



FICHE ACTIVITÉ RÉMINISCENCE :



“CRÉER UN LOTO DES ODEURS”

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.
- ✓ **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 !

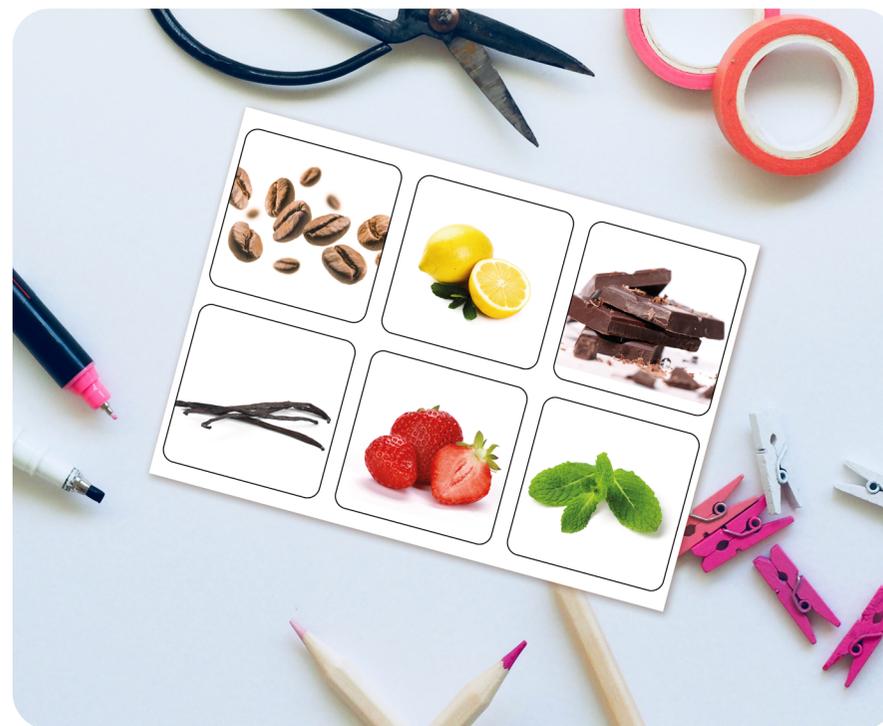


INTRODUCTION :

Le loto des odeurs est une activité interactive qui stimule les sens, favorise les souvenirs et crée une atmosphère amusante pour les personnes âgées. Fabriquez votre loto personnel ! C'est facile.

MATÉRIEL NÉCESSAIRE :

- 12 à 18 pots de yaourt (type petits suisses aux fruits)
- des morceaux de coton
- des odeurs (poivre, ail, café, menthe, citron, orange, fraise, noix de coco, cannelle, lavande , vanille, pomme, ...)
- du papier de couverture transparent (celui qu'on utilise pour couvrir les livres) ou une plastifieuse
- du papier de couleur, un peu épais pour fabriquer les couvercles des pots
- un crayon de papier, de la colle, des ciseaux, une aiguille, du scotch, une cuillère à café
- des images des odeurs sélectionnées





LES ÉTAPES DE CRÉATION :

1/ IDENTIFIEZ LES ODEURS

Choisissez une variété d'odeurs différentes qui sont familières aux personnes âgées et qui évoquent des souvenirs positifs. Par exemple, vous pouvez utiliser des échantillons d'odeurs de lavande, de vanille, de café, de citron, de menthe, de chocolat, etc. Veillez à ce que les odeurs soient agréables et non irritantes pour les participants.

2/ PRÉPARATION DES CARTES DES JOUEURS

- Utilisez des cartonnets de format A5 pour créer les cartes du loto. Vous pouvez les rendre attrayantes en les décorant avec des couleurs vives.
- Ajouter 6 images correspondantes aux odeurs sur une carte.
- Vous allez créer des cartes différentes, mais certaines odeurs peuvent être en double sur plusieurs cartes.
- Plastifier les cartes si besoin.

3/ PRÉPARATION DES POTS AVEC LES ODEURS

- Lavez bien vos pots de yahourts.
- Glissez du coton à l'intérieur.
- Imbibez le coton avec l'odeur sélectionnée, préparez autant de pot que d'odeurs sélectionnées.



- Notez sur le pot un chiffre (de 1 à 12 si vous avez 12 odeurs différentes)
- Reportez ce chiffre sur votre fiche de résultats.
- Refermez les pots avec le papier opaque de couleur et le scotch.
- Percez les couvercles avec une aiguille (9 trous sont suffisants).

4/ PRÉPARATION DE LA CARTE RÉSULTATS

Préparez une carte résultats où sont affichés les odeurs et les numéros correspondants.

RÈGLE DU JEU :

- Positionnez l'ensemble des pots sur une table.
- Distribuez aux joueurs une carte de loto chacun
- Le plus jeune joueur commence
- Il doit sélectionner au hasard un pot, le sentir et essayer de deviner (en silence) l'odeur.
- Si l'odeur est sur sa carte de loto le joueur positionne le pot sur l'image correspondante
- C'est au joueur suivant de sélectionner un pot
- Le premier qui a trouvé les 6 odeurs de sa carte a gagné !

ATTENTION SI LA CARTE COMPORTE DES ERREURS, LA PARTIE EST PERDUE ET ON RECOMMENCE.



POURQUOI CETTE ACTIVITÉ ?

L'activité du loto des odeurs présente de **nombreux bienfaits pour les personnes âgées**. Tout d'abord, elle **stimule les sens olfactif et cognitif**, permettant ainsi de maintenir et d'améliorer les **capacités de perception** et de **mémoire**.

En identifiant les différentes odeurs et en **les associant à des souvenirs positifs**, cette activité favorise également l'évocation de souvenirs et **stimule les facultés mnésiques**.

De plus, le loto des odeurs **encourage l'interaction sociale** et crée un **environnement convivial** où les participants peuvent échanger leurs expériences et leurs associations d'odeurs.

Cette activité ludique apporte donc une dimension sensorielle, cognitive et sociale **bénéfique pour le bien-être global des personnes âgées** et de leurs proches.