

**100 FICHES  
D'ANIMATION  
POUR LES  
PERSONNES ÂGÉES**

## Chez le même éditeur

### • Dans la collection « *Formations sociales et médico-sociales* »

DEAVS. *DIPLÔME D'ÉTAT D'AUXILIAIRE DE VIE SOCIALE*, par J. GASSIER, C. CORDON, 2011, 520 pages

DEAMP. *DIPLÔME D'ÉTAT D'AIDE MÉDICO-PSYCHOLOGIQUE*, par J. GASSIER, C. CORDON, B. BOYANOV, C. ROSE, 2013, 400 pages

DEEJE. *DIPLÔME D'ÉTAT D'ÉDUCATEUR DE JEUNES ENFANTS*, par J. GASSIER, C. ROSE, C. VALETTE, 2011, 457 pages

DEME. *DIPLÔME D'ÉTAT DE MONITEUR ÉDUCATEUR*, par J. GASSIER, C. ROSE, 2012, 297 pages

DEASS. *DIPLÔME D'ÉTAT D'ASSISTANT DE SERVICE SOCIAL* (prévu pour fin 2014)

MÉMO-FICHES DEAMP, par J. GASSIER, C. ROSE, 2014, 202 pages

MÉMO-FICHES AIDES À DOMICILE, ASSISTANTS DE VIE AUX FAMILLES, par J. GASSIER, E. CRÉTEUR, 2014, 275 pages

MÉMO-FICHES DEAVS, par J. GASSIER, C. ROSE, 2014, 326 pages

### • Dans la collection « *AS/AP* »

GUIDE AP - *AUXILIAIRE DE PUÉRICULTURE*, par J. GASSIER, B. BOYANOV, 2013, 624 pages, avec un DVD

GUIDE AS - *AIDE-SOIGNANT*, par J. GASSIER, K. LE NEURÈS, E. PERUZZA, 2012, 640 pages, avec un DVD

MÉMO-FICHES AP. *MODULES 1 à 8*, par J. GASSIER, M. BÉNAZET, 2013, 288 pages

MÉMO-FICHES AS. *MODULES 1 à 8*, par J. GASSIER, E. PERUZZA, 2013, 312 pages

# 100 FICHES D'ANIMATION POUR LES PERSONNES ÂGÉES

Evelyne Allègre  
Psychothérapeute

Jacqueline Gassier  
Professeur de STMS

Avec la collaboration pour les vidéos :

D<sup>r</sup> Bruno Boyanov  
Formateur des personnels de santé  
Président de l'Association de Formation  
des professionnels de santé (AFPS)

D<sup>r</sup> Christian Gassier  
Biologiste médical  
Enseignant en qualité  
de soins EHPAD et CSSR



Collaboration et participation aux vidéos en ligne :  
Bruno Boyanov  
Médecin spécialisé en Ergonomie, Directeur de formation Phénix – Paris.

## Remerciements

Pour l'ouvrage :

- Mme Anita Leclerc, directrice de l'EHPAD de Massiou à La Rochelle (50), et Mme Sophie Essard, animatrice, pour leur implication dans la réédition de l'ouvrage.
- Mme Jamard, animatrice à l'EHPAD « Le parc fleuri » à Camberton (50), pour son implication dans le projet. les résidents : Mme Biard, M. Hio, Mme Hopquin, M. Hostingue, Mme Lebrun, Mme Lereculey, Mme Leterrier, Mme Monnier, M. Savary, ainsi que Mme Pain, pour leur contribution au projet et à leur aimable collaboration au reportage photographique.

Pour la vidéo :

### **SAGECC Polyclinique Saint-Christophe**

Avenue du Dr Marcel Entzol, 97112 Grand Bourg – Marie Galante

*Intervenants :*

- Emmanuelle Pitou – IDE – Animatrice
- Luc Gervelas – AS

### **EHPAD : Fondation Chabrand Thibault**

48, rue Aristide Brian, 95240 Cormeilles en Parisis

*Intervenant :*

- Sylvie Lisse – Animatrice

### **Centre Hospitalier Henri Dunant**

29, rue Henri Dunant, 58400 La Charité sur Loire

*Intervenants :*

- Anais Tritz – Animatrice
- Brigitte Moutaud – ASG de PASA (Pôles d'activités et de soins adaptés)
- Paul Once – Enseignant APA (Activité physique adaptée)

Maquette intérieure : Elodie Breda

Tous droits de traduction, d'adaptation et de reproduction par tous procédés réservés pour tous pays. Toute reproduction ou représentation intégrale ou partielle par quelque procédé que ce soit des pages publiées dans le présent ouvrage, faite sans l'autorisation de l'éditeur est illicite et constitue une contrefaçon. Seules sont autorisées, d'une part, les reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective, et d'autre part, les courtes citations justifiées par le caractère scientifique ou d'information de l'œuvre dans laquelle elles sont incorporées (art. L. 122-4, L. 122-5 et L. 335-2 du Code de la propriété intellectuelle).

# Table des matières

## PARTIE 1

### Les notions à comprendre

<b>CHAPITRE 1</b>	La personne âgée .....	2
<b>NOTION 1</b>	Le vieillissement social .....	2
<b>NOTION 2</b>	Le vieillissement biologique .....	4
<b>NOTION 3</b>	Les troubles comportementaux .....	6
<b>NOTION 4</b>	Les démences .....	9
<b>NOTION 5</b>	L'autonomie .....	14
<b>NOTION 6</b>	Les besoins .....	16
<b>NOTION 7</b>	Les attentes .....	19
<b>NOTION 8</b>	L'estime de soi .....	20
<b>CHAPITRE 2</b>	L'animateur .....	22
<b>NOTION 9</b>	Connaître .....	22
<b>NOTION 10</b>	Motiver .....	24
<b>NOTION 11</b>	Valoriser .....	26
<b>NOTION 12</b>	Socialiser .....	28
<b>NOTION 13</b>	Communiquer .....	29
<b>NOTION 14</b>	Écouter (écoute active) .....	31
<b>NOTION 15</b>	Organiser .....	33
<b>CHAPITRE 3</b>	L'animation .....	35
<b>NOTION 16</b>	Le projet de vie individualisé .....	35
<b>NOTION 17</b>	Le projet de l'institution (et d'animation) .....	37
<b>NOTION 18</b>	La conception de l'animation .....	39
<b>NOTION 19</b>	Les objectifs de l'animation .....	43
<b>NOTION 19 bis</b>	Cas pratique sur les objectifs .....	44
<b>NOTION 20</b>	La préparation de l'animation .....	45
<b>NOTION 21</b>	Le déroulement de l'animation .....	46
<b>NOTION 22</b>	L'évaluation de l'animation .....	48

## PARTIE 2

### Les idées d'animation

<b>CHAPITRE 1</b>	Prendre soin de soi .....	53
<b>A – L'EXERCICE PHYSIQUE</b>	.....	54
<b>FICHE N°1</b>	L'accueil .....	56
<b>FICHE N°2</b>	Les échauffements .....	57
<b>FICHE N°3</b>	L'adresse des bras .....	58
<b>FICHE N°4</b>	L'adresse des jambes .....	59
<b>FICHE N°5</b>	La souplesse et les étirements .....	60
<b>FICHE N°6</b>	La force musculaire .....	61
<b>FICHE N°7</b>	L'échauffement des mains .....	62
<b>FICHE N°8</b>	Les mouvements réfléchis .....	63
<b>FICHE N°9</b>	Le parcours d'équilibre .....	64

<b>FICHE N°10</b>	Le geste et le son .....	65
<b>FICHE N°11</b>	La relaxation .....	66
<b>B – L'ENTRETIEN DE LA MÉMOIRE</b> .....		68
<b>FICHE N°12</b>	La fin de séance .....	67
<b>FICHE N°13</b>	L'accueil .....	70
<b>FICHE N°14</b>	Le trombinoscope .....	71
<b>FICHE N°15</b>	Le quizz musical .....	72
<b>FICHE N°16</b>	Les jeux oraux .....	73
<b>FICHE N°17</b>	La géographie (phase de conception) .....	74
<b>FICHE N°18</b>	La géographie (phase de réalisation) .....	76
<b>FICHE N°19</b>	L'exploration musicale .....	77
<b>FICHE N°20</b>	Le jeu des objets sur la table .....	78
<b>FICHE N°21</b>	Les jeux de mots .....	79
<b>FICHE N°22</b>	Les jeux de culture .....	82
<b>FICHE N°23</b>	Les jeux de cartes à réfléchir .....	85
<b>FICHE N°24</b>	L'image et le son .....	87
<b>FICHE N°25</b>	La mémoire du goût et des parfums .....	88
<b>FICHE N°26</b>	Les paroles et musiques de l'enfance .....	89
<b>FICHE N°27</b>	Le plan de la maison d'enfance .....	92
<b>FICHE N°28</b>	L'exposé des sorties .....	93
<b>FICHE N°29</b>	La cuisine préférée .....	94
<b>FICHE N°30</b>	Le mariage d'antan .....	95
<b>FICHE N°31</b>	La fin de séance .....	96
<b>C – LE SOIN DE L'APPARENCE</b> .....		97
<b>FICHE N°32</b>	L'accueil .....	100
<b>FICHE N°33</b>	Le soin du visage .....	101
<b>FICHE N°34</b>	Le soin des cheveux .....	102
<b>FICHE N°35</b>	Le soin des mains et des ongles .....	103
<b>FICHE N°36</b>	Le massage des jambes .....	104
<b>FICHE N°37</b>	Le maquillage .....	105
<b>FICHE N°38</b>	La vente de produits de beauté .....	107
<b>FICHE N°39</b>	La fin de séance .....	108
<b>CHAPITRE 2</b>	<b>Créer, se recréer</b> .....	109
<b>A – LA CRÉATION ARTISTIQUE</b> .....		110
<b>FICHE N°40</b>	L'accueil .....	112
<b>FICHE N°41</b>	La peinture à l'huile .....	113
<b>FICHE N°42</b>	Le dessin .....	114
<b>FICHE N°43</b>	L'argile .....	115
<b>FICHE N°44</b>	L'exposition de photographies .....	116
<b>FICHE N°45</b>	Le collage .....	117
<b>FICHE N°46</b>	La poésie .....	118
<b>FICHE N°47</b>	L'écriture d'une pièce de théâtre .....	119
<b>FICHE N°48</b>	La représentation d'une pièce de théâtre .....	121
<b>FICHE N°49</b>	La fin de séance .....	123
<b>B – L'EXPRESSION DE SOI</b> .....		124
<b>FICHE N°50</b>	L'accueil .....	126
<b>FICHE N°51</b>	Le livre autobiographique .....	127
<b>FICHE N°52</b>	L'autoportrait .....	129
<b>FICHE N°53</b>	Le mime .....	131
<b>FICHE N°54</b>	Les jeux de rôle .....	132
<b>FICHE N°55</b>	La création de marionnettes .....	133
<b>FICHE N°56</b>	La boîte à souvenirs .....	135
<b>FICHE N°57</b>	La fin de séance .....	136

<b>C – LES ACTIVITÉS MANUELLES</b> .....	137
<b>FICHE N°58</b> L'accueil .....	139
<b>FICHE N°59</b> L'atelier floral .....	140
<b>FICHE N°60</b> Les mandalas .....	141
<b>FICHE N°61</b> La carte de fleurs séchées .....	142
<b>FICHE N°62</b> Le tableau en lanières de magazines .....	144
<b>FICHE N°63</b> Les sachets de lavande .....	146
<b>FICHE N°64</b> Les bougies en perles .....	148
<b>FICHE N°65</b> Le jardinage .....	150
<b>FICHE N°66</b> L'abri pour oiseaux .....	153
<b>FICHE N°67</b> Les moulins à vent .....	155
<b>FICHE N°68</b> La fin de séance .....	157
<b>CHAPITRE 3</b> Vivre ensemble, se rencontrer .....	158
<b>FICHE N°69</b> Les jeux de cartes .....	161
<b>FICHE N°70</b> Les jeux de hasard .....	163
<b>FICHE N°71</b> Les jeux de stratégie .....	165
<b>FICHE N°72</b> Les jeux d'ambiance .....	167
<b>FICHE N°73</b> Les jeux d'adresse .....	169
<b>FICHE N°74</b> Les jeux de kermesse .....	171
<b>FICHE N°75</b> Les fêtes .....	175
<b>FICHE N°76</b> Le repas du personnel .....	180
<b>FICHE N°77</b> La décoration .....	181
<b>FICHE N°78</b> La chorale .....	185
<b>FICHE N°79</b> Le concert .....	186
<b>FICHE N°80</b> La cuisine .....	187
<b>FICHE N°81</b> Les dégustations .....	191
<b>FICHE N°82</b> Les rencontres inter-générationnelles .....	196
<b>FICHE N°83</b> Les rencontres inter-établissements .....	201
<b>FICHE N°84</b> Les spectacles .....	203
<b>FICHE N°85</b> La lecture animée .....	204
<b>FICHE N°86</b> L'initiation à Internet .....	205
<b>FICHE N°87</b> Les séjours de vacances .....	207
<b>FICHE N°88</b> Les sorties .....	210
<b>FICHE N°89</b> Les courses en magasin .....	212
<b>FICHE N°90</b> Le journal de l'institution .....	214
<b>FICHE N°91</b> Le coin café .....	216
<b>FICHE N°92</b> La rencontre avec un chien .....	217
<b>AUTRES IDÉES</b> .....	218