

Língua Estrangeira: FRANCÊS



Logiciel. Un programme stimule l'activité cérébrale des 50-80 ans grâce à des exercices de logique.

Quelques clics pour booster la mémoire des plus vieux

Les doigts un peu crispés sur la souris, Andrée, 74 ans, clique sur une boule violette qui se balade sur l'écran. *"c'est pas évident, mais en se concentrant, on voit qu'on améliore nettement ses performances."* Depuis près d'une demi-heure, elle enchaîne, sans broncher et avec de plus en plus d'aisance, des séries d'exercices sur le PC: reconnaître – par clic – la forme et la couleur de figures géométriques projetées quelques secondes plus tôt; mémoriser – par clic toujours – une liste d'objets ou de chiffres... Verdict? *"Je sens que je pourrai bien m'amuser avec ça. Il faut s'entraîner pour progresser, bien ouvrir ses yeux et ses oreilles."* Bon début pour quelqu'un qui avait jusque – là refusé d'approcher tout ce qui ressemble à un ordinateur, ne se sentant *"plus capable"*.

Mémoire. Mindfit, le logiciel qu'elle vient de tester, n'est ni une initiation à l'informatique, ni un simple jeu, mais un programme d'entraînement personnalisé des fonctions cognitives destiné aux 50-80 ans. Un *"véritable coach virtuel de la matière grise"* traduit la documentation. Commercialisé depuis fin 2004 en Israël et en Espagne, depuis début avril en France, il a été mis au point par un professeur de psychologie israélien, Shlomo Breznitz. Sachant que le cerveau s'use plus vite si l'on ne s'en sert pas et vice versa, l'idée est de stimuler les fonctions cognitives les plus sensibles au vieillissement. À savoir la mémoire (dont il existe plusieurs types), mais aussi le temps de réaction, la perception visuelle et spatiale, le partage de l'attention, etc. Objectif avoué: ralentir le déclin cérébral, donc préserver l'autonomie.

Dans un premier temps, le logiciel évalue les capacités cognitives de l'utilisateur, quatorze items sont testés. Une étape qui au passage permet aux néophytes en informatique d'approprier la souris et la navigation sur écran. Vient ensuite l'entraînement proprement dit: au total, trois cycles de 24 séances d'une vingtaine de minutes chacune sont prévus, à répartir sur 8 à 24 mois. Rendra-t-il les utilisateurs suffisamment accros pour qu'ils aillent au bout de la cure? Et quels seront alors les réels effets, notamment en terme de bien-être et d'autonomie? À la navigation, le logiciel dégage en tout cas une impression de sérieux, tout en restant ludique. L'interface est conviviale; les instructions sont claires, écrites et en plus lues par une voix off pour une meilleure compréhension. Surtout, le programme est progressif et s'adapte en temps réel selon les performances, évitant ainsi la mise en situation d'échec, cause importante de stress. *"C'est au niveau de la capacité de concentration et de la mémoire que les bénéfices sont généralement le mieux et le plus rapidement ressentis"*, précise Laurent Lamy, auteur de la version française et distributeur du logiciel. Pour le long terme, les données scientifiques manquent encore. Mais une étude clinique en cours en Israël, incluant 250 personnes, devrait permettre d'en savoir plus dans le courant de l'année.

Alzheimer. Parallèlement, les concepteurs développent une nouvelle version, pour les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer à un stade précoce. Elle devrait être disponible d'ici à fin 2006. Sur le même principe, mais plus destinés aux adultes qu'aux seniors, une société française commercialise plusieurs logiciels sur CDROM (dont le ludique et instructif *"Entraînez votre concentration"*). Happyneuron propose aussi des programmes d'entraînement en ligne, sur abonnement.

Quelques exercices sont en accès gratuit, pour le teasing.

RESPONDA AS QUESTÕES 1 E 2 **EM PORTUGUÊS**. RESPOSTAS EM FRANCÊS NÃO SERÃO ACEITAS.

PRIMEIRA QUESTÃO

Expliquez le titre du texte: “**Quelques clics pour booster la mémoire des plus vieux.**”

SEGUNDA QUESTÃO

Selon le texte, que veut dire “**Mindfit**” et à quoi sert-il?

RESPONDA AS QUESTÕES 3 E 4 **EM FRANCÊS**. RESPOSTAS EM PORTUGUÊS NÃO SERÃO ACEITAS.

TERCEIRA QUESTÃO

Quels sont les objectifs du logiciel “Mindfit” présentés dans le texte?

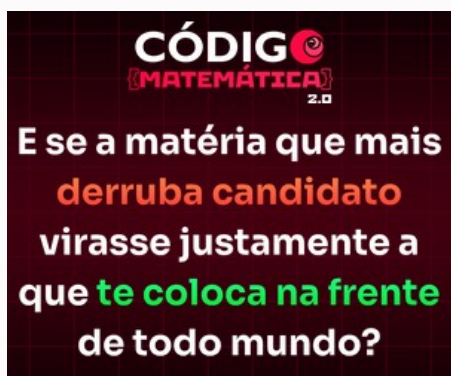
QUARTA QUESTÃO

D'après le texte, quelles sont les fonctions cognitives du logiciel “Mindfit” qui permettront d'améliorer le fonctionnement du cerveau chez les plus âgés?

Cursos que Indicamos

Conheça os cursos e dê o próximo passo na sua preparação.

Clique na imagem ou no botão para acessar.



Código Matemática 2.0

Conhecer o curso



Curso Preparatório ENEM

Conhecer o curso



Curso Preparatório Redação ENEM

Conhecer o curso

