

Catalogue d'ateliers

« Séniors »



Rédacteur	Frédéric DAVI
Date de création	19/01/2026
Mise à jour	19/01/2026
Version	1



Présentation SOLUTACTION®



Solutaction® est une marque déposée pour l'accompagnement des séniors dans les domaines :

- Fonctions cognitives et exécutives,
- L'habilité sociale et la communication,
- Les compétences fondamentales.

Les ateliers proposés sont réalisés, dans la mesure du possible, avec des briques officielles LEGO® DUPLO®.*

Les ateliers sont des entraînements issus de plusieurs méthodes :

- **Six Bricks®** (créé par Care For Education en Afrique du Sud).
- **DUPLO Play and Learn** (ou DUPLO PLAY BOX par Care for Education en Afrique du Sud).
- **LEGO® Thérapie** (à l'initiative du Docteur Daniel LEGOFF aux Etats-Unis).
- **LEGO® Academic Skills** (par Chloé Schmidt-Dhonneur, Docteure en Sciences de l'Éducation – France).
- **LEGO® Serious Play®** (inventé à l'initiative du groupe LEGO au Danemark)

Solutaction® a développé **des ateliers pour les besoins des séniors** à partir des méthodes ci-dessus. Ils entrent dans le cadre des Interventions Non Médicales (INM / TNM)

Plus d'informations sur : www.Solutaction.fr

***Avertissement**

LEGO® et DUPLO® sont des marques de « The LEGO GROUP ». Solutaction® n'a pas de lien commercial ou juridique avec le groupe LEGO®. Les ateliers d'entraînement comportent le nom LEGO® ou DUPLO® en référence au matériel utilisé. Solutaction® est une marque déposée par Frédéric DAVI.

Une sélection d'ateliers accessibles aux Séniors pour vous guider dans le choix de certaines activités. Il ne s'agit pas d'une liste exhaustive. Solutaction® adapte les ateliers en fonction des besoins.

Table des matières

Présentation SOLUTACTION®	2
Des ateliers « Sens »	6
• Sensoriel	6
• Massage et automassage avec les briques	6
• Tri par couleur et par forme	6
• Flexibilité mentale	6
• Coordination main-œil. Champs visuel.	7
Des ateliers « communication »	8
• Vocabulaire	8
• Je raconte une histoire	9
• Construire un souvenir heureux	9
• Les émotions	9
• Ecoutez et exécutez	9
Des ateliers « motricité fine »	10
• Motricité fine	10
• Reproduire et continuer une suite de briques	10
• L'alphabet et les chiffres	11
• Motricité globale	11
Des ateliers « mathématiques et logique »	12
• Logicode	12
• Logique avec les Sudoku en LEGO :	12
• Logique avec les briques	12
• De l'image à la 3D :	13
• Tableau à double entrées	13
• Jeux de plateau. Exemples :	13
• Symétries	14
Des ateliers « mémoire »	14

- Mémoire visuelle et de reproduction..... 14
- Mémoire immédiate / de travail..... 14
- Construire un souvenir heureux 14
- La séquence de la vie quotidienne 14
- Reconnaissance et catégorisation..... 14

Atelier « Intergénération »..... 15

Introduction

Le présent catalogue a pour objectif de **présenter une sélection d'ateliers** proposés par Solutaction®. Les ateliers décrits ci-après constituent des exemples de formats et de thématiques d'intervention. Ils ne sauraient en aucun cas être considérés comme exhaustifs ou figés.

La classification proposée est volontairement arbitraire. Elle vise uniquement à faciliter la lecture et la compréhension de l'offre, en regroupant les ateliers par grands objectifs pédagogiques ou cognitifs. Dans la pratique, chaque atelier mobilise plusieurs dimensions à la fois et peut répondre à des besoins transversaux.

Chez Solutaction®, aucun atelier n'est standardisé. Chaque accompagnement est conçu sur mesure, en fonction :

- du public concerné,
- de l'âge, des capacités et du niveau d'autonomie,
- des besoins spécifiques identifiés (attention, concentration, fonctions exécutives, motricité fine, expression, coopération),
- du contexte d'intervention,
- des objectifs définis avec les aidants ou les équipes professionnelles.

Les supports utilisés, notamment les LEGO® et DUPLO®, permettent une grande souplesse d'adaptation. Les consignes, la durée, le niveau de complexité, la dynamique de groupe et les modalités d'accompagnement sont ajustés en permanence afin de respecter le rythme et les besoins de chaque participant.

Ce catalogue constitue donc une base de réflexion et d'échange. Il invite à la co-construction d'ateliers pertinents, adaptés et évolutifs, dans une démarche de qualité, de bienveillance et de respect des personnes accompagnées.

Des ateliers « Sens »

- **Sensoriel**

Découverte des briques par le touché avec les yeux fermés.

- **Massage et automassage avec les briques**

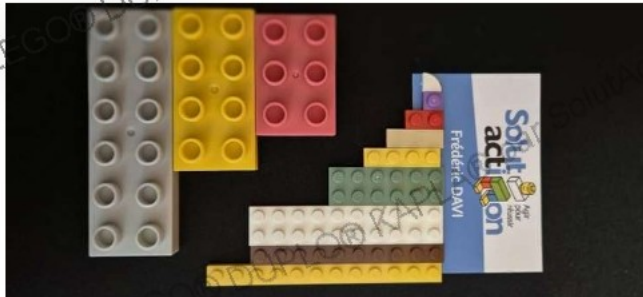
Découverte des sensations du touché par l'intermédiaire des briques.

- **Tri par couleur et par forme**

Motricité avec les mains. Discrimination visuelle des couleurs.



Tri par taille et forme :



- **Flexibilité mentale**

Placer les briques de couleur dans les bonnes cases d'une grille vierge.



- **Coordination main-œil. Champs visuel.**

Retrouver la position de chaque brique dans une grille de 4 ou 6 positions.



Des ateliers « communication »

• Vocabulaire

- Décrire une brique les yeux fermés en touchant les différentes parties.
- Description de construction



- Construction « dos à dos ». Une personne décrit sa construction, l'autre doit la reproduire.
- Animaux : nommer les animaux, leurs caractéristiques, leurs cris ... et des anecdotes (mémoire des événements).



- Les fruits et légumes : associer des couleurs à des fruits et légumes.

• Je connais au moins 10 fruits et légumes.



Des ateliers « motricité fine »

- Motricité fine
- Construire des tours briques non imbriquées avec les mains ou des outils (pinces de différentes tailles et formes, baguettes,...).



- Le petit train des DUPLO, seul ou à 2 personnes
- Construire des tours et des modèles 3D avec des briques imbriquées.

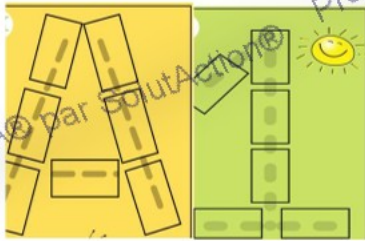


- Reproduire et continuer une suite de briques

Motricité fine, observation, mémoire de travail... des constructions simples mais qui ont du sens dans les accompagnements des séniors.



- **L'alphabet et les chiffres** Je construis les lettres et les chiffres en briques



- Je construis une ville. Créer des tours de différentes tailles selon le nombre d'étages indiqués.



- **Motricité globale**

Gym adaptée avec les briques. Les briques sont des objets de manipulation pour bouger les mains et les bras (devant, en haut, en bas, à droite, à gauche,...).

Des ateliers « mathématiques et logique »

- Logicode

A partir d'un code (1 couleur = 1 symbole), réaliser une construction codée (symbole).



- Logique avec les Sudoku en LEGO :

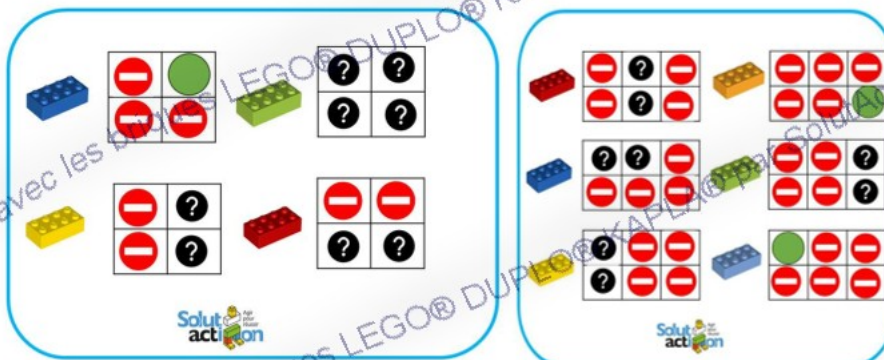
Au lieu d'utiliser des chiffres, nous utilisons les briques de couleur pour résoudre les grilles de Sudoku.



- Logique avec les briques

Mettre la brique de la bonne couleur dans la bonne case sur un modèle vierge.

Plusieurs niveaux possibles de la maternelle à l'école élémentaire.



- De l'image à la 3D :

Construire selon une image

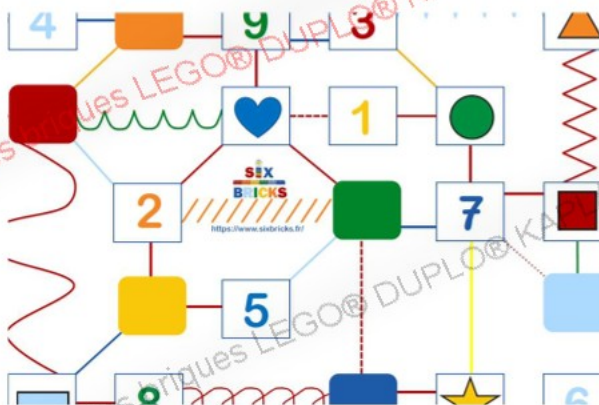


- Tableau à double entrées

Jeu de dés avec une règle simple. Les briques avancent ou reculent ou se superposent selon le résultat du dé. Repérage dans un tableau simple.

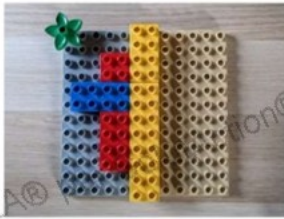


- Jeux de plateau. Exemples :



- **Symétries**

Exercices sur les symétries. Exemple de symétrie axiale.



Des ateliers « mémoire »

- **Mémoire visuelle et de reproduction**

Reproduire un modèle visible.

- **Mémoire immédiate / de travail**

Reproduire un modèle simple ou complexe qui a été vu un laps de temps court.



- **Construire un souvenir heureux**

Motricité fine de construction. Mémoire épisodique. Temps de verbalisation.

Emotion. Souvenirs.

- **La séquence de la vie quotidienne**

A partir de briques nommées (se lever, préparer le repas, se laver,...), construire un train ou une tour des moments chronologiquement.

Permet de travailler la mémoire procédurale et sémantique.

- **Reconnaissance et catégorisation**

Mémoire sémantique. Tri des briques par couleurs, taille, forme, usage,... Associer à des objets du quotidien. Verbalisation.

Atelier « Intergénération »

Des ateliers pour jouer, se connaître, créer du lien,... grâce aux briques LEGO® DUPLO, les KAPLA®,...

Exemple : tour de Kapla®

