



Grand groupe



45 mn



Eté



www.ludimage.fr

Objectif : Mobiliser les capacités multi-sensorielles et motrices des résidents à travers une approche rythmique originale et rafraîchissante.



Planification de l'activité

- **Choisir une date et une heure** : A planifier lors des pics de canicule (si besoin en remplacement d'une autre activité moins rafraîchissante). Privilégier la fin de matinée, ou le début d'après-midi qui sont **les heures les plus chaudes**.
- **Lieu** : Une salle avec un sol facile à nettoyer ou une zone extérieure à l'abri du soleil si les températures le permettent.
- **Durée de la séance** : Proposez un atelier d'environ 45 minutes pour avoir le temps de créer une harmonie musicale et de se rafraîchir.

1. Préparation du matériel

- Récipients : Grandes bassines, grands saladiers ou bacs remplis d'eau légèrement tiède. Vous pouvez utiliser les bacs de votre chariot flash si vous en avez un.
- Accessoires sonores : Gobelets, cuillères à soupe et/ou spatules en bois pour rappeler le rythme des battoirs en bois des lavandières
- Protections : Tabliers et serviettes pour les mains.
- Support sonore : Un lecteur **CD avec des bruits d'eau** pour accompagner les percussions aquatiques. Vous pouvez aussi utiliser des musiques rythmées (africaines ou cubaines) ou télécharger la fiche animation '**Séquences rythmiques avec de l'eau**'.

2. Inviter les résidents

- **Annoncer l'événement** : Présenter l'activité en expliquant le projet artistique de « concert en insistant sur le plaisir et le confort thermique. Renouveler les invitations pour les personnes désorientées qui pourront s'exprimer par le geste plutôt que par le mot.
- **Communication** : Informer les résidents par affichage exceptionnel et par un document aide-mémoire individuel précisant l'aspect confort d'une activité rafraîchissante.
- **Approche directe** : Discuter avec eux des souvenirs liés à l'eau (rivières, lessives à la main) pour susciter le désir de participer.

3. Créer une ambiance agréable

- **Installation** : Disposer les participants en **ovale ouvert** autour des bacs d'eau pour que chacun puisse voir les démonstrations de l'animateur.
- **Rituel d'accueil** : Commencer par un contact sensoriel doux (plonger les mains dans l'eau) en commentant la température et la sensation.
- **Échauffement** : Effectuer de petits exercices de motricité fine avec les doigts dans l'eau avant de commencer les rythmes
- **Boissons** : Prévoir des rafraîchissements à disposition tout au long de la séance (eaux détox, thés glacés).

5. Démonstration et participation

Atelier massages doux des mains ou des avant-bras pour favoriser la détente

- **Démonstration visuelle** : L'animateur montre les différents sons possibles (frapper l'eau avec la paume pour un son grave, du bout des doigts pour un son aigu). Aider les résidents ayant des difficultés motrices à mobiliser doucement des doigts.
- **Apport rythmique** : Utiliser des objets (spatules, gobelets) pour varier les textures sonores en suivant une pulsation simple.

6. Encourager l'interaction

- **Improvisation collective** : Diffuser une musique et encourager le groupe à accompagner le rythme en frappant l'eau de façon coordonnée.
- **Interaction en DUO** : Mettre deux résidents face à face et leur demander de « dialoguer » en frappant l'eau à tour de rôle (question/réponse).
- **Partage de souvenirs** : Profiter des pauses pour laisser les résidents raconter des anecdotes liées à l'eau ou au travail des lavandières.

Retours et suivi

- ☐ Demander aux résidents ce qu'ils ont préféré
- ☐ Noter l'état de concentration et la participation (gestuelle et verbale) de chaque résident.
- ☐ Proposer d'enregistrer la « symphonie » pour la réécouter lors d'un futur atelier mémoire
- ☐ Lister les ressources supplémentaires nécessaires
- ☐ Impliquer le personnel soignant



De la petite goutte qui perle à la surface de l'eau au fracas de l'orage, c'est toute la mélodie de la nature qui s'invite au creux de nos mains...

Matériel disponible sur www.ludimage.fr



DVD Ocean



Diffuseur



Balle atome

Technique : Le retour de la pluie
 et être réalisée directement sur l'eau ou en percussions corporelles pour préparer le geste.

« Le bout des doigts » : Invitez les résidents à effleurer la surface de l'eau avec la pulpe des doigts. Cela crée un clapotis léger et aigu, semblable aux premières gouttes de pluie.
renouveau (Les doigts) : Demandez-leur de frapper l'eau avec 1 puis 2 puis 3 et 4 doigts par l'ensemble des doigts serrés. Le son devient plus plein et plus présent, imitant la pluie.
« pause de la main » : Proposez de frapper l'eau avec la paume bien à plat. Ce geste crée un son plus grave, rappelant la « basse » d'un djembé, et symbolise une pluie qui s'abat.
« calme » : Inversez la séquence pour revenir doucement à la plus fine : avec 4 puis 3 puis 2 puis 1 seul doigt. Quand le silence revient on peut terminer par le rituel de faire glisser les mains l'une sur l'autre.
 Pour les personnes les plus sensibles, cette séquence peut être simplifiée en restant sur une seule main et en adaptant l'amplitude du geste selon leurs capacités physiques. Chaque participant, par son rythme propre, contribue à la richesse sonore de cette séquence collective.

Cette séquence vous est offerte par

Séquences rythmiques