

GYM CERVEAU

Depuis quelques années déjà, la Commission Scolaire René Lévesque offre à sa clientèle de 50 ans et plus divers cours tels informatique, conversation anglaise et plus récemment Gym Cerveau.

Vous vous demandez ce qu'est-ce que le Gym Cerveau?

Ce sont des cours où les gens se retrouvent pour passer un bon moment, socialiser, avoir du plaisir et stimuler leur matière grise. Par des jeux et des exercices variés, les participants stimulent leur mémoire, leur concentration et leur vivacité d'esprit par la même occasion, ils préviennent le vieillissement prématuré du cerveau.

Les cours ont lieu dans les locaux des différentes municipalités et salles des 50 ans et plus.

Sur la Photo, des élèves du groupe de Gym Cerveau de Caplan tentent de se rappeler les divers objets observés sur le tableau auparavant.

Source : Véronic Arsenault

