitif dont elle vient de s'équiper. Il s'agit d'un vélo d'appartement doté d'une assise avec dossier et d'une tablette tactile. « Il offre un double intérêt, il permet aux seniors de travailler le physique en pédalant en douceur et en même temps de stimuler l'intellect via des jeux sur la tablette », explique Olivier Bourg directeur du Chapeau rouge.

Ce vélo inventé par l'entreprise limougeaude Rev'lim, est entrain de conquérir les résidences seniors de Nouvelle-Aquitaine. "Rev pour retarder les effets du vieillissement", explique Nicolas Troubat, son concepteur docteur en sciences à Limoges, venu lui-même faire la présentation. "Les jeux de stimulation sur la tablette ont été conçus avec des neurologues et permettent de faire travailler différentes zones du cerveau."



Le vélo propose une quarantaine de jeux développés par l'entreprise lyonnaise Happyneuron. Ils sont à base de logique, d'images, de mots... et stimulent la mémoire cognitive, auditive, l'attention, la planification, la vitesse d'exécution, l'endurance... Mais son fonctionnement reste simple. Niveaux de pédalage et de réflexion sont évidemment adaptables aux besoins de chaque personne. Une animatrice de la résidence a d'ailleurs été spécialement formée au fonctionnement du vélo.

Hier, les seniors étaient invités à venir découvrir ce nouveau vélo installé le temps de la démonstration dans la salle de restauration du Chapeau rouge. Une première résidente l'a testé. Quelques réglages pour rendre confortable l'assise, de rapides explications et la voilà qui s'amuse à toucher l'image sur l'écran tactile. Très vite, elle se prend au jeu, jusqu'à accélérer son pédalage sans s'en apercevoir. Un travail en double tâche qui sollicite la tête et les jambes.

"Ce vélo nous permet de proposer une activité supplémentaire aux résidents du Chapeau rouge. Il sera aussi mis à disposition des autres seniors. Nous avons pour cela spécialement aménagé une salle qui accueille également d'autres activités, belote et jeux de société.

Infos au 05.55.23.68.39.