



FICHE ACTIVITÉ RÉMINISCENCE :



“PEINDRE UN ARBRE D’AUTOMNE”

PRÉAMBULE :

Peindre est **un acte libre de création**, un jeu d'expression par la couleur et la matière.

L'art permet donc de stimuler cognitivement pour aider les personnes fragiles à s'exprimer d'une autre manière, plus créative et faisant appel à un autre vecteur de communication : **les émotions**.

Dans cette fiche nous allons vous proposer un modèle d'**arbre d'automne** à réaliser, mais vous êtes, bien entendu, libre de laisser votre proche s'exprimer pour réaliser la création libre de son choix.

Le malade d'**Alzheimer** vit dans un monde qui n'est plus tout à fait le nôtre et cet atelier, ces moments d'échanges et de partage sont comme une porte ouverte entre deux mondes...

Il y a **beaucoup de joie**, de rire, de regards plein de vie lorsqu'on organise ce type d'**activités artistiques simples**.

Vous allez vivre des moments magiques !

Il n'est pas nécessaire de savoir dessiner et cet atelier peut-être réalisé avec peu de matériel au domicile ou bien en établissement.





ASTUCE HELPY :

Si votre proche fatigue rapidement et a des difficultés à comprendre l'atelier, guidez-le et faites-lui faire des choses simples. Rassurez-le à chaque étape et surtout prenez votre temps !



EN AMONT DE L'ACTIVITÉ :

Préparez un ou plusieurs **exemples** pour montrer un résultat concret à votre proche.

Si cela vous semble compliqué pour votre proche de partir d'une feuille blanche, **préparez le tronc d'arbre en amont** à partir de notre modèle.

Pensez à **protéger la table** avec des feuilles de papier journal ou une nappe en plastique.

Disposez chaque couleur dans un gobelet avec un pinceau par couleur afin d'éviter de faire trop de mélange.

QUELQUES CONSEILS :

- ✓ **Chaque activité doit avoir un but**, un sens. **Assurez-vous que votre proche aura du plaisir** à la réaliser !
- ✓ **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 ses envies**.
- ✓ **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 ou bien continuer !



ASTUCE HELPY :

Si votre proche préfère peindre le tronc directement, laissez-le faire. Aussi, si il/elle veut mélanger les couleurs entre elles, peindre avec ses doigts, barbouiller librement sur sa feuille, surtout ne lui imposez rien.



MATÉRIEL :

- Des feuilles blanches (exemple: Papier Canson 24X32 cm en 224g)
- De la peinture de type gouache (rouge, jaune, bleu, verte, orange, violet, noir et blanc)
- Des pinceaux de tailles différentes, des morceaux d'éponge, des bouchons de liège, des cotons tiges
- Plusieurs gobelets en carton en guise de contenant pour les couleurs
- Plusieurs assiettes en carton en guise de palette
- Un gros pot en verre pour la réserve d'eau
- des chiffons propres ou de l'essui-tout
- Une blouse, un tablier ou une vieille chemise pour éviter de se salir.





ASTUCE HELPY :

Si votre proche ne veut pas faire un arbre mais plusieurs, libre à lui. Il en est de même avec une expression libre, laissez-lui cette opportunité de peindre sans contrainte. Si il/elle fatigue, vous pouvez mettre cette activité en pause et reprendre plus tard.



DÉROULÉ DE L'ACTIVITÉ:

1/ Proposez à votre proche de réaliser un arbre d'automne en peinture. Montrez-lui le modèle que vous avez préparé.

2/ Équipez-vous de la blouse ou du tablier.

3/ Guidez votre proche pour les étapes de peinture avec les pinceaux : on trempe son pinceau dans l'eau, on l'essuie dans le chiffon pour enlever l'excédent d'eau, on choisit une couleur, on plonge le pinceau dans la gouache, on pose la couleur sur la feuille librement.

OU

4/ Le guider pour les étapes de peinture avec d'autres outils : on choisit un outil parmi les éponges, les bouchons ou les cotons-tiges, on trempe son outil dans la couleur, on pose la couleur sur la feuille librement en tamponnant.

5/ Poursuivre au gré des envies et des inspirations.

6/ Lorsque votre proche a terminé ou souhaite s'arrêter, remerciez-le d'avoir participé et demandez-lui s'il/elle souhaiterait le refaire une autre fois.

Amusez-vous !





QUELQUES EXEMPLES :



NOTRE MODÈLE DE TRONC :

