



FICHE ATELIER RÉMINISCENCE : “ATELIER DES SOUVENIRS”

LA MONTAGNE, ÇA NOUS GAGNE !

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 :

- ✓ **Sélectionnez quelques objets qui évoquent la Montagne** à votre proche ou qui sont représentés dans les images sélectionnées, et disposez-les sur un plateau. Choisissez si possible des objets familiers : **des mouffles, des photos, des images de la montagne ou d'objets s'y rapportant ... Soyez créatifs !**
- ✓ **Imprimez et découpez chacune des images que nous proposons** en format carte postale.
- ✓ **Imprimez le poème.**



MATÉRIEL ET RESSOURCES :

Musiques : les liens cliquables sont dans l'article du blog

- ✓ **Jean Ferrat - La Montagne (1967)**
- ✓ **Pascal Danel – Les Neiges du Kilimanjaro (1966)**
- ✓ **Simon et les Modanais – Étoile des Neiges (1988)**
- ✓ **Pierre Bachelet – Just because of You (1979)**
- ✓ **Hugues Aufray – Elle descend de la montagne à cheval (1965)**

Images : Dans les pages suivantes vous trouverez les images à découper.



DÉROULÉ DE L'ATELIER :

- 1. Proposez à votre proche d'écouter** ensemble de la musique et invitez-le à s'asseoir à vos côtés.
- 2. Lancez l'une des 5 chansons** que nous avons sélectionnées pour vous.
- 3. Puis, évoquez la montagne :** demandez à votre proche si il aime ces paysages. Enclenchez ainsi la conversation, en lui montrant des images, en manipulant des objets.
- 4. Pour alimenter l'échange,** donnez à votre proche l'une des images que vous avez découpées : laissez-le réagir et s'il ne réagit pas, posez-lui les questions que nous vous avons soufflées, ou toute autre qui vous viendrait à l'esprit.
- 5. Installez les objets que vous avez sélectionnés sur un plateau,** et proposez-lui d'en prendre un, de le toucher, de l'observer, de le sentir et de raconter ce que cela évoque.
- 6. Vous pouvez aussi lancer une deuxième chanson,** et en écouter les paroles attentivement avec votre proche. Interrogez-le sur ce qui l'a marqué dans cette chanson, si certaines paroles lui évoquent des souvenirs.
- 7. Proposez-lui de lire ensemble le poème de l'atelier.** Demandez-lui s'il souhaite le lire lui-même ou s'il préfère que vous le lisiez. Laissez votre proche réagir aux vers et, après, s'il n'a rien dit, demandez-lui s'il a aimé ce poème ? Ce qui lui a semblé beau et pourquoi ? Si certains mots l'ont touché, lui ont rappelé des souvenirs ?



DÉROULÉ DE L'ATELIER (SUITE) :

8. Continuez ainsi l'atelier : alternez musiques, poèmes, manipulation des objets et montrez à votre proche les images. Laissez-le réagir, vous livrer des confidences, laisser libre cours à son imagination. N'hésitez pas à lui poser des questions si la conversation s'estompe (propositions de questions ci-dessus pour chaque image).

Pour le stimuler, donnez-lui des objets qui sont en lien avec les images que vous lui montrez.

9. Soyez à l'écoute de votre proche, n'hésitez pas à interrompre l'atelier à tout moment, s'il se fatigue.

Vous pourrez éventuellement reprendre la conversation plus tard.

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

IMAGE N°1

LA MONTAGNE

VOYAGEUR AU DESSUS D'UNE MER DE NUAGES

CASPAR DAVID FRIEDRICH - 1817 - DÉTAIL





IMAGE N°1



LES QUESTIONS :

QUESTION 1 :

Que voyez-vous dans cette peinture ?

QUESTION 2 :

À votre avis que fait le personnage?

QUESTION 3 :

Comment trouvez-vous ce tableau ?

IMAGE N°2

LA MONTAGNE

LA MONTAGNE SAINTE-VICTOIRE VUE DES LAUVES - PAUL CÉZANNE - 1904





IMAGE N°2



LES QUESTIONS :

QUESTION 1 :

Décrivez-nous cette image ! Quels détails attirent votre attention ?

QUESTION 2 :

Aimez-vous ce tableau et si oui pourquoi ?

IMAGE N°3

LA MONTAGNE

JOHN JULLIEN - TRAVERSÉE DE LA MER DE GLACE - 1880





IMAGE N°3



LES QUESTIONS :

QUESTION 1 :

Que voyez-vous dans cette vieille photographie ?

LE SAVIEZ-VOUS?

Le photographe, John Jullien, a pris cette photo vers 1880 dans le grand glacier de Chamonix, "la mer de Glace". De nos jours c'est l'un des sites importants de la vallée de Chamonix. C'est le glacier le plus grand de France (7 km de long et 200 m d'épaisseur). À cette époque la mer de glace était encore haute et épaisse. Mais avec le réchauffement climatique, entre 1905 et 2005, la Mer de Glace a perdu 120 m d'épaisseur. Depuis 1830, elle a perdu 2,5 km de longueur et plus de 150 m d'épaisseur. Au début des années 2000, le glacier perd en moyenne, chaque année, de quatre à six mètres d'épaisseur et une trentaine de mètres en longueur. Un patrimoine à choyer pour sa beauté.

IMAGE N°4

LA MONTAGNE

AU SOMMET DE L'ÉVEREST - NÉPAL



8849 m



IMAGE N°4



LES QUESTIONS :

QUESTION 1 :

Connaissez-vous la hauteur de l'Éverest ? (réponse page précédente)

QUESTION 2 :

Que voyez-vous sur cette photo?

LE SAVIEZ-VOUS :

l'Éverest est une montagne située dans la chaîne de l'Himalaya, à la frontière entre le Népal et la Chine (région autonome du Tibet). Il est identifié comme le plus haut sommet du monde. Cette caractéristique lui vaut d'être baptisé de son nom actuel par les Occidentaux en 1865 en l'honneur de George Everest, arpenteur général des Indes orientales de 1830 à 1843, et, dès les années 1920, de susciter l'intérêt des alpinistes qui se lancent à l'assaut de ses faces. Mais c'est qu'en 1953 qu'Edmund Hillary (néo-zélandais) et Tensing Norgay (son sherpa népalais) deviennent les premiers hommes à atteindre le sommet de l'Everest. En 1988, Michel Metzger est le premier Français à réussir l'ascension sans assistance respiratoire.



FINISSONS AVEC UN POÈME

" LA MONTAGNE "
DE ARNAUD JONQUET

“ | *Gravissant d'un bon pas le chemin
| forestier,
| Nous marchons silencieux, stimulés par
| l'approche
| Des vastes champs de neige et des
| sommets altiers
| Dominant tout là-haut les alpages et les
| roches.*

| *Notre cœur est léger, nos pas sont un
| peu lourds.
| Mais enfin du sommet, tout en haut de
| la pente,*

*Cette vallée nous offre avec ses
alentours
Une profonde vue, grandiose et
exaltante.*

*Nous plongeons nos regards,
savourant le repos,
Tout au fond des vallons dans la verte
campagne.
Des voix, des sons de cloches de
lointains troupeaux
Nous parviennent amplifiés par l'écho
des montagnes.*

*Le soleil rayonne et le ciel est d'azur.
Des parfums de nature, apportés par la
brise,
Circulent dans l'air frais, pétillant et si
pur
Que nous le respirons comme une
gourmandise.*

*Devant nos yeux s'étend, tel un vaste
océan,
Sous un moutonnement de neiges et
de glaces,
La chaîne des sommets avec ses monts
géants
Pointant jusque aux cieux leurs pics
avec audace.*

*La force dégagée par ces puissants
massifs
Aux remparts et donjons d'immenses
citadelles
Impose le respect et nous laissent
pensifs,*

*Le regard fasciné par leurs neiges
éternelles.*

*Et je sens, contemplant ces sommets
prodigieux,
Hauts lieux d'inspiration où se
joignent deux mondes,
Une pure énergie qui, descendant des
cieux,
Exalte mon esprit qui vibre dans son
onde.*

*Vous êtes des antennes, Ô montagnes
sacrées,
Dont les cimes aux nues, impériales,
se dressent
Et captent du cosmos des messages
secrets
De lumière, d'amour, de paix et de
sagesse.*