

Belfort

Un escape game autour de la santé à l'intention des seniors

L'Est Républicain - 07 juin 2024 à 12:30 - Temps de lecture : 1 min



Les aînés ont du répondre à des questions sur la nutrition, le sommeil, les activités physiques...

Parmi les objectifs de la maison de quartier des Glacis du Château, un projet de développement d'ateliers bien-être et santé pour lutter contre l'exclusion des seniors isolés est en cours avec l'Office pour les aînés de Belfort et du Territoire (Opabt).

Il a même déjà débuté lundi 3 juin avec un escape game seniors, sous la houlette des ateliers Bons Jours animés par sa référente Camille Martin-Bataille. Un jeu d'énigmes autour de la santé et du bien-être qui a suscité un bel engouement autour des deux tables qui ont réuni six participants âgés de 60 ans ou plus.

Moment de partage

« Ce jeu se nomme "Les aventures de Babeth et Marco". Une série d'énigmes à résoudre pour que Babeth retrouve son passeport pour partir en voyage. Il est enfermé dans un sac à dos fermé avec quatre cadenas : le but pour les joueurs est de retrouver les codes en répondant à des questions précises sur la nutrition, le sommeil, les activités physiques... Mais aussi de passer un moment convivial, se rencontrer, partager et découvrir les ateliers Bons Jours qui seront renouvelés à la maison de quartier », explique l'animatrice, qui vient en aide aux aînés parfois perdus dans le dédale des questions.

Le jeu sera proposé jeudi 13 juin à Rougemont-le-Château, au foyer rural à 14 h. Gratuit sur inscriptions au 03 84 54 26 70.
