

15 minutes d'exercices mémoire pour seniors

1. Donnez moi 5 mots de ses catégories :

1. Poissons
2. Ustensile de cuisine
3. Outil de jardinage
4. Marque de voiture

2. Repetez ses listes dans le sens inverse

1. Panier, rouge, cerise
2. Oeil, bouche, viande
3. Araignée, toile, peur
4. Soleil, balade, jaune
vacances
5. Pinceau, dessiné, eau

3. Suite logique :

- 5 - 10 - 15 - 20 - ? (25)
- 2 - 4 - 8 - 16 - ? (32)
- 1 - 3 - 5 - 7 - ? (9)
- 9 - 7 - 5 - 3 - ? (1)
- A - C - E - G - ? (I)
- Janvier - Mars - Mai -
? (Juillet)

4. Synonymes : ex : Beau → joli

Content → heureux
malheureux → triste
épuisé → fatigué
Froid → glacé
Maison → logement
personne âgée → sénior
Silence → calme

5. Donnez moi un mot qui s'associe :

ex : pain → beurre

Chaussures, lit, école,
mer, petit-déjeuner,
voiture, jardin, argent