

# DES SOUVENIRS PARTAGÉS

## Description

La mémoire à long terme des personnes âgées fonctionne généralement très bien. L'objectif est ici d'activer la mémoire à long terme et de vous motiver à raconter et/ou à écrire vos histoires à partir de (vos propres) photos.

## Objectifs d'apprentissage



- Activer la mémoire à long terme
- Encourager la narration (rapporter, décrire, exprimer)
- Capturer des souvenirs
- Engager la conversation



## Temps nécessaire

-

## Cadre d'apprentissage

Seul ou en groupe



## Matériel nécessaire

Photos

## Conseils étape par étape

Qu'il s'agisse d'une activité de groupe ou individuelle, il vous est d'abord demandé de choisir une photo de votre passé. Si possible, il s'agit d'une photo à laquelle vous associez des sentiments positifs.

L'étape suivante consiste à regarder la photo choisie en silence et à réfléchir aux questions suivantes :

**Qui y figure ?** (Qu'associez-vous à ces personnes ?)

**Où la photo a-t-elle été prise ?** (Qu'associez-vous à ce lieu ?)

**Quand a-t-elle été prise ?** (Quel âge avait la personne photographiée ? Quel âge aviez-vous à cette époque ?  
Que faisiez-vous dans votre vie à ce moment-là ?)

**Pourquoi cette photo a-t-elle été prise ?**

Que s'est-il passé avant/après ?

Y a-t-il quelque chose sur la photo qui vous appartient encore ? (Y a-t-il sur la photo quelque chose qui était très important pour vous à l'époque ? Y a-t-il quelque chose sur la photo que vous avez complètement oublié ?)

**En tant qu'activité de groupe :** Il n'est pas nécessaire de répondre à toutes les questions. Vous pouvez vous mettre d'accord au sein du groupe pour choisir trois questions pertinentes pour chaque photo. L'un après l'autre, les informations et les souvenirs sont partagés avec les autres. Une fois qu'une personne a fini de raconter l'histoire, tous les autres peuvent poser des questions pour engager la conversation.

**Seul :** Notez les informations et les souvenirs sous une forme abrégée (au dos de la photo) afin de les enregistrer pour la postérité et de donner ainsi une valeur à la photo pour les générations futures. En raison de l'espace limité, il n'est certainement pas possible de répondre à toutes les questions - celles en gras ci-dessus sont les plus importantes.



### Conseils pratiques

- Si cette activité est réalisée seule, ce peut être une belle occasion de montrer les photos lors de la prochaine visite des membres de la famille et de partager les souvenirs.
- Si l'on ne dispose pas de photos personnelles, on peut par exemple prendre des images de vieux journaux ou magazines.

### Résultats attendus

- Amélioration des capacités de narration et d'écriture, de la créativité et de la capacité à articuler les pensées et les sentiments.
- Amélioration de la mémoire et des fonctions cognitives
- Prise de conscience accrue de sa propre histoire et de sa valeur pour les autres et la postérité.

**La source de l'activité :** Développé par WISAMAR



Cofinancé par  
l'Union européenne