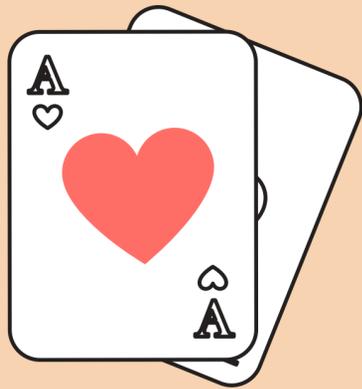


ACTIVITÉS «DÉBRANCHÉES» POUR LES PERSONNES ATTEINTES D'UN TROUBLE NEUROCOGNITIF ET LEUR AIDANTS NATURELS

1. Lire à haute voix des chapitres de livres
2. Lire une bande dessinée ensemble
3. Jouer de la musique et chanter
4. Faire leur tarte préférée
5. Chanter de vieilles chansons
6. Jouer aux dominos
7. Faire un nouveau casse-tête
8. Jouer avec des toupies
9. Jouer leur jeu de cartes préféré
10. Préparer leur thé ou café préféré
11. Parcourir un catalogue
12. Prendre un thé l'après-midi
13. Faire un pique-nique à l'intérieur
14. Faire de la crème glacée maison
15. Faire des papillons en papier
16. Faire des sandwichs au beurre d'arachide
17. Jouer au bonhomme pendu
18. Réciter des comptines



AMUSER

19. Lancer une balle
20. Promenade dans la cour
21. S'étirer ensemble
22. Danser
23. Faire des exercices assis
24. Faire un jeu de palets
25. Tai Chi
26. Faire du yoga sur chaise
27. Faire de l'aérobique
28. Râcler les feuilles d'automne
29. Jouer au fer à cheval
30. Faire les tâches ménagères
31. Faire tourner vos poignets et vos chevilles
32. Ranger le garde-manger



FAIRE BOUGER

33. Trier les cartes à jouer
34. Laver l'argenterie
35. Rouler le fil en boule
36. Mettre des graines d'oiseaux dehors et observer les oiseaux
37. Compter les pièces de monnaie
38. Cuisiner une recette familiale préférée
39. Cuisiner des petits gâteaux et les décorer
40. Faire une manucure / pédicure
41. Faire du maïs soufflé
42. Arroser les plantes à l'intérieur
43. Plier les serviettes ou le linge
44. Préparer une salade de fruits frais
45. Balayer le patio
46. Enfiler les Cheerios à suspendre pour les oiseaux
47. Faire du pain maison
48. Brosset et peigner les cheveux de l'un l'autre
49. Faire de la limonade
50. Planter des graines à l'intérieur
51. Laver les fenêtres ensemble
52. Cueillir des fleurs
53. Râcler d'herbe fraîchement coupée



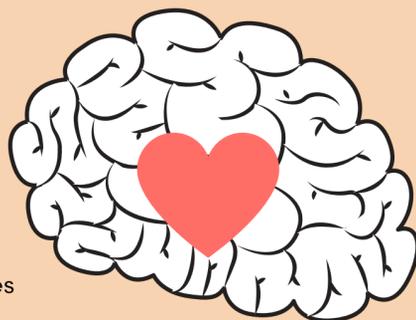
DÉTERMINER

54. Prendre des photos les uns des autres et faites un collage
55. Découper des images de cartes de vœux ou de magazines
56. Trier des objets par forme ou couleur
57. Faire des cartes pour vos proches
58. Faire un album
59. Écrire un poème ensemble
60. Faire une affiche de l'arbre généalogique
61. Faire des modèles avec Play-doh
62. Peigner avec les doigts
63. Demander à la personne de vous montrer leur passe-temps préféré
64. Écrire dans un journal
65. Jouer d'un instrument de musique
66. Écrire une courte histoire ensemble
67. Écouter de la musique
68. Colorier des images
69. Enfiler des perles
70. Faire des décorations de Noël
71. Coudre un oreiller
72. Construire des voitures miniatures



CRÉER

73. Faire une entrevue sur caméra sur la vie de la personne
74. Demander à la personne quel est son repas préféré
75. Poser des questions sur sa première voiture
76. Sentir les parfums familiaux
77. Demandez de raconter son premier concert
78. Invitez-le à vous parler de leur père ou de leur mère
79. Lire de vieilles lettres ou journaux
80. Lire les anciennes cartes de vœux
81. Poser des questions sur leur meilleure journée à la plage
82. Poser des questions sur ses livres d'enfance préférés
83. Inviter la personne à vous en dire plus lorsqu'elle partage des souvenirs avec vous
84. Poser des questions sur ses frères et sœurs
85. Poser des questions sur leur premier jour d'école
86. Écrire une lettre à un ami ou à un membre de la famille



SE REMÉMORER

87. Regarder à travers les boîtes à souvenirs ensemble
88. Parler de leur premier animal de compagnie
89. Parler de la maison dans laquelle ils ont grandi
90. Poser des questions sur le jour de son mariage
91. Poser des questions sur son animal préféré
92. Demander à la personne de décrire le héros de leur sport favori
93. Inviter la personne à vous parler d'une décennie spécifique
94. Demander à la personne quel est sa pâtisserie ou son biscuit préféré.
95. Poser des questions sur son voyage de chasse / pêche préféré
96. Se rappeler vos meilleurs souvenirs d'été
97. Regarder les photos de famille
98. Demander à la personne quelle est sa journée préférée
99. Se rappeler ses vacances préférées
101. Poser des questions sur leur meilleur ami d'enfance
102. Discuter de son congé préféré

Société Alzheimer Society

NEW BRUNSWICK /
NOUVEAU BRUNSWICK