

# ANNEXE 9

## (Fiche n° 17)

### EXERCICES DE MÉMOIRE

#### Exercices faisant fonctionner la mémoire à court terme

L'animateur lance un mot en rapport avec le thème de la cuisine, comme par exemple, farine. La personne doit se souvenir du mot farine (mémoire à court terme) et y associer un mot en lien avec ce dernier, comme crêpe par exemple. Il faut donner un mot compréhensible, facile. On peut en mémoire à court terme utiliser le jeu du Memory en l'adaptant avec des images de cuisines par exemple.

Un résident annonce un chiffre, le résident d'à côté doit s'en souvenir et le restituer et rajoute un chiffre, etc. au maximum 7 chiffres.

#### Exercices faisant fonctionner la mémoire à long terme

L'animateur pourra organiser les activités suivantes :

- Effectuer un travail à partir des fables de La Fontaine ;
- Faire appel aux connaissances culturelles des résidents en travaillant sur des quizz<sup>1</sup>.

#### Exercice faisant fonctionner la mémoire visuelle

Observer une image, puis dire ce dont on se souvient, en donnant un maximum de détails. L'animateur présentera une image grand format en couleur compréhensible et visible.

1. Voir l'ouvrage « Jeux et loisirs en EHPAD », Dominique Assemaine, Éditions Phalente, Septembre 2012.

**Exercices faisant fonctionner la mémoire de travail**

**Exercice n° 1 :** chacune des lignes verticales, horizontales et diagonales doivent faire 15

4		2
8		6

**Exercice n° 2 :** chacune des lignes verticales, horizontales et diagonales doivent faire 34

			1
	7	6	
5		10	
16		3	13

**Exercice n° 3 :** chacune des lignes verticales, horizontales et diagonales doivent faire 50

			15
12		14	
		5	9
8		19	20

**Exercice n° 4 :** liste de mot à remplir, retrouver les lettres manquantes

CH\_ME\_ \_

\_ ION

G \_ ZE\_ \_ E

GI \_ \_ FE

PE \_ \_ OQ\_ET...

**Exercice n° 5 : relier le mot de la colonne de gauche dont les lettres sont rangées dans le désordre, au mot de la case de droite**

MEOANENE	BLEUET
ETBELU	COQUELICOT
QUEOCLTICO	ROSE
LTPUIE	PAVOT
SEOR	TULIPE
LEJLNOQIU	ANEMONE
TMRGAEUIRE	JONQUILLE
OVPTA	MARGUERITE

**Même exercice avec les colonnes inversées :**

TAUREAUX	AIALVDROSLDA
FLAMENCO	ATURXEAU
BARCELONE	RMIADD
SOLEIL	RSTUOEIT
SALVADOR DALI	CARLBENO
MADRID	TCLREUU
ANDORRE	MFENLAOC
TOURISTE	LESIOL
CULTURE	REDANOR

**Exercice n° 6 :** l'objectif est de permettre aux personnes de reconstituer le premier mot de la liste, ce qui fait travailler la flexibilité mentale, ainsi que l'observation et la mémoire.

ROSE	ROS	RS	SOR
IRIS	IRI	IS	SRI
TULIPE	TULI	TP	EIT
VIOLETTE	VIOLET	VTE	ETV
MARGUERITE	MARGUERI	MGT	TEM
NENUPHAR	NENUPH	NEP	PHN
BLEUET	BLEU	BEU	ETB
JONQUILLE	JONQUIL	JQL	JEQ
LYS	LY	L	YSL

**Exercice n° 7 :** retrouver le nom d'une fleur

Savez-vous de quelle fleur il s'agit ?



Une belle de nuit

Une belle de jour

Une belle tout court

**Exercice n° 8 : trouver les correspondances et les relier entre elles**

Anémone rouge	La timidité ; je n'ose pas vous avouer mon amour
Bleuet	La persévérance ; j'ai foi en votre amour
Coquelicot	Porte-Bonheur
Muguet	Aimons nous au plus tôt
La pensée	Déclaration d'amour
La tulipe	Pensées affectueuses
La rose	Symbole de l'amour

**Exercice n° 9 : jeux d'associations. Il s'agit ici de former des catégories en rassemblant par exemple toutes les fleurs dans une première catégorie puis les animaux, les fruits avec un objectif de flexibilité mentale.**

TULIPE	ROUGE	JAUNE	VIOLET
CHIEN	LAPIN	BLEUET	DANSE
POMME	MARGUERITE	BANANE	ORANGE
NATATION	OURS	COQUELICOT	GYM
MAUVE	FRAISE	DANSE	SINGE

**Exercice n° 10 : chansons. Les résidents sont invités à retrouver les lettres manquantes. Chaque phrase figure dans une chanson connue.**

Le temps du MU \_ \_ ET

Il est revenu le t \_ \_ \_ S DU M \_ \_ \_ \_ \_ .

Comme un vieil A \_ \_ retrouvé

Il est RE \_ \_ \_ U flâner les long des quais jusqu'au banc où

Je t'att \_ \_ \_ \_ \_ et j'ai vu refluer l'éclat de ton Sou \_ \_ \_ \_ au-  
jour'hui

Plus B \_ \_ \_ que JA \_ \_ \_ \_ .

Le T \_ \_ \_ \_ du M \_ \_ \_ \_ ne dure J \_ \_ \_ \_ plus L \_ \_ \_ \_ \_ que le  
mois de M \_ \_ .