



Apportons les vertus
du Jeu d'Échecs
à toutes et tous !

COMMISSION



Santé
Social
Handicap
RSE



La pratique adaptée des échecs tout au long de sa vie

Visioconférence · 5 octobre 2026

Intervenants

Julie Platiau · **Intro**

Psychologue, fondatrice de JuaCare

Renato Walkowiak

Fondateur de Ping4Alzheimer, spécialiste du sport-santé

Laurent Nouhaud

Fédération française des échecs



L'impact de la maladie d'Alzheimer au quotidien

Les symptômes psychologiques et comportementaux

- La déambulation
- L'agitation
- L'anxiété...



Entendre le besoin derrière un comportement

Bouger

Être utile

Être en lien

Être rassuré

Ne pas s'ennuyer

Les recommandations actuelles sur la prise en charge de la maladie d'Alzheimer

Agir le plus tôt possible avec les approches non médicamenteuses



Stimulation
cognitive



Activité physique
adaptée



Musicothérapie



Arts plastiques



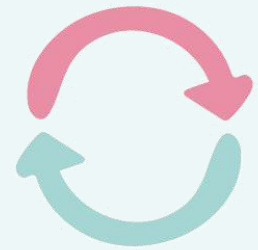
Hortithérapie



Soins de confort

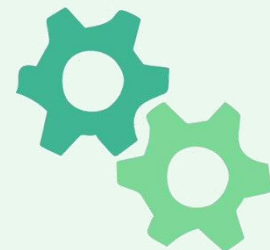
Préserver les capacités restantes et la qualité de vie, en maintenant des moments agréables.

Les objectifs



Le plaisir

C'est le moteur : on se mobilise pour ce qu'on aime, pas pour un exercice imposé.



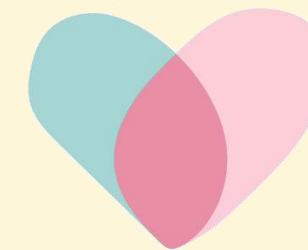
Se sentir capable

Organiser une vraie réussite, à sa mesure : ni trop facile, ni trop dur.



Le lien

Être face à quelqu'un, partager un moment, appartenir à un club.



Les bienfaits

Pour la personne et pour l'aidant, notamment du répit.

Les Echecs, une activité complète du cerveau



- Attention
- Mémoire de travail
- Fonctions exécutives
- Repérage spatial
- Langage
- Interactions sociales
- Réminiscence

Une activité agile et adaptable

- Pour le pratiquant
- Pour le club
- Pour la famille

L'inclusion, le plaisir et la dignité.



Points de vigilance



- La posture
- Le verbal
- Le non-verbal



- Les objectifs
- La durée
- Les supports

Prenez du plaisir !

MERCI



Julie Platiau

julie@juacare.fr



Renato Walkowiak

Ping4Alzheimer@gmail.com

