



## FICHE ATELIER RÉMINISCENCE : “CRÉATION D’UN BOUQUET DE FLEURS SÉCHÉES”

### QUELQUES CONSEILS :

- × **Chaque activité doit avoir un but**, un sens. **Assurez-vous que votre proche aura du plaisir** à la réaliser !
- × **Avant de démarrer l’activité**, proposez-la à votre proche : surtout, **ne la lui imposez pas**. Si cela ne le tente pas une première fois, n’hésitez pas à l’y inviter plus tard dans la journée ou dans la semaine !
- × **Pendant toute l’activité, veillez à donner des objets à manipuler** à votre proche : il faut qu’il n’ait à aucun moment les mains vides ! Manipuler apaise et facilite la concentration, disait Maria Montessori !
- × **Fournissez des repères visuels** à votre proche : disposez le matériel nécessaire à l’activité sur un plateau, dont la couleur tranche avec le matériel de l’activité, afin de favoriser son autonomie.
- × **Asseyez-vous du côté dominant** de votre proche (celui qui est le plus valide).
- × **Soyez patient**, ne bousculez pas votre proche, **respectez les silences**, répétez ce qu’il vous a dit, pour montrer que vous l’écoutez activement. **Valorisez votre proche** en réagissant avec enthousiasme et en affirmant que ce qu’il raconte est sensé.
- × **Clôturez l’activité en 3 temps** : d’abord, remerciez votre proche ; puis, demandez-lui s’il a apprécié cette activité ; enfin, demandez-lui s’il aimerait recommencer !



## PRÉPARATION EN AMONT :

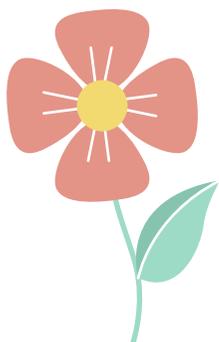


Ramassez des fleurs à la campagne ou achetez un bouquet de votre choix.

**Astuces Helpy :** Vous pouvez créer un bouquet séché avec la plupart des fleurs ! Cependant, certaines s'y prêtent un peu moins. La rose et l'œillet, par exemple, sont plus difficiles que d'autres à conserver, mais elles peuvent toujours réserver de belles surprises !



## LES FLEURS LES PLUS FACILES À FAIRE SÉCHER :



- LE LIMONIUM,
- LA GYPSOPHILE,
- LES GRAMINÉES,
- L'ACHILLÉE,
- LES CRASPEDIAS,
- L'HORTENSIA D'AUTOMNE,
- L'EUCALYPTUS.



## FAIRE SÉCHER UN BOUQUET DE FLEURS FRAÎCHES À L'AIR LIBRE

Pour faire sécher une composition : rien de plus simple ! Vous n'avez pas besoin d'être expert en art floral : seuls quelques gestes suffisent pour un joli rendu final ! Le mode opératoire consiste à les priver d'eau et à patienter quelques jours. Voici les étapes indispensables pour faire sécher votre bouquet naturellement :

### DÉROULÉ DE L'ATELIER :

1. **Dites à votre proche** que vous aimeriez bien **faire sécher les fleurs d'un bouquet** avec lui. Demandez-lui s'il est d'accord.
2. **Invitez-le à s'asseoir à vos côtés.** Installez-vous de son côté dominant.
3. **Isolez chaque tige** et **retirez les feuilles** ainsi que les **fleurs déjà trop abîmées.**
4. **Faites des bottes de 5 à 6 tiges.**
5. **Attachez-les délicatement** à l'aide d'une ficelle à la pointe.
6. **Suspendez-les têtes en bas** dans un endroit frais, sec, aéré et à l'abri de la lumière (un grenier est la pièce idéale !).
7. **Patiencez durant le séchage.** Le temps peut varier selon les fleurs, de **quelques jours** jusqu'à **deux semaines.**
8. **Placez** ensuite votre douce création **dans un vase vintage, un panier en rotin, une Dame Jeanne** ou suspendez-la à un mur pour une guirlande végétale branchée et poétique !

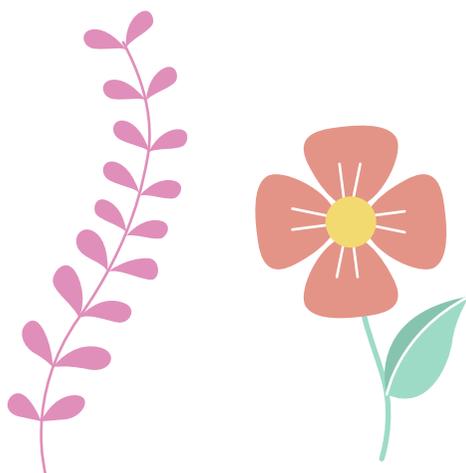


## DÉROULÉ DE L'ATELIER (SUITE) :

9. **À la fin, remerciez votre proche**, demandez-lui si cette activité lui a plu et s'il souhaite continuer une prochaine fois !

10. **Vous pouvez conclure avec une petite chanson : (liens sur notre blog)**

- **LE TEMPS DES FLEURS – DALIDA**
- **LE POUVOIR DES FLEURS – LAURENT VOULZY**
- **PETITE FLEUR – HENRI SALVADOR**



# INSPIRATIONS DE BOUQUETS

Soyez créatifs !



# INSPIRATIONS DE BOUQUETS

Soyez créatifs !

