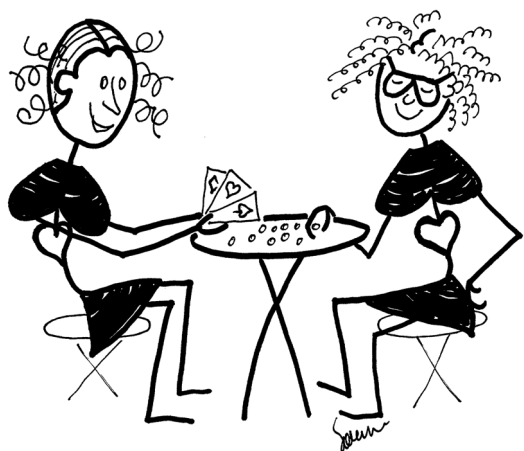


Jeux simples, amusants, stimulants!



Voulez-vous avoir un moment d'amusement avec un.e Grand.e Ami.e?

Quelque chose de décontracté?

Pour certain.e.s, les jeux peuvent sembler sans but, voire inutiles. Ils sont pourtant indispensables à tous et leurs bienfaits sont indéniables: **réduction du stress, stimulation intellectuelle, connexion avec les autres, etc.**

La simplicité de certains jeux nous aidera à:

- stimuler la motricité fine
- travailler les fonctions cognitives
- soutenir le langage

Exemples de jeux

Séparer des cartes

Avec un paquet de cartes: proposez de les séparer par couleur (rouge, noir) ensuite par forme (pique, carreau, cœur et trèfle). Si les capacités du.de la Grand.e Ami.e le lui permettent, il.elle peut les séparer par ordre numérique, ou former des paires.

Classer des objets, formes et couleurs

L'idée est d'avoir différents types de couleurs ou formes et d'en faire des catégories, de les trier. Apportez des objets que vous trouvez à la maison: haricots rouges et noirs, boutons mélangés, vis et clous, photos d'animaux. Vous pourriez aussi avoir découpé des photos dans des revues et les faire classer par thème.

Pâte à modeler

Voici une façon de faire travailler les mains et l'imagination! Nous pouvons trouver de cette pâte à petit prix, et certaines sont parfumées. Assurez-vous que le.la Grand.e Ami.e ne soit pas tenté de la porter à sa bouche. Vous pourrez utiliser des moules à biscuits pour faire des formes.

Plateau d'écriture

La mise en place est très simple, il suffit d'avoir un bac ou un plateau avec des bords étroits pour ne pas gêner le mouvement du bras. Versez-y de la semoule, du sable fin ou du sucre. Demandez à la personne âgée de tracer des formes, librement. On efface et recommence!

L'activité

Ces activités consistent en une approche simple. Le jeu est ici un prétexte pour créer une interaction différente, adaptée et ludique avec la personne âgée accompagnée.

Nous pouvons profiter de l'occasion pour partager des souvenirs d'enfance.

Amusez-vous!

Trucs et astuces

- ♥ Choisissez un jeu à la fois. Si vous pouvez consulter le.la Grand.e Ami.e, il aura le sentiment de pouvoir faire des choix, ce qui est valorisant.
- ♥ La séance de jeu peut être agrémentée d'une musique de fond, pourquoi pas!
- ♥ Commencez par expliquer ce qui va se passer, le déroulement de l'activité. Faites une démonstration au besoin.
- ♥ Si vous utilisez des objets, priorisez des objets d'usage courant.
- ♥ Accompagnez le.la Grand.e Ami.e dans les gestes à poser en guise d'introduction
- ♥ Considérez que vous pouvez créer ainsi de multiples activités sur la base de catégories en listant des: prénoms, sports, destinations de vacances, animaux, pays, articles de maison, type de bijoux. C'est stimulant et infini si le.la Grand.e Ami.e s'y plaît!
- ♥ Ayez une attitude joyeuse!



SANS DOUTE VOUDREZ-VOUS ÉVITER DE:

1. Imposer un jeu ou une activité au.à la Grand.e Ami.e
2. Obliger le.la Grand.e Ami.e à fermer les yeux, ce qui pourrait susciter de la crainte
3. Éviter de faire de l'activité une session d'éducation

Savoir faire...

- L'objectif d'arriver avec une ou deux activités est bien d'avoir du bon temps avec le.la Grand.e Ami.e et non de meubler le temps. Restez vous-même et soyez attentif aux messages même silencieux.
- Garder à l'esprit de respecter les limitations physiques et cognitives du.de la Grand.e Ami.e. Cela simplifiera les choses.
- Vous avez sondé ses intérêts et cela stimule votre créativité? Formidable! N'oubliez pas cependant de vérifier si son intérêt demeure. Consultez-le de manière à ne pas imposer vos idées!
- Pour faciliter l'introduction d'une nouveauté, optez pour une attitude joyeuse et enthousiaste. Cela inspirera sa confiance.
- Restez dans l'ouverture et amusez-vous!