



# Livret d'exercices

## DEMO

Un éclair de soutien pour les aînés et leurs aidants.

Marion Perinetti

Psychologue clinicienne et de la santé  
Psychothérapeute

Pauline Guerre

Psychologue clinicienne, Neuropsychologue



## Objets à trouver



Observez attentivement l'image et entourez les éléments demandés ci-dessous



Fonctions cérébrales sollicitées : attention, fonctions exécutives, capacités visuo-spatiales

### OBJETS À TROUVER

- |                                       |                                            |                                   |
|---------------------------------------|--------------------------------------------|-----------------------------------|
| <input type="radio"/> livre vert      | <input type="radio"/> chat                 | <input type="radio"/> tasse rouge |
| <input type="radio"/> biscuits        | <input type="radio"/> globe terrestre      | <input type="radio"/> chandelier  |
| <input type="radio"/> ours en peluche | <input type="radio"/> chaussons            | <input type="radio"/> lunettes    |
| <input type="radio"/> sac à main noir | <input type="radio"/> coussin jaune        |                                   |
| <input type="radio"/> arrosoir        | <input type="radio"/> cadre (pot de fleur) |                                   |





## Mémoire visuelle

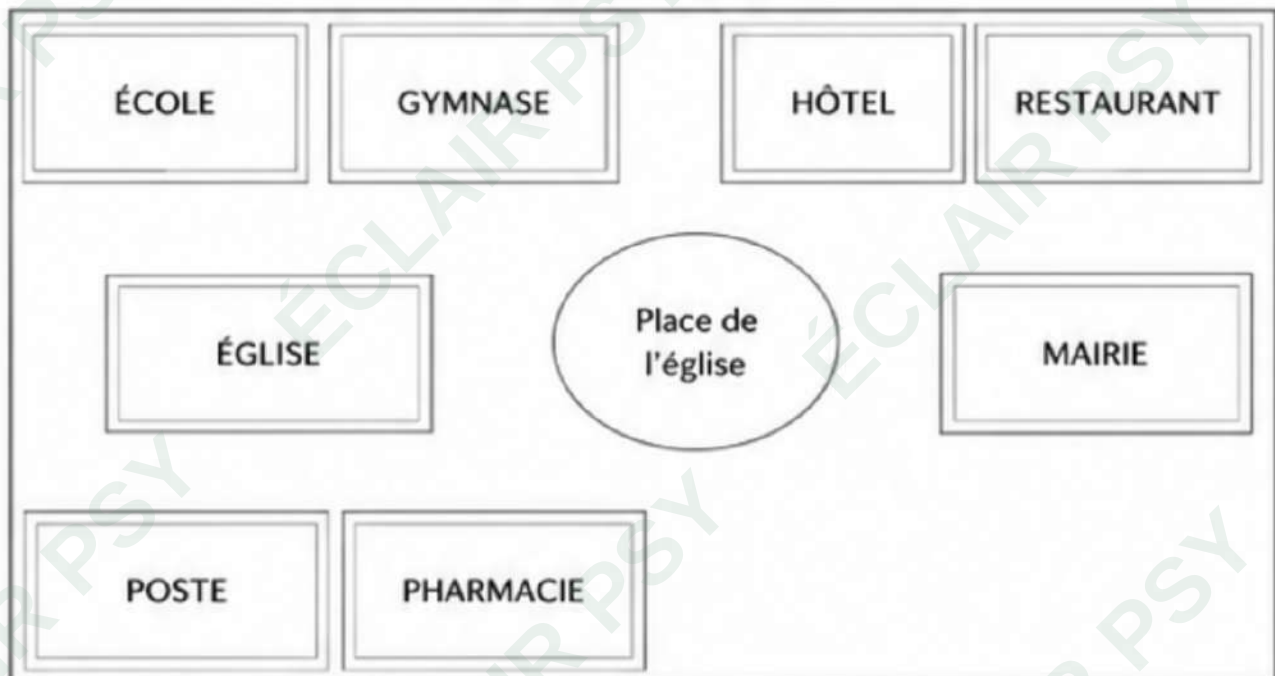


Observez attentivement l'image pendant 2 à 5 minutes. Essayez de mémoriser le nom des bâtiments et leurs emplacements sur le plan. Lorsque le temps est écoulé, passez à la feuille suivante, sans revenir en arrière.



Fonctions cérébrales sollicitées : mémoire, attention, fonctions exécutives, capacités visuo-spatiales

### PLAN À MÉMORISER



Temps d'observation : ..... minutes

Lorsque le temps est écoulé, passez à la page suivante



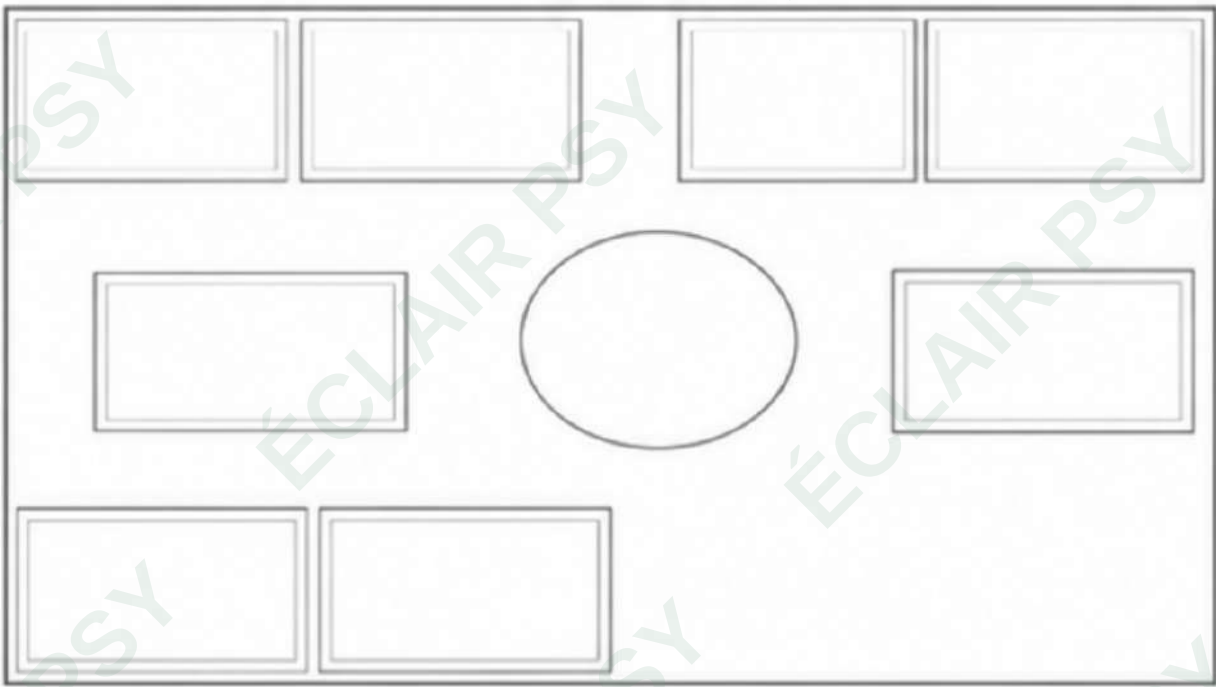


## Mémoire visuelle / SUITE



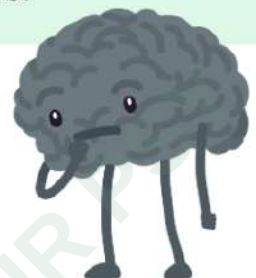
*Sans regarder la page précédente, inscrivez le nom des bâtiments et leurs emplacements.*

### PLAN VIERGE



NOMBRE DE RÉPONSES CORRECTES : ..... / 9

Si vous ne vous souvenez plus de certains éléments, vous pouvez revenir consulter le modèle afin de compléter les éléments oubliés.





## Chiffres et lettres



À partir de chaque liste mélangée, séparez les éléments et réorganisez-les :

- Les chiffres rangés par ordre croissant (du plus petit au plus grand).
- Les lettres rangées par ordre alphabétique.



**Fonctions cérébrales sollicitées** : attention, fonctions exécutives, mémoire de travail, capacités visuo-spatiales

### LISTE N°1

7, K, 29, X, Q, 11, A, 3, L, E, B, D, 8, H, 47

Chiffres (ordre croissant) :

Lettres (ordre alphabétique) :

### LISTE N°2

12, B, 30, M, 100, E, Y, P, 2, N, 5, S, 51, D, 46

Chiffres (ordre croissant) :

Lettres (ordre alphabétique) :