

# LA GAZETTE

## DE



**La boîte à outils**  
d'animations cognitives

## L'ART



**Proposer des ateliers artistiques  
aux personnes âgées favorise  
l'expression de soi, stimule la  
mémoire et crée du lien social  
tout en nourrissant leur  
sensibilité et leur bien-être.**

### AU PROGRAMME :

- 1- Bienfaits  
des ateliers artistiques**
- 2- Idées d'ateliers  
artistiques**
- 4- les ateliers  
de la boîte à outils**

# BIENFAITS DES ATELIERS ARTISTIQUES

## Bienfaits cognitifs et émotionnels

**Stimulation de la mémoire et de l'attention** : manipuler, créer, observer sollicite les fonctions cérébrales de manière douce et ludique.

**Expression des émotions** : l'art permet de dire ce que les mots ne peuvent plus toujours exprimer.

**Valorisation de soi** : créer quelque chose de beau renforce l'estime de soi et le sentiment d'utilité.

## Renforcement du lien social

**Moments de partage** : les ateliers favorisent les échanges entre résidents, animateurs et parfois les familles.

**Rupture de l'isolement** : participer à une activité collective aide à sortir de la solitude.

**Transmission intergénérationnelle** : certains ateliers peuvent inclure des enfants ou des artistes extérieurs.

## Accessibilité et plaisir

**Adaptables à tous les niveaux** : que l'on soit en pleine forme ou en perte d'autonomie, il existe des formes d'art pour chacun.

**Activité non médicalisée** : l'art apporte du plaisir sans enjeu thérapeutique direct, ce qui le rend plus léger et engageant.

**Évasion et imagination** : créer permet de voyager, rêver, se reconnecter à des souvenirs, stimuler l'imagination.

# IDÉES D'ATELIERS ARTISTIQUES

## Activités créatives et manuelles

**Atelier peinture ou aquarelle** : libre ou guidé, avec des thèmes comme les saisons, les souvenirs, ou des œuvres célèbres à réinterpréter.

**Collage et création de tableaux sensoriels** : textures, couleurs, matériaux variés (tissu, papier, boutons...).

**Modelage (argile, pâte autodurcissante)** : très tactile, excellent pour la motricité fine.

**Art floral** : composition de bouquets ou création de tableaux avec des fleurs séchées.

## Activités autour de l'histoire de l'art

**Conférences interactives** : sur des artistes ou mouvements (Impressionnisme, Art naïf...), avec projection d'images.

**Quiz ou jeux de mémoire visuelle** : reconnaître des œuvres, associer un style à un peintre.

**Visites virtuelles de musées** : avec commentaires et échanges (Louvre, Musée d'Orsay, etc.).

Un site avec des visites virtuelles : [Par ici !](#)

23 activités autour de l'art avec plein de références : [Par ici !](#)

Un site proposant 50 tableaux connus et leur présentation : [Par ici !](#)

# IDÉES D'ATELIERS ARTISTIQUES

## Activités d'expression artistique

**Théâtre ou lecture expressive** : mise en voix de textes, saynètes, improvisations douces.

**Chant ou musique autour de l'art** : chansons inspirées de tableaux ou d'artistes.

**Écriture créative** : rédiger des poèmes ou des histoires inspirées d'une œuvre d'art.

**Mimes** : Sur simple demande par mail à [contact@laboiteaoutils.org](mailto:contact@laboiteaoutils.org), Je me propose de vous partager une liste de 400 idées de mimes.

## Activités participatives et intergénérationnelles

**Création d'une exposition interne** : avec les œuvres des résidents, vernissage festif.

**Rencontres avec des artistes locaux** : démonstrations, échanges, ateliers.

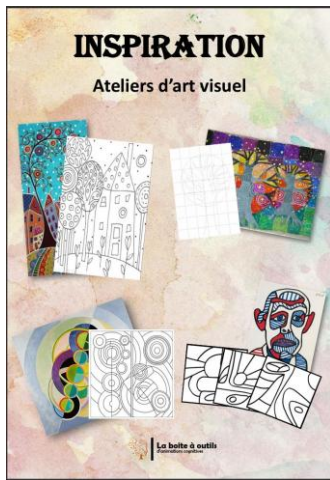
**Projets avec des enfants ou ados** : fresques collectives, ateliers partagés.

## Activités sensorielles

**Art méditatif** : mandalas, coloriage zen, peinture intuitive.

**Muséothérapie** : contempler des œuvres en petit groupe, partager les émotions qu'elles suscitent.

# ATELIERS DE LA BOITE À OUTILS



Inspiration,  
de la catégorie ATELIERS CREATIFS

## Inspiration

Ce livret va vous permettre d'animer dix séances d'art visuel. En s'inspirant du style de 10 artistes, les personnes que vous accompagnez pourront créer des œuvres individuelles ou collectives en toute simplicité. En bonus, je vous ai rajouté dix tableaux connus à colorier.

## Questions

### de musique classique

Ce diaporama sur le thème de la musique classique se déroule en trois temps.

Après un blind test sur les airs les plus connus, un quiz est proposé. Pour finir l'atelier par une note de plaisir, je vous propose 9 titres à écouter au choix.



Questions de musique classique,  
de la catégorie QUIZ DE CULTURE GENERALE



Le faussaire,  
de la catégorie QUIZ DE CULTURE GENERALE

## Le faussaire

Le faussaire est un diaporama proposant l'exploration des tableaux les plus connus.

Il s'agit de bien observer les tableaux proposés pour désigner le plus authentique.

Ensuite un quiz propose des questions sur les tableaux visités.

# ATELIERS DE LA BOITE À OUTILS

Retrouvez de nombreux modèles de mandalas collectifs  
sur le site, dans la catégorie ATELIERS CREATIFS



L'arbre mandala,  
de la catégorie ATELIERS CREATIFS



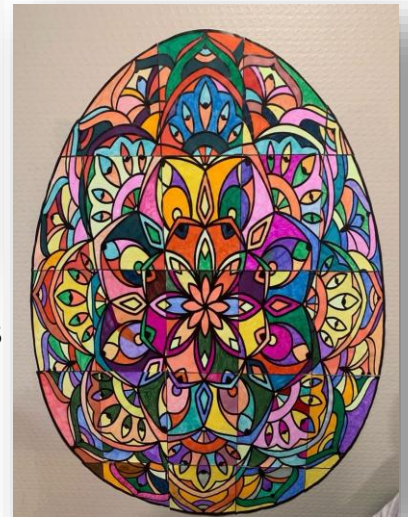
Le sapin mandala,  
de la catégorie ATELIERS CREATIFS



Le mandala collectif,  
de la catégorie ATELIERS CREATIFS



L'hippocampe,  
de la catégorie ATELIERS CREATIFS



L'œuf mandala,  
de la catégorie ATELIERS CREATIFS

Je vous souhaite de passer une bonne semaine !

Sandrine, de [La Boite à outils d'animations cognitives](https://www.laboiteaoutils.com)

Vous recevez cette newsletter car vous êtes abonné sur le site de La Boite à outils.  
Pour vous désinscrire, rendez-vous dans votre espace client.