



Fondation
Maison des Champs
de Saint François d'Assise

Reconnue d'utilité publique depuis 1932

LIVRET D'ACTIVITES

AVRIL 2021

Thème du jour : analyse et logique

Consigne : complétez ce sudoku avec des chiffres de 1 à 9 : chaque chiffre ne doit apparaître qu'une fois dans chaque ligne, chaque colonne et chaque bloc.

	1	3			7			9
	5	7	1	8	9		3	6
6		9	2				1	4
1		2	6	4		9		7
7	4			5	1		2	8
		8		7		4		
3		5	8			1		2
9	6	1	5	2		8		
8	2			1	3	6	9	



JEUDI 1er AVRIL 2021 - St Hugues

Thème du jour : analyse et logique

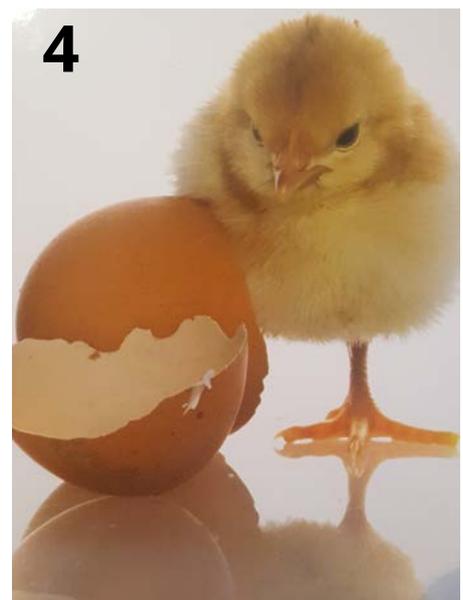
Solutions

2	1	3	4	6	7	5	8	9
4	5	7	1	8	9	2	3	6
6	8	9	2	3	5	7	1	4
1	3	2	6	4	8	9	5	7
7	4	6	9	5	1	3	2	8
5	9	8	3	7	2	4	6	1
3	7	5	8	9	6	1	4	2
9	6	1	5	2	4	8	7	3
8	2	4	7	1	3	6	9	5



Thème du jour : organisation temporelle

Consigne : remettez ces images dans l'ordre chronologique.



Thème du jour : apprentissage ou rappel

Apprendre à se relever en cas de chute



Allongé sur le dos, vous basculez sur le côté en ramenant le bras opposé.



En appui latéral, ramenez une jambe vers le haut.



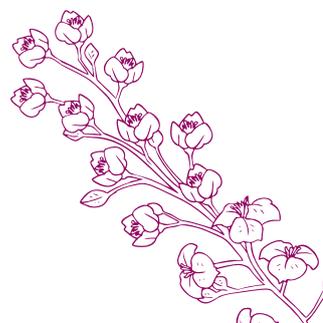
Relevez-vous en prenant appui sur les 2 coudes et sur le genou.



Mettez-vous à quatre pattes.



Prenez appui (sur une chaise par exemple) pour vous relever en douceur.



Thème du jour : langage écrit et mémoire

Consigne : écrivez le nom du fruit représenté à droite de chaque photographie.

1



2



3

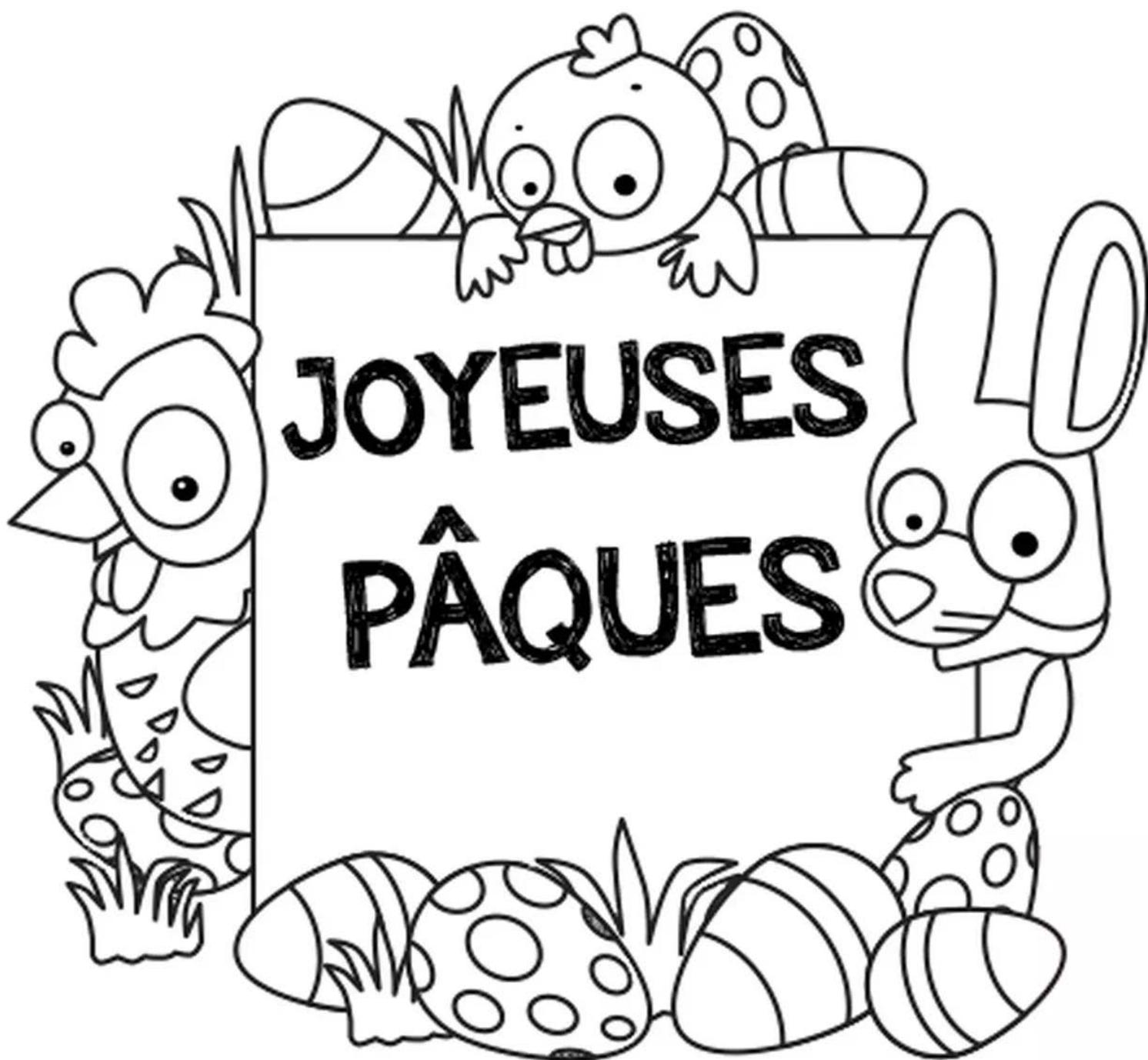


4



LUNDI 5 AVRIL 2021 - Lundi de Pâques

Coloriez ce beau mandala !



Thème du jour : énigmes

Consigne : devinez les aliments.



A

On me mange
Je suis blanc et oval
Les poules me pondent
Je suis _____

B

On me mange
Je suis un fruit et on me
mange en légume
Je suis rond et rouge
Je suis _____

C

On me mange
Je suis fait de pommes
de terre
Je suis _____

D

On me mange
Je suis un fruit rouge,
vert ou jaune
Je suis _____

Thème du jour : journée mondiale de la santé



La journée mondiale de la santé est une journée internationale consacrée à la promotion de la santé. Elle est célébrée chaque année le 7 avril pour marquer l'anniversaire de la création de l'Organisation mondiale de la santé (OMS). Cette journée offre une occasion de mobiliser l'action autour d'un thème de santé publique qui concerne le monde entier.



Thème du jour : langage écrit / mots fléchés

Consigne : remplissez cette grille.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

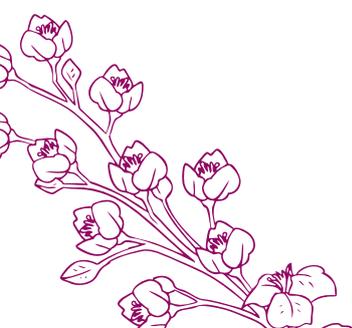
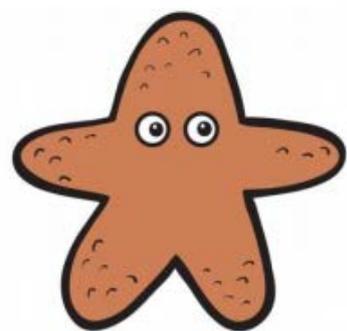
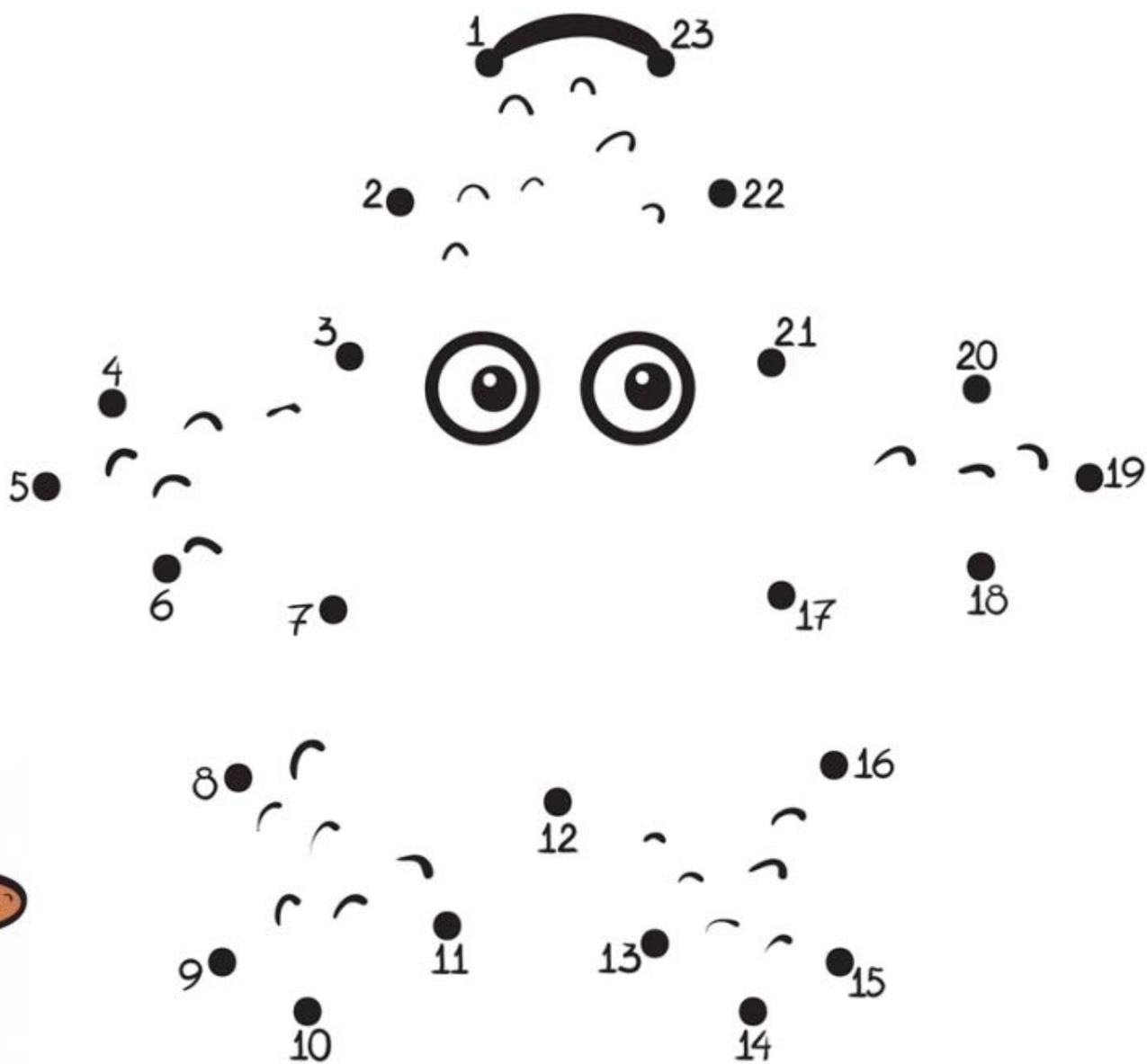
10

11

12

Thème du jour : numérotation / repérage spatial

Consigne : par ordre croissant, reliez les chiffres, de préférence sans lever votre crayon.



Le saviez-vous?



Fondation
Maison des Champs
de Saint François d'Assise

Reconnue d'utilité publique depuis 1932

LES CHUTES SONT RESPONSABLES DE

12000

DÉCÈS ANNUELS DE PERSONNES ÂGÉES



CHUTES DES PERSONNES ÂGÉES



1/3 >

+65 ans



1/2 >

+80 ans

font une ou plusieurs chutes / an



COÛT ESTIMÉ

2

MILLIARDS D'€



EHPAD



590 000

résidents en EHPAD



En moyenne

2 chutes

/ an
par résident
en EHPAD

50%

des chutes
nocturnes
ne sont pas
dépistées
en EHPAD

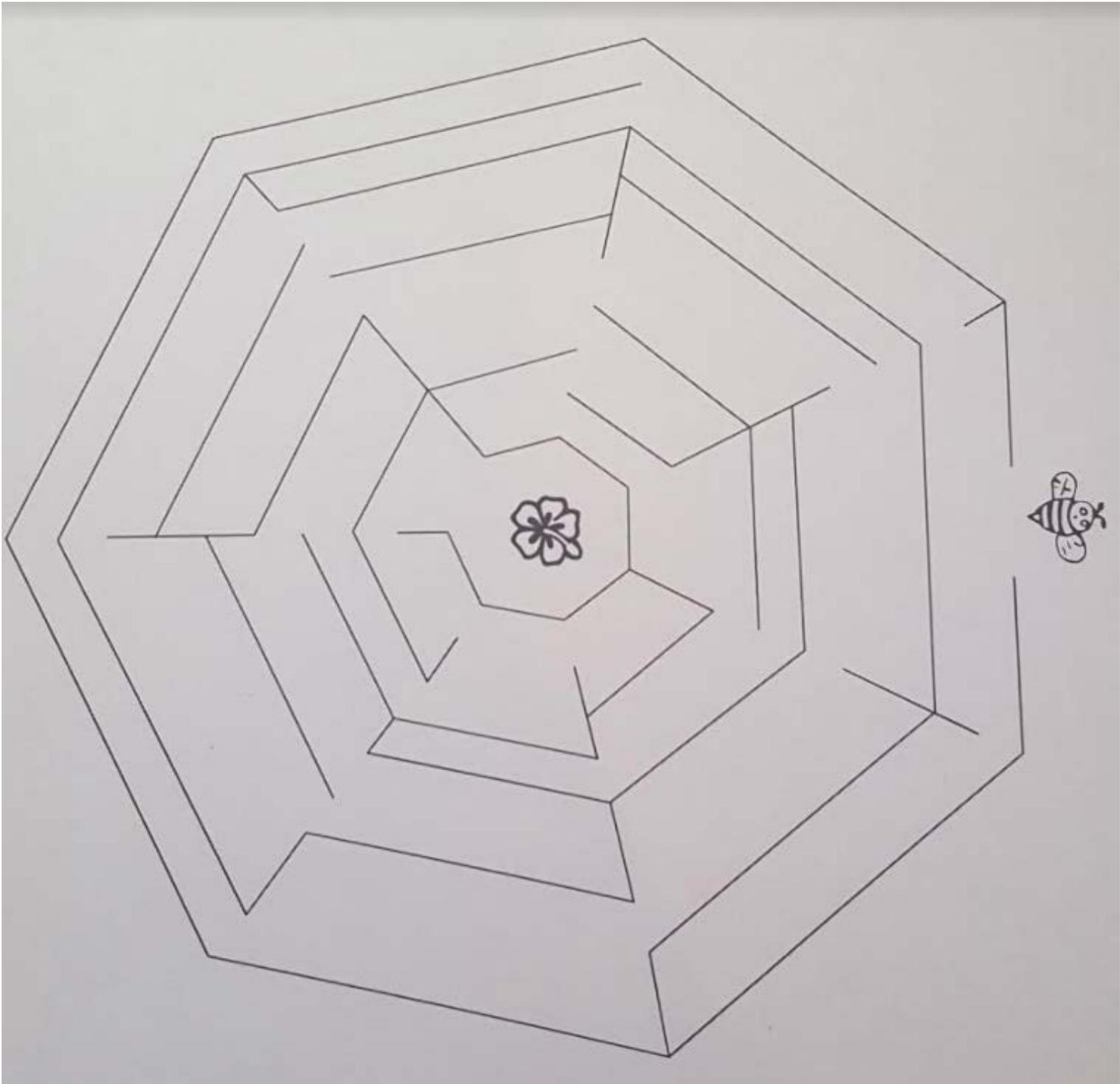


Plus le temps passé au sol est long, plus les pathologies associées "post-chute" et les coûts pour la collectivité sont importants.



Thème du jour : labyrinthe

Consigne : retrouvez le chemin.



Solution proposée à la page suivante

LUNDI 12 AVRIL 2021 - St Jules

Thème du jour : évasion / détente



Aujourd'hui vous allez tenter de vous replonger dans un lieu qui vous fait du bien.

En position assise ou allongée, installez vous confortablement et fermez les yeux.

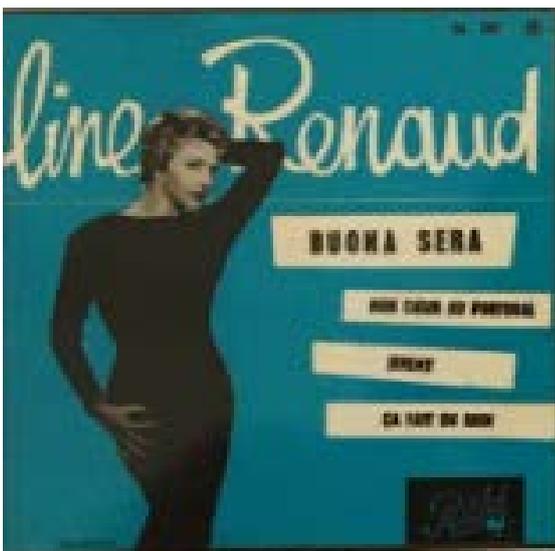
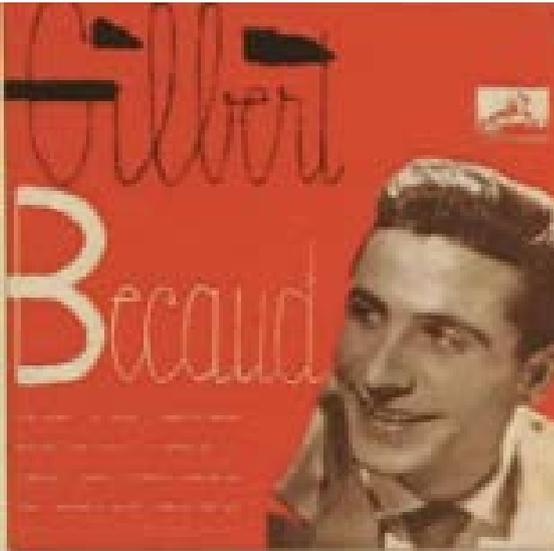
Imaginez le lieu de votre choix, les sons, les odeurs qui s'y réfèrent.

Respirez calmement et gardez en mémoire ce moment pendant quelques minutes.

MARDI 13 AVRIL 2021 - St Ida

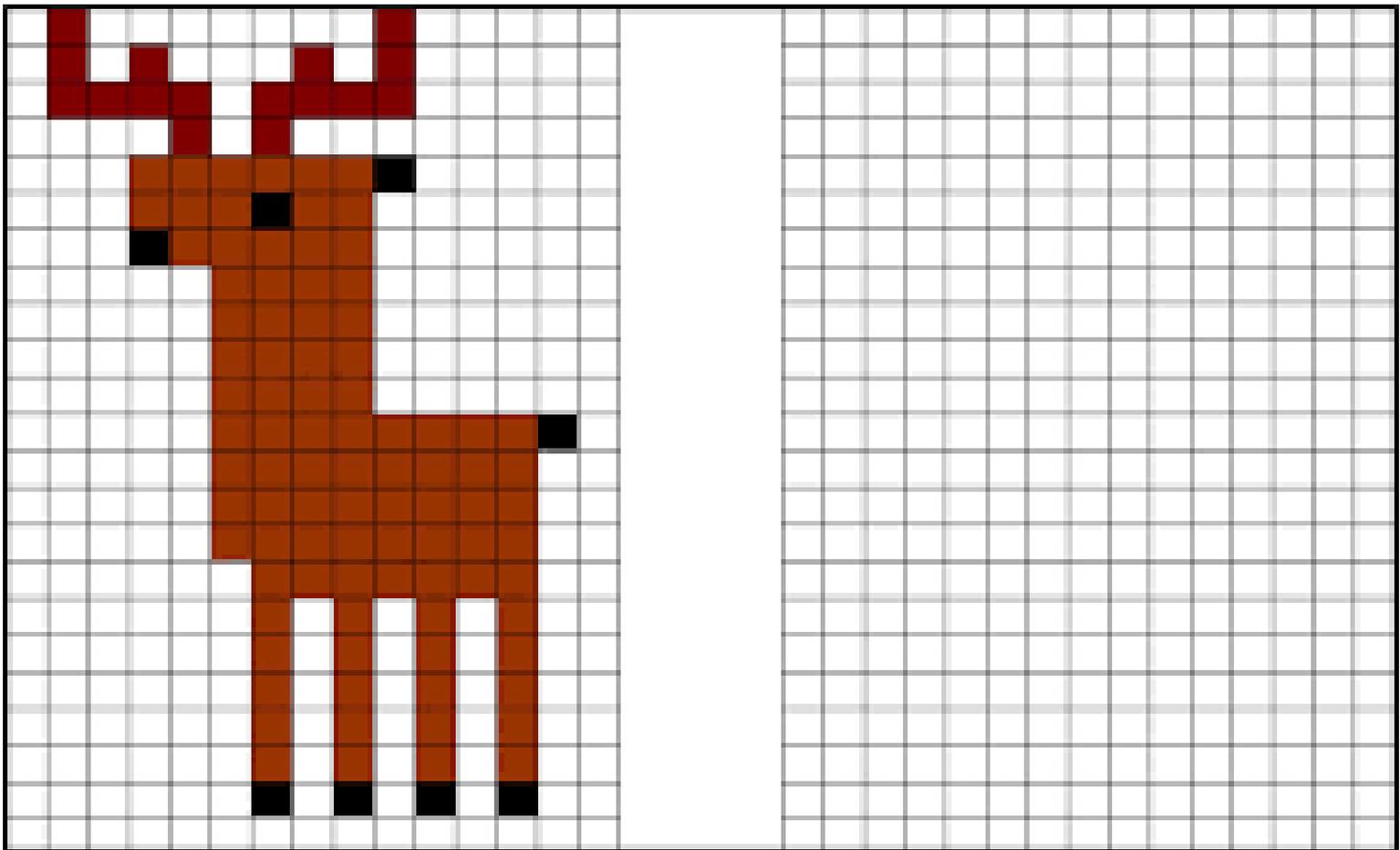
Thème du jour : mémoire

Consigne : observez ces 4 disques que l'on écoutait dans les années 50 et mémorisez le nom des artistes.



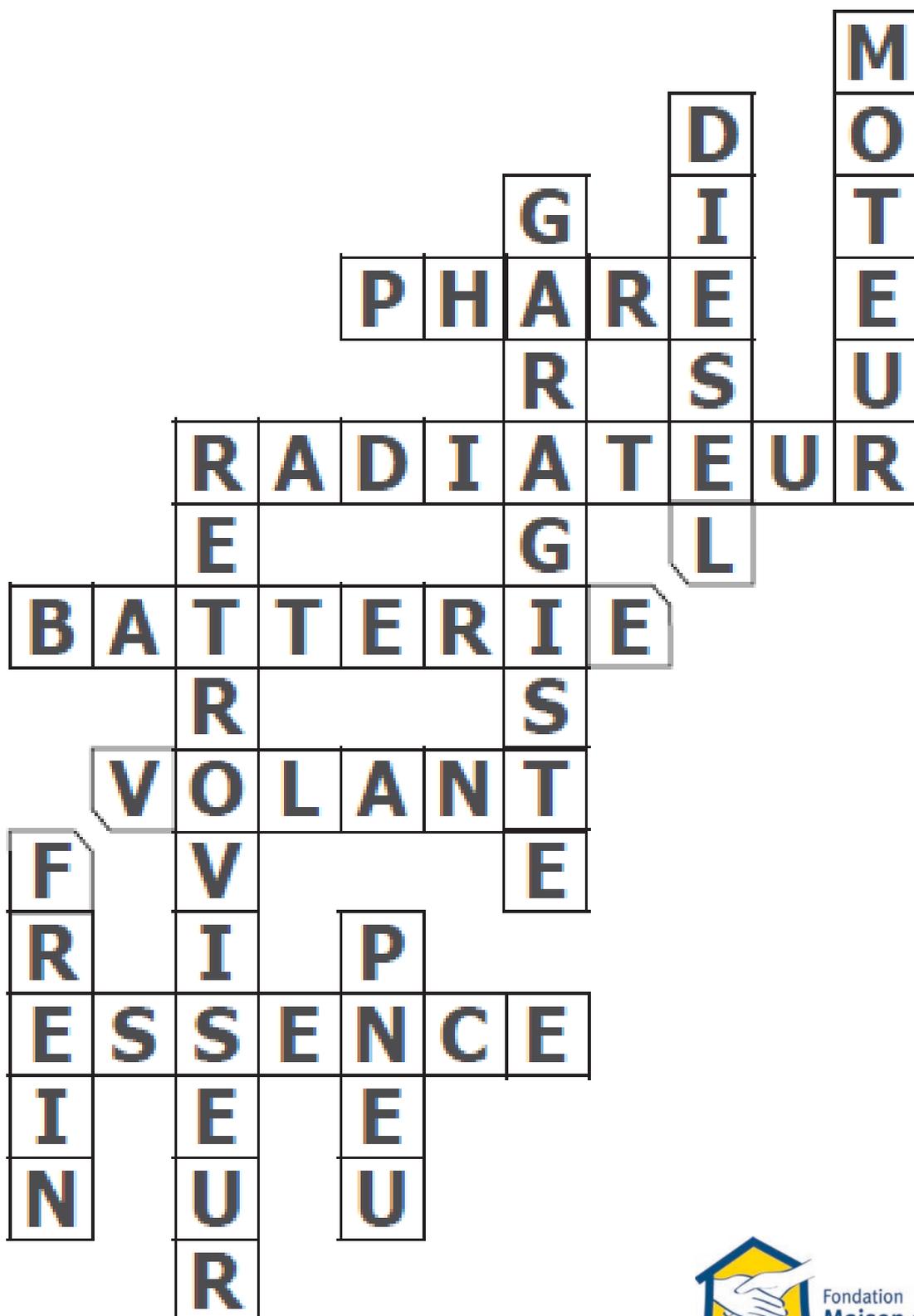
Thème du jour : repérage spatial

Consigne : reproduisez la même image en vous aidant du quadrillage à droite.



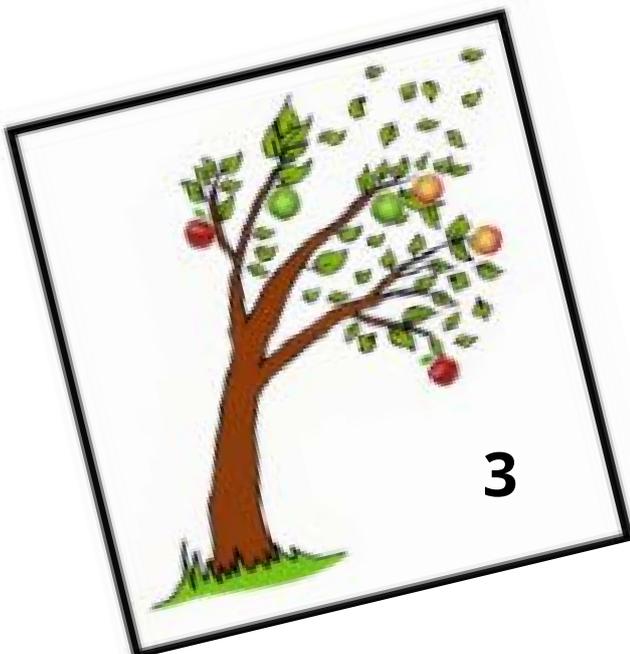
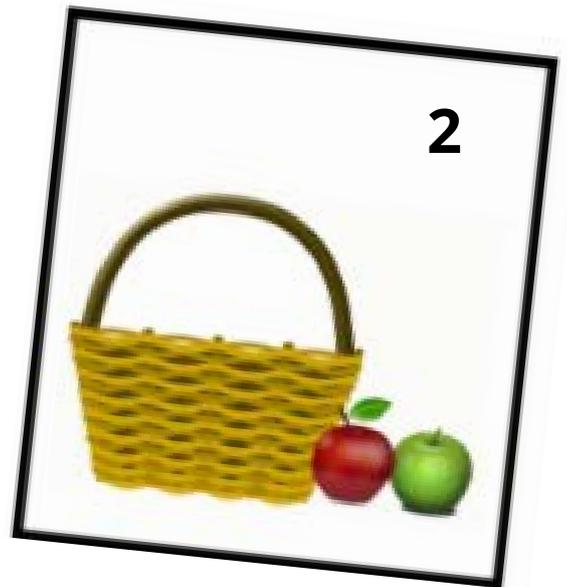
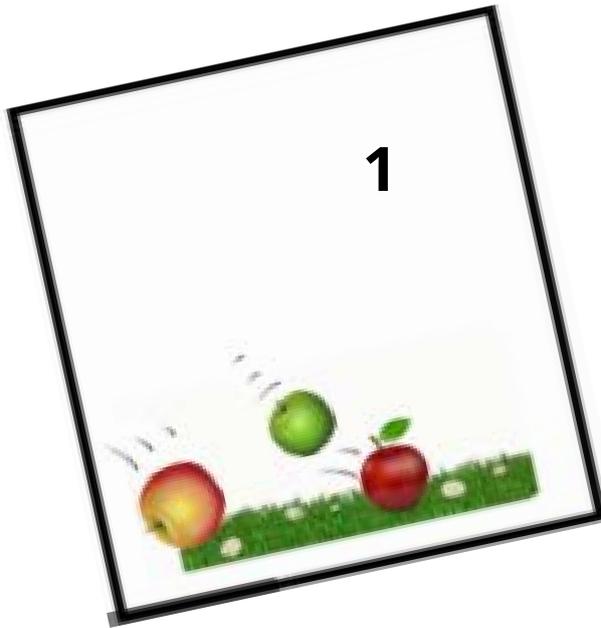
Thème du jour : mots croisés

Solutions



Thème du jour : organisation temporelle

Consigne : remettez ces images dans l'ordre chronologique.



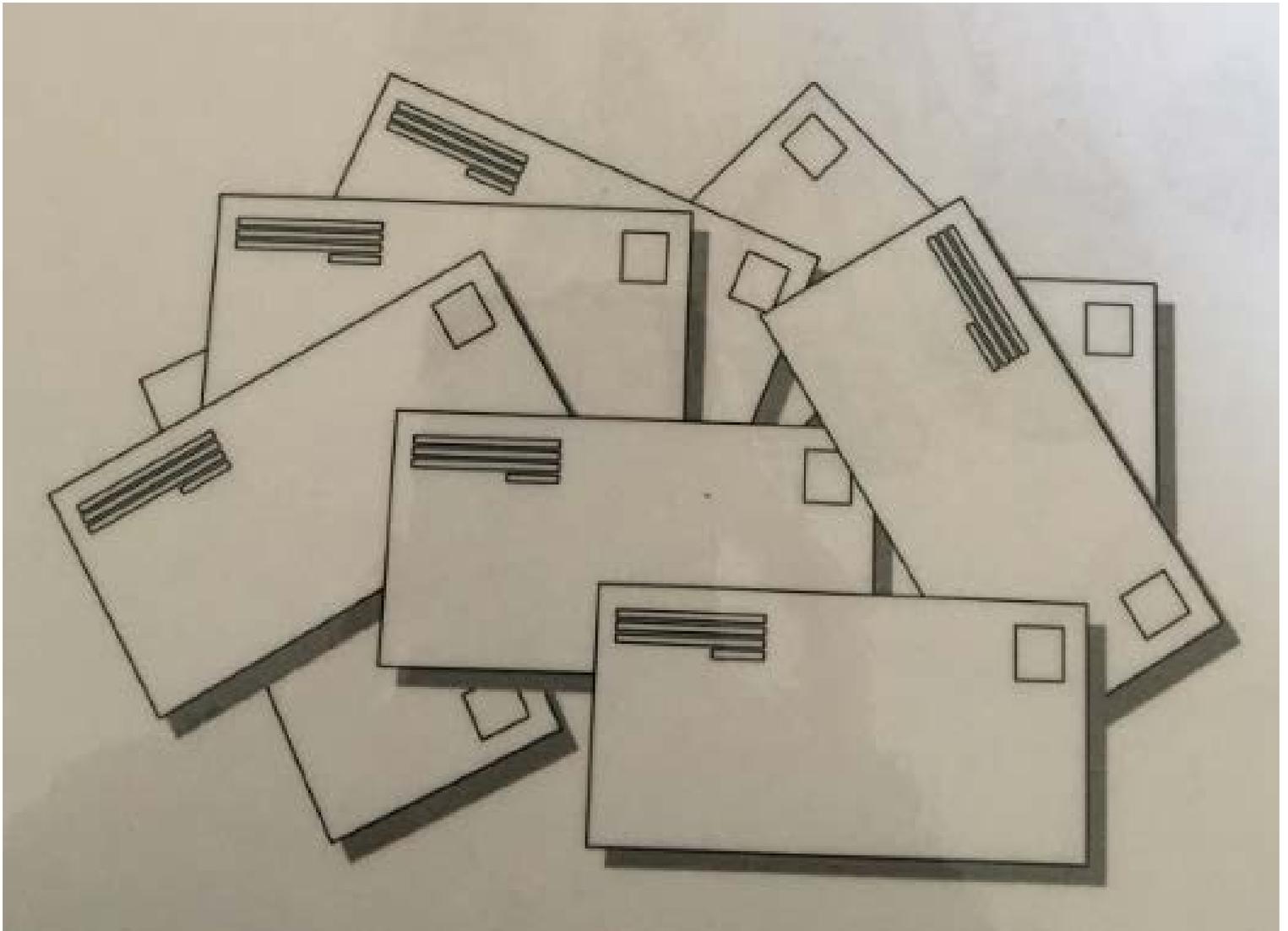
Thème du jour : yoga assis

Consigne : reproduisez ces mouvements, bien assis sur une chaise. Faites chaque mouvement des deux côtés.



Thème du jour : attention / comptage

Combien y a t-il d'enveloppes ?



Nombre d'enveloppes : 9

LUNDI 19 AVRIL 2021 - St Emma

A vos crayons ! Coloriez ce beau mandala !



Fondation
Maison des Champs
de Saint François d'Assise

Reconnue d'utilité publique depuis 1932

Thème du jour : gastronomie

Consignes : écrivez à droite de chaque photo le plat présenté.

1



2



3



4



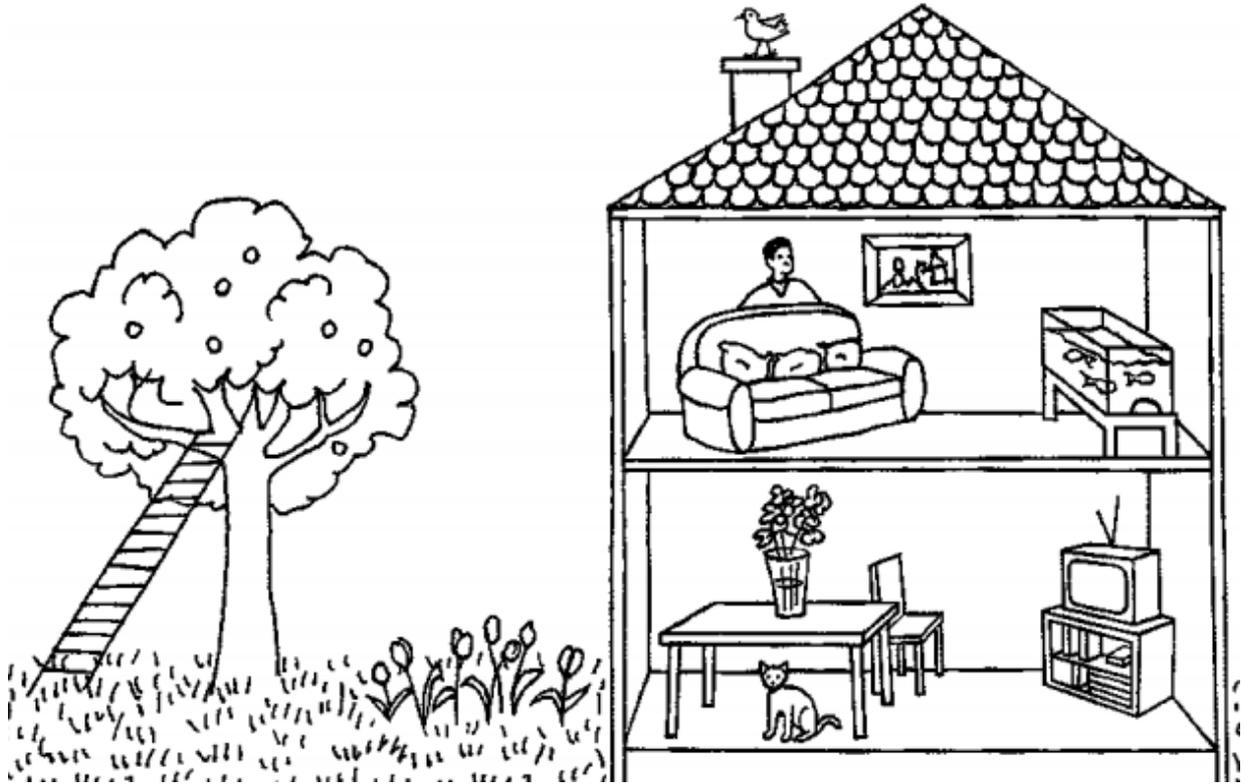
Solutions : 1: pâtes à la carbonara / 2: choucroute/ 3: raclette / 4: tomates farcies

Thème du jour : repérage spatial



Consigne : regardez bien le dessin, puis complétez les phrases avec les mots suivants.

entre - devant - sur - à l'extérieur - dans - au-dessous



- 1- L'oiseau est _____ la cheminée.
- 2- L'arbre est _____ de la maison.
- 3- Les poissons sont _____ l'aquarium.
- 4- Le bouquet de fleurs est posé _____ la table.
- 5- Le chat est assis _____ de la table.
- 6- Le poste de télévision est _____ la chaise.

Thème du jour : attention

Consigne : barrez tous les 9.

3	5	7	11	13	17
29	31	37	41	43	47
61	67	71	73	79	83
101	103	107	109	113	127
139	149	151	157	163	167
181	191	193	197	199	211
229	233	239	241	251	257
271	277	281	283	293	307
317	331	337	347	349	353
373	379	383	389	397	401
421	431	433	439	443	449
463	467	479	487	491	499
521	523	541	547	557	563

Thème du jour : jeux de chiffres et calculs

Consigne : remettez ces plaques de calcul à leur place.

$9 + 6$

$7 + 4$

$8 + 5$

$3 + 6$

A

= 9

B

= 15

C

= 13

D

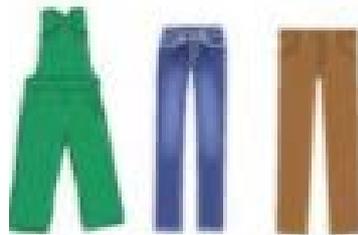
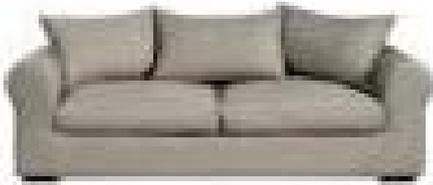
= 11

Solutions: A: $3 + 6 = 9$ / B: $9 + 6 = 15$ / C: $8 + 5 = 13$ / D: $7 + 4 = 11$



Thèmes du jour : repérage visuo-spatial / mémoire

Consignes : entourez les 5 objets que nous pouvons trouver dans une cuisine.



DIMANCHE 25 AVRIL 2021 - Jour du souvenir des
victimes de déportation

JOURNEE NATIONALE DU SOUVENIR
des victimes et des héros de la Déportation



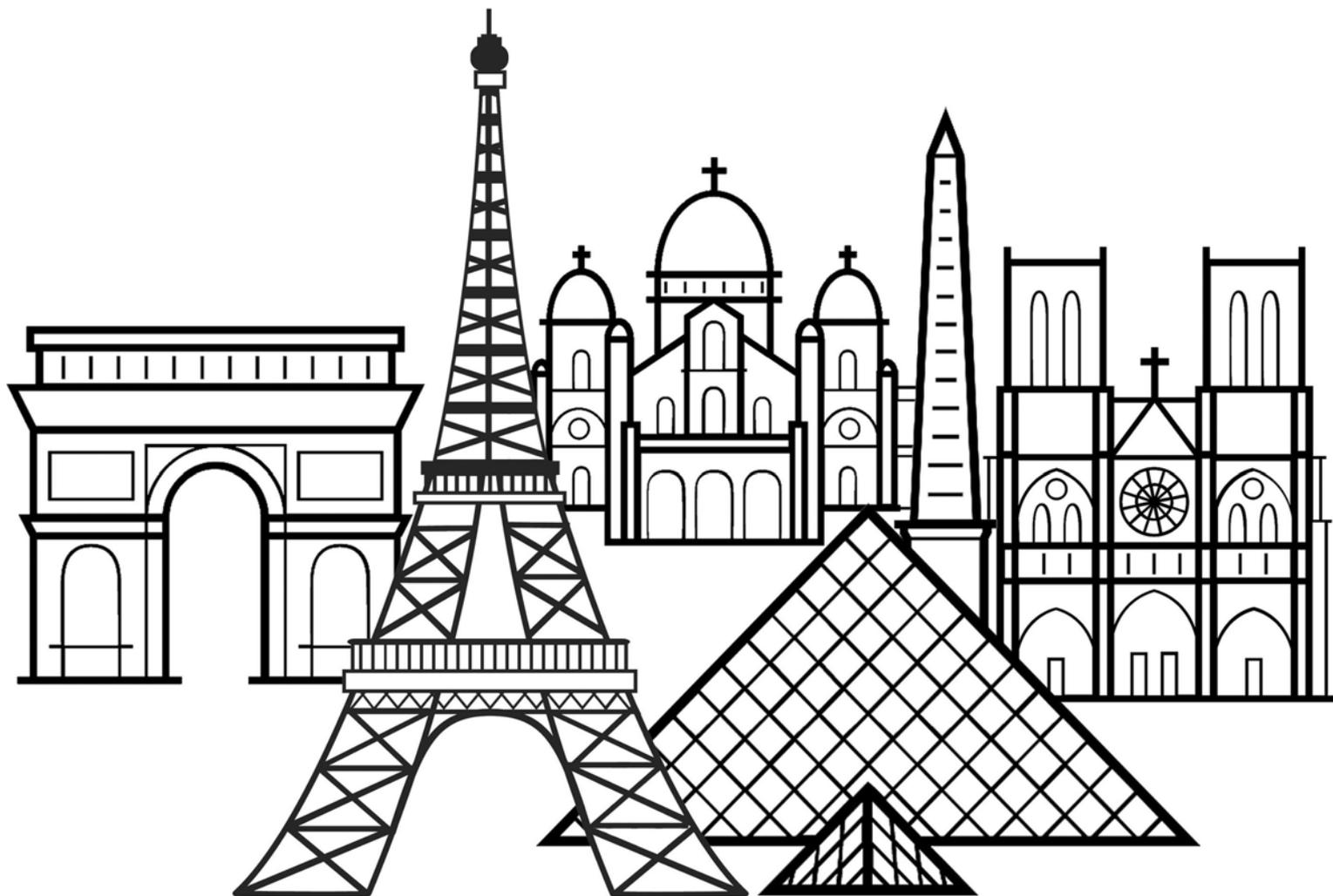
La Journée nationale du souvenir des victimes de la déportation honore la mémoire de tous les déportés sans distinction et rend hommage à leur sacrifice. Cette journée a pour vocation de rappeler à tous ce drame historique majeur, les leçons qui s'en dégagent, pour que de tels faits ne se reproduisent plus.



Fondation
Maison des Champs
de Saint François d'Assise

Reconnue d'utilité publique depuis 1932

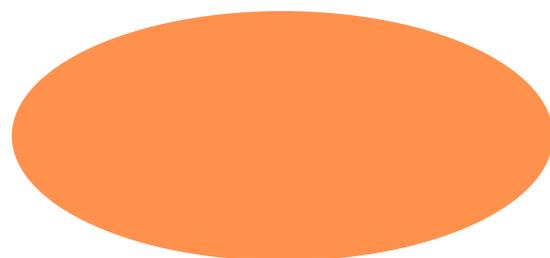
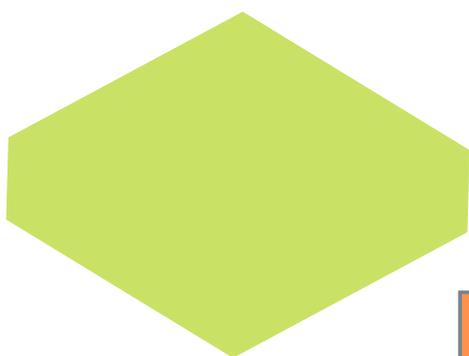
Coloriez ce mandala et indiquez quels sont les monuments célèbres de Paris que vous reconnaissez.



Solutions : nous pouvons voir sur ce mandala **la Tour Eiffel, l'Arc de triomphe, la Cathédrale de Notre Dame de Paris, la Pyramide du Louvre et la Basilique du Sacré-Coeur.**

Thème du jour : classement de mots

**Consignes : trouvez le nom de chaque étiquette
pour trier ces mots**



citron
corbeau
pigeon
football
ananas
carotte
haricot

cerise
gymnastique
perroquet
courgette
merle
natation
fraise



Thèmes du jour : attention / concentration

Consigne : trouvez les symboles communs entre chaque image.





Mettez un fond musical calme si vous le souhaitez.

Assis ou allongé, installez-vous confortablement.

Fermez les yeux.

Posez une main sur votre ventre et l'autre main sur votre cage thoracique.

Concentrez-vous sur les mouvements de respiration (inspirations et expirations) pendant quelques minutes.



*Nous nous retrouvons le mois
prochain !*

Prenez bien soin de vous !



Fondation
Maison des Champs
de Saint François d'Assise

Reconnue d'utilité publique depuis 1932

Équipe Spécialisée Alzheimer
de la Fondation Maison des Champs
16 rue du général brunet 75019 PARIS
coordination-esa@fmdc.fr -
06.75.11.88.54