



Petit groupe



30 - 45 min



Automne



www.ludimage.fr

Objectif : **développer l'écoute active** et mobiliser les espaces du plaisir, de l'émotion et de l'expression des résidents. En sollicitant la mémoire auditive et sensorielle—qui figure parmi les facultés les plus résistantes au passage du temps—cet atelier vise également à stimuler l'attention aux détails, à renforcer la concentration et à favoriser la revalorisation de soi à travers la réussite collective.



Planification de l'événement

- **Lieu** : Choisir un endroit particulièrement calme et tranquille en intérieur (une pièce fermée avec peu de bruits ambiants) afin de garantir une qualité d'écoute optimale et d'éviter les distractions extérieures.
- **Durée** : Prévoir des séances courtes de **30 à 45 minutes** maximum pour respecter la fatigabilité cognitive des participants. L'activité est idéalement programmée à heures fixes pour instaurer des repères temporels sécurisants.
- **Groupe** : Constituer un petit groupe de **4 à 6 personnes** pour favoriser la concentration et la convivialité des échanges.

1. Préparation du matériel

- **Supports sonores** : Un ordinateur ou un lecteur CD pour diffuser des bruits de la nature, des cris d'animaux ou des sons de la vie quotidienne.
- **Boîtes à sons mystères** : Préparer des flacons ou boîtes opaques identiques (comme des œufs en plastique ou de petits contenants) remplis de divers éléments du quotidien (riz, lentilles, sable, pièces de monnaie, grelots) pour réaliser des exercices de **mémoire auditif**.
- **Supports visuels** : Des **photos ou images de grande taille** très contrastées représentant des instruments de musique, des objets ou animaux correspondant aux sons, afin de faciliter l'identification visuelle et d'éviter la mise en échec des résidents ayant des difficultés de langage ou de recherche de mots.
- **Matériel d'écriture** : Des crayons et du papier pour noter les impressions et les scores d'écoute.

2. Inviter les résidents

- **Approche personnalisée** : Aller à la rencontre de chaque résident en amont pour lever la peur de l'échec, qui diminue souvent la participation. Il est capital de leur expliquer que l'activité est sensorielle, ludique et exclut toute notion de jugement ou de compétition.
- **Aide-mémoire** : Distribuer un document aide-mémoire individuel indiquant le lieu, le thème et l'heure de la séance pour sécuriser les participants.

3. Créer une ambiance agréable

- **Installation** : Disposer les assises en **ovale ouvert** afin que chaque résident puisse voir les expressions du visage et les démonstrations de l'animateur, tout en favorisant le lien social.
- **Rituel d'accueil** : Commencer par un rituel de bienvenue chaleureux. L'animateur peut instaurer une minute de « silence attentif » ou diffuser un air classique doux pour apaiser le groupe et préparer l'oreille à l'écoute fine.

4. Démonstration et participation

- **Démonstration « faire en même temps »** : L'animateur montre concrètement comment écouter et chercher un son. Par exemple, il fait secouer une boîte témoin à l'oreille et montre l'action en même temps que la consigne orale.
- **Exercice 1 : Les bruits mystères** : Diffuser un son caché simple (clés qui s'entrechoquent, miaulement, pluie qui tombe). Les résidents doivent l'identifier et, pour les personnes ayant des difficultés verbales, pointer l'image de grande taille correspondante.
- **Exercice 2 : Le mémoire auditif** : Secouer une boîte à sons et inviter un résident à retrouver, parmi les boîtes proposées sur la table, celle qui produit un son identique au toucher et à l'oreille.
- **Exercice 3 : le loto musical** : à l'aide du jeu Loto musical, faites écouter la bande son et montrer les instruments en grands formats pour aider à rapprocher le son de l'instrument.

5. Encourager l'interaction

- **Évocation libre et souvenirs** : Dès qu'un son est démasqué, laisser libre cours aux souvenirs personnels ou aux anecdotes anciennes qu'il réveille (par exemple, le bruit des cloches d'église évoquant les dimanches d'enfance, ou le crépitement de la pluie).
- **Dialogue dos à dos** : Placer deux résidents dos à dos avec un petit instrument de percussion (comme un tambourin ou des cymbales). L'un doit émettre un son ou un rythme, et l'autre doit y répondre en miroir, créant ainsi un dialogue uniquement basé sur l'écoute active.
- **Équilibre de parole** : Veiller à ce que chaque résident participe à son rythme et répartir équitablement la prise de parole.

Retours et suivi

- ☐ **Rituel de séparation** : Se dire au revoir en chanson ou terminer par l'écoute d'une mélodie douce et apaisante pour détendre le corps après l'effort de concentration.
- ☐ **Fiche d'observations** : Remplir un bilan de séance en évaluant pour chaque résident son niveau d'attention, ses modes de communication (verbales ou non verbales), son autonomie et son plaisir manifeste.



Éveiller l'écoute active, c'est réveiller un désir d'expression et de relation ; au creux de chaque son caché se glisse une émotion qui fait jaillir le plaisir de se souvenir ensemble.

Matériel disponible sur www.ludimage.fr



Loto Musical pour séniors :
jeu adapté pour personnes
âgées



Boules musicales en bois
pour la mémoire sonore et
la concentration



Soundbox jeu mémoire sonore
en bois pour seniors



Memory sonore pour
seniors | Jeu sensoriel de
mémorisation