

## **Activité : construction d'un arbre généalogique ou d'un album photos.**

### **Matériel :**

- Arbre pré-fait sur feuille A3 (plusieurs modèles sont mis à disposition).
- Stylo quatre couleurs, feutres, ciseaux, colle, taille crayon, crayon de bois (x2), crayons de couleurs, gomme, feuilles A3 vierges.
- Album photos à fournir par la famille.
- Un exemple d'un arbre généalogique achevé.

### **Description de l'activité :**

- Inviter la personne à s'asseoir autour d'une table.
- Lui proposer les différents modèles pré-faits, la laisser choisir celui qu'elle désire, voir avec elle les personnes qu'elle souhaite voir apparaître sur l'arbre. Vous pouvez noter les prénoms et les dates de naissance lors de cette séance.
- Lors d'une prochaine séance, ramener plusieurs photos des personnes concernées et les rajouter à l'arbre en laissant le choix des photos à la personne.

Remarque : il est important de laisser la personne faire autant qu'elle le peut et ne pas faire à sa place. Si l'activité n'est pas terminée, ce n'est pas grave, vous pourrez la reprendre à un autre moment.

<b>Lieu</b>	<b>Durée</b>	<b>Objectif</b>
Endroit calme et apaisant	30 minutes maximum (déplacements compris)	Restauration de l'identité et apaisement, aider à la prise de repères dans l'environnement familial.

<b>A faire</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Respecter.</li><li>- Entendre les émotions.</li><li>- Susciter.</li><li>- Faire parler.</li></ul>

<b>A ne pas faire</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Imposer les animations</li><li>- Mettre en échec la personne</li></ul>

## Activité : cuisine.

### Matériel :

- Livre de recettes.
- Tabliers, fiche hygiène.
- Les ustensiles et les ingrédients seront fournis par les cuisines pour des questions de protocole alimentaire (sur réservation et avec une participation financière de la part de la famille).

### Description de l'activité :

- Inviter la personne à s'asseoir autour d'une table.
- Lui proposer de choisir une recette qui la tente parmi les différentes recettes proposées.
- Lui proposer de s'habiller avec un tablier pour l'activité et de lire la recette en énumérant les ingrédients ainsi que les ustensiles utilisés.
- Réalisation de l'activité : suivre la recette choisie.

Remarque : il est important de laisser la personne faire autant qu'elle le peut et ne pas faire à sa place. Si l'activité n'est pas terminée, ce n'est pas grave, vous pourrez la reprendre à un autre moment.

Lieu	Durée	Objectif
Cuisine.	Durée de la préparation de la recette choisie.	Faire une recette que la personne apprécie, réactivation de souvenirs, activation de l'appétit en cas de difficulté lors des repas.

A faire
<ul style="list-style-type: none"><li>- Respecter.</li><li>- Entendre les émotions.</li><li>- Susciter.</li><li>- Faire parler.</li></ul>

A ne pas faire
<ul style="list-style-type: none"><li>- Imposer les animations</li><li>- Mettre en échec la personne</li></ul>

## Activité : création d'un livre de vie.

### Matériel :

- Ciseaux, crayons de couleurs, feutres, colle, stylo quatre couleurs, crayons de bois (x2), gomme, taille crayon.
- Un livre vierge (à fournir par la famille), matériel supplémentaire amené par la famille selon les besoins pour la réalisation.
- Un exemple d'un livre de vie achevé.

### Description de l'activité :

- Inviter la personne à s'asseoir autour d'une table.
- Demander à la personne d'évoquer les principales étapes de sa vie qu'elle désirerait voir apparaître dans ce livre.
- Choisir avec elle des photos, des lettres, des diplômes,... qu'elle souhaiterait y mettre.
- Réalisation de l'activité.

Remarque : il est important de laisser la personne faire autant qu'elle le peut et ne pas faire à sa place. Si l'activité n'est pas terminée, ce n'est pas grave, vous pourrez la reprendre à un autre moment.

Lieu	Durée	Objectif
Endroit calme et apaisant.	30 minutes maximum (déplacements compris).	Réactivation de souvenirs, autonomie.

A faire
<ul style="list-style-type: none"><li>- Respecter.</li><li>- Entendre les émotions.</li><li>- Susciter.</li><li>- Faire parler.</li></ul>

A ne pas faire
<ul style="list-style-type: none"><li>- Imposer les animations</li><li>- Mettre en échec la personne</li></ul>

## Activité : musique.

### Matériel :

- Lecteur CD portable.
- CD de musique de style divers (ambiance, classique, d'époque,...)
- Livre de chansons.

### Description de l'activité :

- Inviter la personne à s'asseoir dans un fauteuil.
- Lui proposer de fermer les yeux et mettre un CD de musique douce (ambiance) pour commencer.
- Lui faire ensuite choisir un morceau qu'elle apprécie.
- Engager une discussion sur les souvenirs se rapportant à cette musique, chanter, danser ....

Remarque : il est important de laisser la personne faire autant qu'elle le peut et ne pas faire à sa place. Si l'activité n'est pas terminée, ce n'est pas grave, vous pourrez la reprendre à un autre moment.

Lieu	Durée	Objectif
Endroit calme et apaisant	30 minutes maximum (déplacements compris)	Réactivation de souvenirs, apaisement.

A faire
<ul style="list-style-type: none"><li>- Respecter.</li><li>- Entendre les émotions.</li><li>- Susciter.</li><li>- Faire parler.</li></ul>

A ne pas faire
<ul style="list-style-type: none"><li>- Imposer les animations</li><li>- Mettre en échec la personne</li></ul>

## Activité : écriture.

### Matériel :

- Un cahier vierge (fourni par la famille, à personnaliser), feuilles vierges, stylo quatre couleurs, crayons de bois (x2), gomme, taille crayon.
- Une liste de thèmes.
- Quelques exemples réalisés par certains résidents.

### Description de l'activité :

- Inviter la personne à s'asseoir autour d'une table.
- Demander à la personne d'évoquer les principales idées qui lui viennent à l'esprit lorsque vous évoquez un thème (choisi au préalable par celle-ci), lui demander d'écrire ceci dans le cahier (si elle ne le souhaite pas, vous pouvez lui demander d'écrire à sa place), ensuite vous pouvez laisser tel quel ou vous pouvez reprendre les écrits lors d'une prochaine séance pour en faire un récit, une poésie, ...

Remarque : il est important de laisser la personne faire autant qu'elle le peut et ne pas faire à sa place. Si l'activité n'est pas terminée, ce n'est pas grave, vous pourrez la reprendre à un autre moment.

Lieu	Durée	Objectif
Endroit calme et apaisant.	30 minutes maximum (déplacements compris).	Réactivation de souvenirs, autonomie, lien social.

A faire
<ul style="list-style-type: none"><li>- Respecter.</li><li>- Entendre les émotions.</li><li>- Susciter.</li><li>- Faire parler.</li></ul>

A ne pas faire
<ul style="list-style-type: none"><li>- Imposer les animations</li><li>- Mettre en échec la personne</li></ul>

## Activité : autour des mots.

### Matériel :

- Journal (à emprunter à la maison de retraite si besoin).
- Livres apportés par la famille ou appartenant à la personne.
- Dictionnaire + cahier de mots fléchés.

### Description de l'activité :

- Inviter la personne à s'asseoir autour d'une table ou confortablement dans un fauteuil.
- Lui proposer de lire un chapitre du livre qu'elle aura choisi ou alors un article de journal l'intéressant.
- Si certains mots ne sont pas compris, il y a possibilité que la personne les recherche dans le dictionnaire mis à disposition.
- Réalisation de l'activité.

Remarque : il est important de laisser la personne faire autant qu'elle le peut et ne pas faire à sa place. Si l'activité n'est pas terminée, ce n'est pas grave, vous pourrez la reprendre à un autre moment.

Lieu	Durée	Objectif
Endroit calme et apaisant.	30 minutes maximum (déplacements compris).	Réactivation de souvenirs, autonomie.

A faire
<ul style="list-style-type: none"><li>- Respecter.</li><li>- Entendre les émotions.</li><li>- Susciter.</li><li>- Faire parler.</li></ul>

A ne pas faire
<ul style="list-style-type: none"><li>- Imposer les animations</li><li>- Mettre en échec la personne</li></ul>

## Activité : massage.

### Matériel :

- Vaporisateur d'ambiance, lait hydratant.
- Trois serviettes de toilette.
- Une fiche technique sur les massages (massage des mains et massage des pieds).

### Description de l'activité :

- Inviter la personne à s'asseoir confortablement dans un fauteuil.
- Lui demander de présenter ses mains ou ses pieds selon ce qu'elle préfère qu'on lui masse en lui expliquant que vous allez passer un moment pour être bien (attention aux douleurs existantes).
- Veiller à se réchauffer les mains avant de commencer à masser.
- Masser 15 minutes puis discuter avec la personne de son ressenti.

Remarque : il est important de laisser la personne faire autant qu'elle le peut et ne pas faire à sa place. Si l'activité n'est pas terminée, ce n'est pas grave, vous pourrez la reprendre à un autre moment.

Lieu	Durée	Objectif
Endroit calme et apaisant.	30 minutes maximum (déplacements compris).	Réactivation de souvenirs (sensations, odeurs), apaisement.

A faire
<ul style="list-style-type: none"><li>- Respecter.</li><li>- Entendre les émotions.</li><li>- Susciter.</li><li>- Faire parler.</li></ul>

A ne pas faire
<ul style="list-style-type: none"><li>- Imposer les animations</li><li>- Mettre en échec la personne</li></ul>

## Activité : jeux de société.

### Matériel :

- Jeux de cartes : jeu de 32 cartes, de 54 cartes.
- Malette multi jeux.
- Dominos.
- Memory 50 ans.

### Description de l'activité :

- Inviter la personne à s'asseoir autour d'une table.
- Lui proposer de faire un jeu avec elle.
- La laisser choisir celui qu'elle désire.
- Réalisation de l'activité.

Remarque : il est important de laisser la personne faire autant qu'elle le peut et ne pas faire à sa place. Si l'activité n'est pas terminée, ce n'est pas grave, vous pourrez la reprendre à un autre moment.

Lieu	Durée	Objectif
Endroit calme et apaisant.	20 minutes maximum (déplacements compris).	Réactivation de souvenirs, autonomie, utilisation de différents outils, concentration.

A faire
<ul style="list-style-type: none"><li>- Respecter.</li><li>- Entendre les émotions.</li><li>- Susciter.</li><li>- Faire parler.</li></ul>

A ne pas faire
<ul style="list-style-type: none"><li>- Imposer les animations</li><li>- Mettre en échec la personne</li></ul>



## **Activité : création d'une boîte à mémoire.**

### **Matériel :**

- Une boîte (décorée ou à décorer) fournie par la famille.
- Ciseaux, stylo quatre couleurs, feutres, crayons de couleurs, crayons de bois (x2), gomme, colle, taille crayon.
- Un exemple d'une boîte à mémoire achevée.

### **Description de l'activité :**

- Inviter la personne à s'asseoir autour d'une table.
- Dans un premier temps, demander à la personne d'évoquer les principaux objets lui appartenant qu'elle désirerait mettre dans cette boîte, les lister.
- Dans un second temps, lors d'une prochaine rencontre, lui ramener les objets listés, la laisser s'exprimer à propos de ceux-ci et les lui faire mettre dans la boîte. Placer la boîte dans un endroit visible pour elle pour qu'elle puisse y accéder facilement et à tout moment.

Remarque : il est important de laisser la personne faire autant qu'elle le peut et ne pas faire à sa place. Si l'activité n'est pas terminée, ce n'est pas grave, vous pourrez la reprendre à un autre moment.

<b>Lieu</b>	<b>Durée</b>	<b>Objectif</b>
Endroit calme et apaisant.	Dans un premier temps, le temps de l'évocation faite par la personne. Dans un second temps, le temps nécessaire à la personne pour placer les objets dans la boîte.	Réactivation de souvenirs, autonomie, apaisement.

#### **A faire**

- Respecter.
- Entendre les émotions.
- Susciter.
- Faire parler.

#### **A ne pas faire**

- Imposer les animations
- Mettre en échec la personne

## Activité : jardinage

### Matériel :

- Set de jardinage : un plantoir, une griffe à fleurs trois dents, une pelle, un arrosoir trois litres, deux paires de gants, deux tabliers, support plastique + crayon indélébile, ficelle + piquets.

### Description de l'activité :

- Inviter la personne à faire une activité jardinage.
- Réalisation de l'activité en lui expliquant le déroulement de l'activité étape par étape.

Remarque : il est important de laisser la personne faire autant qu'elle le peut et ne pas faire à sa place. Si l'activité n'est pas terminée, ce n'est pas grave, vous pourrez la reprendre à un autre moment.

Lieu	Durée	Objectif
Endroit extérieur dans une salle prévue pour.	30 minutes maximum (déplacement compris)	Réactivation de souvenirs, autonomie, apaisement.

A faire
<ul style="list-style-type: none"><li>- Respecter.</li><li>- Entendre les émotions.</li><li>- Susciter.</li><li>- Faire parler.</li></ul>

A ne pas faire
<ul style="list-style-type: none"><li>- Imposer les animations</li><li>- Mettre en échec la personne</li></ul>

## Activité : coiffure.

### Matériel :

- Set de coiffure : bigoudis (moyens et petits), peigne, brosse ronde, laque, sèche cheveux, serviette de toilette, shampoing.

### Description de l'activité :

- Inviter la personne à s'asseoir autour d'une table ou dans un fauteuil selon comment vous vous sentez à l'aise.
- Lui proposer de faire une activité ou vous aller prendre soin d'elle en lui expliquant les différentes possibilités.
- Réalisation de l'activité.

Remarque : il est important de laisser la personne faire autant qu'elle le peut et ne pas faire à sa place. Si l'activité n'est pas terminée, ce n'est pas grave, vous pourrez la reprendre à un autre moment.

Lieu	Durée	Objectif
Endroit calme et apaisant.	30 minutes maximum (déplacement compris)	Réactivation de souvenirs, apaisement.

A faire
<ul style="list-style-type: none"><li>- Respecter.</li><li>- Entendre les émotions.</li><li>- Susciter.</li><li>- Faire parler.</li></ul>

A ne pas faire
<ul style="list-style-type: none"><li>- Imposer les animations</li><li>- Mettre en échec la personne</li></ul>

## Activité : soins esthétiques.

### Matériel :

- Set d'esthétique : vernis à ongles (rose, marron, blanc pastel, rouge), blush + pinceau (rose, soleil), rouge à lèvres (rose, rouge), coupe ongles, lime à ongles, crème hydratante visage, lait démaquillant, poudre pour le teint, dissolvant, crème hydratante pour les mains, coton.

### Description de l'activité :

- Inviter la personne à s'asseoir autour d'une table ou dans un fauteuil selon comment vous vous sentez à l'aise.
- Lui proposer de faire une activité ou vous aller prendre soin d'elle en lui expliquant les différentes possibilités.
- Réalisation de l'activité.

Remarque : il est important de laisser la personne faire autant qu'elle le peut et ne pas faire à sa place. Si l'activité n'est pas terminée, ce n'est pas grave, vous pourrez la reprendre à un autre moment.

Lieu	Durée	Objectif
Endroit calme et apaisant.	30 minutes maximum (déplacement compris)	Réactivation de souvenirs (sensations, odeurs), apaisement.

A faire
<ul style="list-style-type: none"><li>- Respecter.</li><li>- Entendre les émotions.</li><li>- Susciter.</li><li>- Faire parler.</li></ul>

A ne pas faire
<ul style="list-style-type: none"><li>- Imposer les animations</li><li>- Mettre en échec la personne</li></ul>

## **Activité : basée sur l'ordinateur.**

### **Matériel :**

- Ordinateur portable.

### **Description de l'activité :**

- Inviter la personne à s'asseoir autour d'une table ou dans un fauteuil.
- Lui proposer de faire une activité ou vous aller soit regarder des photos, une vidéo, ou bien même contacter quelqu'un par webcam selon l'envie de la personne et les possibilités au moment de l'activité.
- Réalisation de l'activité.

Remarque : il est important de laisser la personne faire autant qu'elle le peut et ne pas faire à sa place. Si l'activité n'est pas terminée, ce n'est pas grave, vous pourrez la reprendre à un autre moment.

<b>Lieu</b>	<b>Durée</b>	<b>Objectif</b>
Endroit calme et apaisant.	30 minutes maximum (déplacement compris)	Réactivation de souvenirs, apaisement, échanges.

<b>A faire</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Respecter.</li><li>- Entendre les émotions.</li><li>- Susciter.</li><li>- Faire parler.</li></ul>

<b>A ne pas faire</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Imposer les animations</li><li>- Mettre en échec la personne</li></ul>

## **Activité : tricot, crochet.**

### **Matériel :**

- Aiguilles à tricoter.
- Crochets.
- Laine.

### **Description de l'activité :**

- Inviter la personne à s'asseoir autour d'une table ou dans un fauteuil.
- Lui proposer de tricoter, faire du crochet ou du tricoton.
- Réalisation de l'activité.

Remarque : il est important de laisser la personne faire autant qu'elle le peut et ne pas faire à sa place. Si l'activité n'est pas terminée, ce n'est pas grave, vous pourrez la reprendre à un autre moment.

<b>Lieu</b>	<b>Durée</b>	<b>Objectif</b>
Endroit calme et apaisant.	30 minutes maximum (déplacement compris)	Réactivation de souvenirs, apaisement, autonomie, échanges.

<b>A faire</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Respecter.</li><li>- Entendre les émotions.</li><li>- Susciter.</li><li>- Faire parler.</li></ul>

<b>A ne pas faire</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Imposer les animations</li><li>- Mettre en échec la personne</li></ul>

## Activité : sortie.

### Matériel :

- Brochures sur les activités des alentours.
- Scooters électriques : un apprentissage sera dispensé par l'ergothérapeute intervenant au sein de l'établissement aux résident, ainsi qu'aux familles qui le souhaitent.

### Description de l'activité :

- Inviter la personne à aller se promener en lui expliquant le déroulement de la promenade (lieu, moyen de transport,...).

Remarque : il est important de laisser la personne faire autant qu'elle le peut et ne pas faire à sa place. Si l'activité n'est pas terminée, ce n'est pas grave, vous pourrez la reprendre à un autre moment.

Lieu	Durée	Objectif
Endroit calme et apaisant.	Temps de la sortie	Réactivation de souvenirs, apaisement, autonomie, échanges.

A faire
<ul style="list-style-type: none"><li>- Respecter.</li><li>- Entendre les émotions.</li><li>- Susciter.</li><li>- Faire parler.</li></ul>

A ne pas faire
<ul style="list-style-type: none"><li>- Imposer les animations</li><li>- Mettre en échec la personne</li></ul>