PIPSa
Pédagogie Interactive en Promotion de la Santé

Je me souviens de ...

2015 - fiche modifiée le 17 avril 2018

La boîte à mémoire

Un jeu pour établir le dialogue, favoriser les échanges, stimuler la mémoire et entretenir les fonctions cognitives.

Support	Jeu de table
Âge du public	A partir de 65 ans
Thèmes associés à cet outil	Compétences psychosociales, Vieillissement, Expression de soi
Obtention	Acquisition
Participants	De 1 à 20
Prix	32,50 €

PIPSa propose des pistes d'utilisation pour cet outil

Sur l'outil

Description selon l'éditeur

Matériel :

- 60 cartes "questions"
- 8 cartes "catégorie"
- 4 cartes "8 catégories"
- 48 tuiles "catégorie"
- 1 livret de règles

Concept :

Les 120 séries de questions sont un support de discussion qui couvrent des thèmes variés : la vie adulte, l'enfance, les loisirs, les événements historiques, la famille, la vie quotidienne...

Pour un travail de réminiscence à mener de manière formelle ou informelle, en face à face ou en groupe.

Objectifs

- Etablir le dialogue, favoriser les échanges et stimuler la mémoire
- Permettre la transmission d'un savoir et d'un itinéraire personnel, l'occasion pour les participants de mieux se connaître et d'améliorer l'estime de soi

Bon à savoir

Commande chez l'éditeur.

Où trouver l'outil

Chez l'éditeur :

Agoralude
15 rue Victor Grignard - BP34
14440 - Douvres-la-Délivrande
France
+33 (0)2 61 53 07 79 - contact@agoralude.com
http://www.agoralude.com

Dans les centres de prêt :
Centre liégeois de promotion de la santé
+32 (0)4 279.50.52 - promotion.sante@clps.be
http://www.clps.be
Catalogue : http://www.clps.be/outils-pédagogiques

Centre Local de Promotion de la Santé de l'arrondissement de Verviers
+32 (0)87 35 15 03 - s.vilenne@clpsverviers.be
https://www.clpsverviers.be/

Centre local de promotion de la santé du Brabant wallon
+32 (0)10 62 17 62 - info@clps-bw.be
http://www.clps-bw.be
Catalogue : http://www.clps-bw.be/que-proposons-nous/centre-de-documentation

Centre Bruxellois de Promotion de la santé
+32 (0)2 639 66 88 - info@cbps.be
https://cedosb.be

Centre local de promotion de la santé de Huy-Waremme
+32 (0)85 25 34 74 - info@clps-hw.be
http://www.clps-hw.be

Centre local de promotion de la santé de Mons-Soignies
+32 (0)64 84 25 25 - clps.documentation@yahoo.com
http://www.clps-mons-soignies.be/centre-doc

Centre local de promotion de la santé en province de Luxembourg
+32 (0)84 31 05 04 - clps.lux@skynet.be
http://www.clps-lux.be
Catalogue : http://bit.ly/1AfCwMD

Centre local de promotion de la santé de Namur
+32 (0)81 75 00 46 - info@clpsnamur.be
http://www.clpsnamur.be
Catalogue : http://www.clps-namur.be/documentation/

Cultures&Santé asbl
+32 (0)2 558 88 10 - info@cultures-sante.be
http://www.cultures-sante.be
Catalogue : http://www.cultures-sante.be/centre-doc/pedagotheque.html

Centre Local de Promotion de la Santé de Charleroi-Thuin
071/ 33 02 29 - secretariat@clpsct.org
http://www.clpsct.org
Catalogue : http://www.promotionsante.info/documentation.php

Pistes d'utilisation

Description

Support d'animation / expression

Thème :expression de soi, mémoire

Support :jeu de table

Le jeu "Je me souviens de… " aborde les thèmes de l'enfance, de la vie adulte, de l'entourage, du travail, des loisirs… et vient mobiliser des souvenirs liés à des moments de vie, à des lieux, des évènements qui ont ponctué le fil de l'histoire de chacun.

Ce jeu propose aux personnes âgées un vrai travail de mémoire sur un mode ludique, invitant les participants à se raconter et à échanger avec ses congénères, travaillant ainsi l'expression de soi, l'écoute et le partage d'expériences.

Il offre un réel soutien au professionnel qui souhaiterait animer un groupe dans l'objectif de stimuler la mémoire tout en favorisant les échanges interpersonnels. Son utilisation est d'autant plus pertinente auprès d'un groupe de seniors puisqu'il permet également un flash-back sur des évènements ayant marqué l'Histoire et qui ont donc été partagés par tous mais vécus peut-être de différentes manières (ex : l'arrivée de la machine à laver, les premiers pas de l'homme sur la Lune, le débarquement… etc).

Le jeu fonctionne à la manière d'un jeu de Loto, chaque joueur ou groupe devant répondre à une série de questions portant sur différentes catégories et recevant alors une 'tuile' (petit pictogramme) permettant de compléter sa carte « Loto ». Chaque carte comporte une question principale ayant trait à une des huit thématiques traitées mais peut-être approfondie grâce à des sous-questions qui offrent la possibilité d'élargir la réflexion ou bien d'orienter la mémoire vers des pistes qui aideraient à se souvenir.

Comment l'utiliser

De manière collective pour favoriser l'échanges, nombreuses "parties" possibles vue le nombre de cartes et questions différentes. Les cartes seront sélectionnées en fonction du groupe
Il est nécessaire d'octroyer suffisamment de temps à l'activité afin de laisser le temps aux participants de se mettre dans une position réflexive, de se replonger dans leur passé, de passer en revue leurs souvenirs…
Possible aussi en individuel, lors d'un entretien en face à face.

Public

Personnes âgées

Rôle de l'animateur

Posture bienveillante.
Il encourage la prise de parole et l'expression du ressenti avec non-jugement.
Il laisse le temps aux participants d'évoquer à leur rythme leurs souvenirs (sans imposer de contrainte temps).
Respect de l'intimité de chacun (accepter que certains participants ne souhaitent pas s'exprimer sur tel ou tel sujet)
L'animateur doit être garant du cadre de l'animation (cfr. pistes d'animation suggérées pour cadrer l'activité en regard de l'objectif poursuivi).

Aménagement de l'espace

Disposition en cercle ou en 'U' afin que les échanges soient optimisés dans le cas d'une utilisation collective

Temps d'appropriation

Rapide

A quel moment d'un projet ?

Dans tout projet initié en institution de soins pour personnes âgées et ayant pour objectif de stimuler la mémoire ou d'évaluer/de développer les fonctions cognitives des résidents.
De façon ponctuelle pour contrer la solitude vécue par les personnes âgées en institution et de se retrouver autour de valeurs communes.

En quoi il est soutenant pour la promotion de la santé ?

Le jeu place l'individu au centre de la réflexion et le positionne en tant qu'acteur. Différents modes de réminiscence sont mis en avant ; il est question de mémoire des sens, par exemple se rappeler un moment de vie par le souvenir d'une odeur, d'une chanson, d'une émotion…

De même, l'évocation d'une histoire de vie, le partage de valeurs autour de celle-ci et la transmission d'un savoir sont autant de leviers permettant de renforcer l'estime de soi. Ce travail de mémoire est basée sur un approche positive qui invite le participant à "dévoiler" des pans de sa vie sur base de questions ouvertes mais ne le place aucunement dans une situation d'échec.

Temps de préparation :

Points forts :

Facilité et rapidité d'utilisation et de mise en place, soutenant pour l'animateur grâce aux questions secondaires qui permettent d'ouvrir/approfondir la discussion.

Sujets abordés :

Stimulation de la mémoire – fonctions cognitives – communication – échange – écoute

Complémentarité :

Les mots de l'âge

Date de l'avis : 20 mars 2018