



Cahier de jeux

Mai 2020

Pour solliciter
notre intellect

Pour
renforcer notre
confiance en
nous

Pour se faire
du bien

RÈGLES ESSENTIELLES



La recette pour stimuler ses fonctions cognitives (mémoire, attention, raisonnement, entre autres) consiste à:

- **Faire des efforts** (si l'activité qu'on fait est trop facile, cette activité n'est pas stimulante)
- **Varier les activités** (ex: danse, plusieurs jeux différents, jardinage, cuisine, projets divers)
- **Faire des activités nouvelles** (ex: apprendre une langue, essayer un logiciel, construire soi-même un calendrier de l'avent)

RÈGLES ESSENTIELLES



Pour être sûr que vous suiviez cette recette, certains jeux proposés sont:

- **Difficiles et demandent de faire des efforts** (prenez votre temps, essayez, cherchez, c'est ce processus là qui est stimulant, et non pas de trouver ou réussir)
- **Différents** (pour que vous sollicitiez différents aspects de votre cognition)

Soyez bienveillants avec vous-mêmes.

JEU 11 - MOT COMMUN

Trouver le mot suggéré par les 3 mots
présentés

Exemple :

POING
POUCE
FOUDRE

Réponse = Coup

PERCE

CHASSE

FLOCON

Pour vous aider à chercher, vous pouvez partir d'un mot, et vous demander ce que ça vous évoque. Ensuite, vérifiez si votre réponse peut convenir aux 2 autres mots.

REGLEMENT

RENDU

REBOURS

JOIE

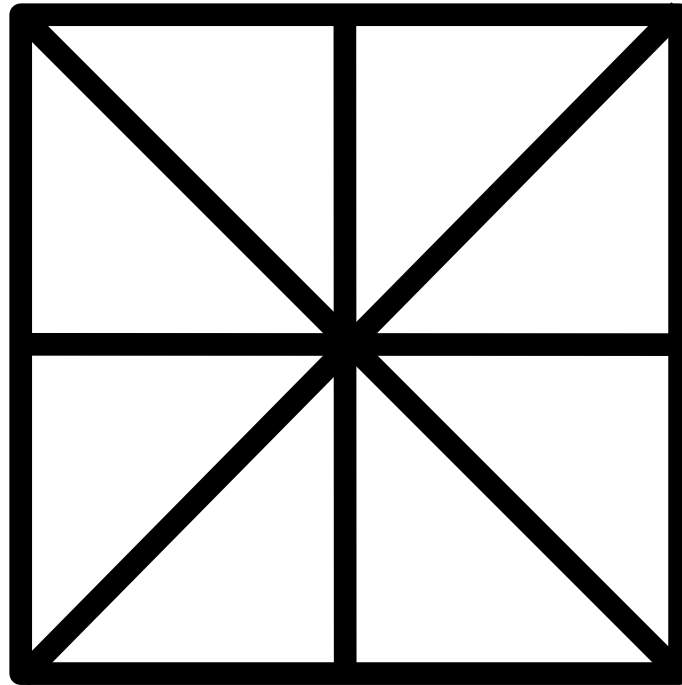
CHEMINEE

PAILLE

JEU 12 - VISUO-SPATIAL

Combien de triangles comptez-vous ?

Indice : les triangles
peuvent être de taille
différente.



JEU 13 - INTRUS

Trouvez le mot qui ne fait pas partie du groupe

BALEINE DAUPHIN BABOUIN BICHE

Il peut y avoir plusieurs réponses possibles, l'objectif est de trouver une règle qui fait qu'un mot peut être considéré comme un intrus. Et trouver autant d'intrus que possible

LÉZARD GRENOUILLE

MANTE-RELIGIEUSE ÉLÉPHANT

SINGE

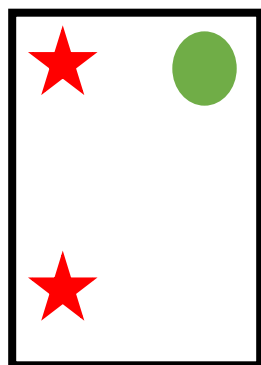
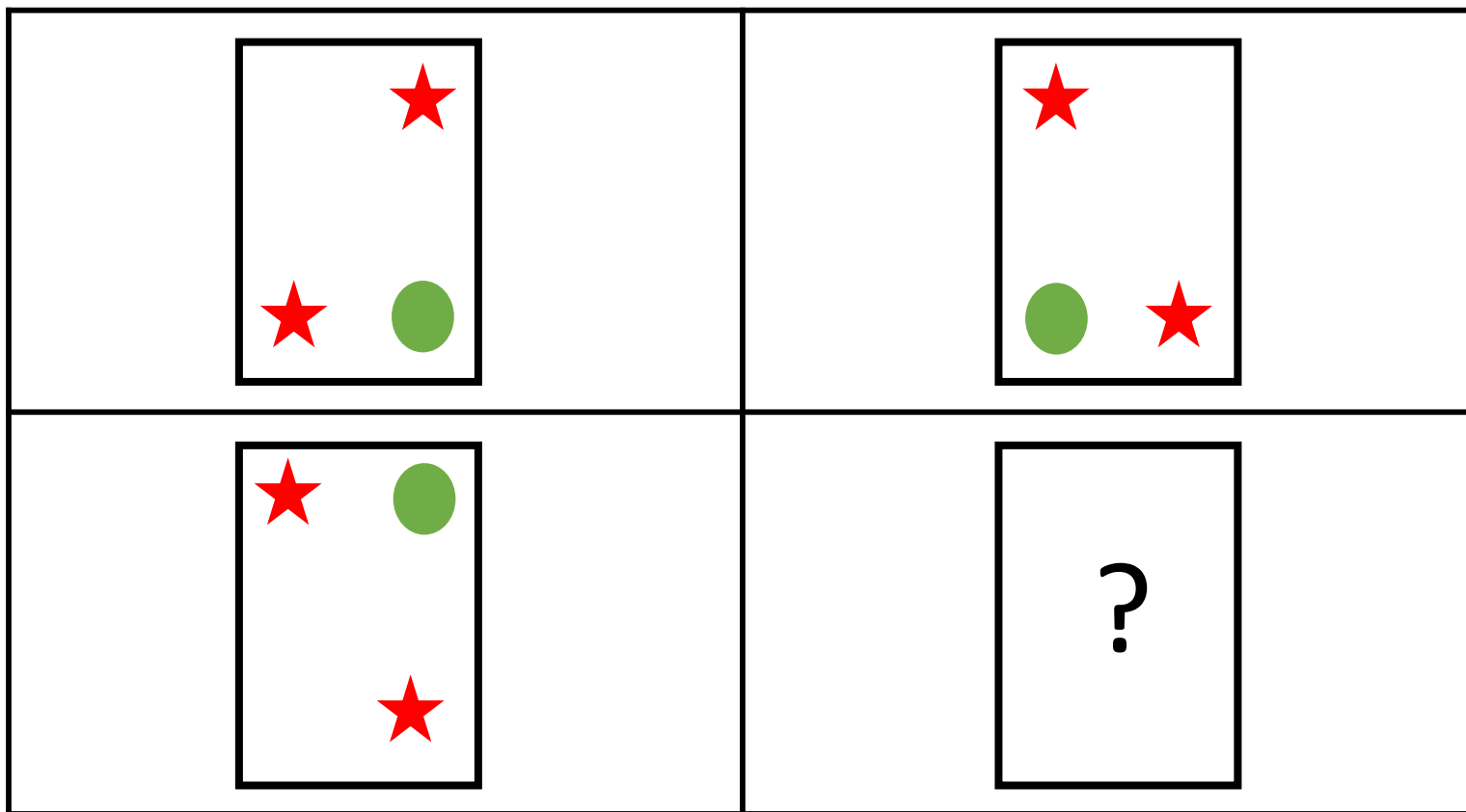
GIRAFE

LION

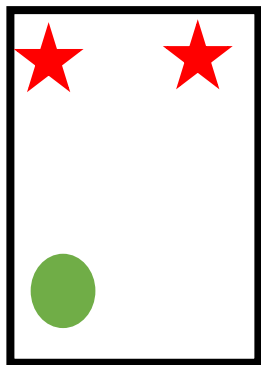
TIGRE

JEU 14 - MATRICES

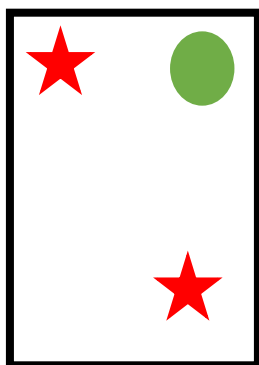
Trouvez la règle entre les cases, appliquez-la aux cases du bas pour découvrir l'objet manquant dans la dernière case.



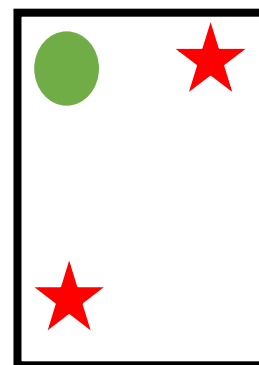
1



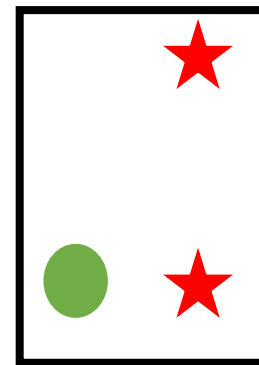
2



3



4



5

JEU 15 - EXPRESSIONS

Des expressions vous sont évoquées. Trouvez-les. Nous cherchons ensuite un mot qui est commun à ces expressions.

- sans bruit
- l'homme est cruel envers ses semblables
 - marin expérimenté
 - à la nuit tombante
- les scélérats ne se font pas de tort

Un animal sauvage

- une petite quantité de
 - dénoncer
 - être très amis
 - il s'en est fallu de peu
- être habile dans les travaux délicats

Une partie du corps humain

JEU 16 - VILLE DU MONDE

Faites des paires pour trouver
le plus rapidement possible le
nom phonétique de villes du
monde

lisse

bosse

tonne

monter

casse

vent

anse

couvert

flore

bonne

vidéo

carat

Faites « sonner » les mots les yeux fermés en les associant ensemble, pour oublier l'orthographe gênante (qui ne ressemble pas du tout à l'orthographe des villes).



www.lafabriqueaneurones.com