

REMUE-MÉNINGES

Jeux et exercices pour stimuler son cerveau

Juin 2022

Grégory Deman, D.Sc.

Hypnologue – Formateur

<https://deman-hypnose.com/rm>

Table des matières

Introduction.....	1
Jeux et exercices	2
Jeux de vocabulaire.....	2
Jeux de réflexion	5
Jeux de logique	10
Jeux de raisonnement.....	22
Jeux d'intuition.....	25
Jeux d'attention	26
Jeux de créativité	30
Jeux de mémorisation	32
Jeux de coordination.....	41
Solutions des jeux	43
Solutions des jeux de réflexion	44
Solutions des jeux de logique.....	48
Solution des jeux de raisonnement.....	54
Solutions des jeux d'attention.....	56
Sources	58
Annexes	59

INTRODUCTION

Plus que de la simple distraction, la pratique du jeu comporte des aspects éducatifs et sociaux qui contribuent au développement humain. À travers les époques et les civilisations, et de la petite enfance jusqu'à un âge avancé, les jeux se modèlent autour des individus et des sociétés, et réciproquement.

Certains jeux d'apparence enfantine constituent en réalité d'excellents moyens pour développer ses facultés mentales et intellectuelles. Et au-delà des connaissances et des savoir-faire spécifiques développés dans le jeu, il convient d'apprécier la qualité d'un vecteur d'apprentissage dont l'essentiel est de s'amuser.

Ce document présente des jeux et des exercices à pratiquer seul, à deux ou en groupe.

Ces passe-temps demandent peu de matériel et sont accessibles aux adultes comme aux enfants.

Ils permettent de stimuler diverses facultés mentales telles que la logique, l'intuition, la créativité et la mémoire. De plus, ils favorisent l'attention, la concentration, la patience, la persévérance.

La liste de jeux présentée dans ce document n'est pas exhaustive et il existe une très vaste collection de jeux équivalents.

L'intelligence

Étymologiquement, « intelligence » signifie « lire dedans » (*intus legere*) et désigne l'aptitude à comprendre, à discerner ; dans un langage plus restreint, il signifie ardeur, sensibilité et bon sens.

Pour qualifier une personne sage et intelligente, les Romains employaient le mot *callidus*, et *calliditas* était le substantif pour désigner cette faculté. Nous traduisons généralement ces mots par « habileté », « dextérité », « vivacité d'esprit », mais en réalité l'expression qui se rapproche le plus du sens originel serait « connaissance des choses dérivant de l'expérience, de la pratique » : de là découle les significations ultérieures. Preuve de la justesse de cette interprétation, le fait que *callidus* est généralement traduit par « expert », « habile », et aussi que *callidus*, *calliditas* et le verbe *calleo* curieusement dérivent tous de *callum*, qui signifie justement « cal », la peau dure et épaisse qui se développe sous la plante des pieds, à force de marcher, ou sur les mains qui besognent. L'intelligence des Romains était donc essentiellement une qualité pratique : la sagesse née de l'expérience.

Extrait de : Les jeux de l'intelligence, F. Agostini & N. A. de Carlo, Ed. France Loisirs.

JEUX ET EXERCICES

JEUX DE VOCABULAIRE

Ces jeux font appel à la culture et au vocabulaire. Ils peuvent s'adapter selon l'âge des participants et donner l'occasion de s'exercer à la pratique d'une langue étrangère.

Ces différents jeux stimulent la mémoire, la réflexion, la pensée divergente, ou encore la créativité.

Synonymes et antonymes

2 joueurs ou plus.

Avec un dictionnaire des synonymes, un joueur choisit un mot et les autres joueurs cherchent ensemble tous les synonymes qu'ils connaissent pour ce mot. On pourra regarder dans le dictionnaire ou sur internet pour vérifier ou pour compléter.

Avec des enfants, on expliquera les mots qu'ils ne connaissent pas.

Avec des plus grands, on pourrait écrire ces mots pour exercer l'orthographe.

Le même jeu peut se pratiquer avec un dictionnaire des antonymes, où le but sera de trouver les mots contraires.

Les différences

2 joueurs ou plus.

Un joueur propose deux noms de choses (éventuellement, il peut les montrer) aux autres joueurs qui évoquent toutes les différences entre ces deux choses.

Ce petit jeu permet de développer la pensée divergente.

Exemple :

Quelles différences y a-t-il entre une vache et une poule ?

Quelles différences y a-t-il entre un avion et une voiture ?

Quelles différences y a-t-il entre une table en plastique et une chaise en bois ?

Le but du jeu est d'allonger la liste jusqu'à ne plus trouver de différence.

Les catégories

2 joueurs ou plus.

On peut imaginer deux types de jeu à partir des catégories :

➤ Trouver la catégorie à laquelle appartiennent tous les mots d'une liste

Un joueur prononce trois mots et les autres joueurs doivent trouver à quelle catégorie ils appartiennent.

Exemples:

- *poupée/ balle/ Lego → **jouets***
- *jaune/ orange/ violet → **couleurs***
- *orange/ pomme/ banane → **fruits***
- *marteau/ tournevis/ scie → **outils***

On pourra faire varier la difficulté en fonction de l'âge des joueurs (ex : les classifications d'animaux entre mammifères, reptiles, insectes, mollusques...).

➤ Trouver l'intrus dans une liste de mots d'une même catégorie

Un joueur prononce cinq mots dont quatre seulement font partie de la même famille et les autres joueurs doivent trouver l'intrus.

Exemples:

- *chat/ chien/ cheval/ pigeon/ vache*
- *poire/ pomme/ tulipe/ fraise/ cerise*
- *poupée/ lit/ armoire/ table/ fauteuil*

Que fait-on avec ?

2 joueurs ou plus.

Un joueur propose une chose et demande ce qu'on fait avec. Les autres joueurs doivent trouver le plus grand nombre de réponses possibles, en commençant par les plus faciles puis en faisant preuve de plus en plus de créativité.

Dans ce jeu, on sollicite la logique, la créativité et le vocabulaire.

Exemples :

- *Que fait-on avec la bouche ?*
- *Que fait-on avec une fourchette ?*

On peut varier :

- *Que fait un oiseau ?*
- *Que fait un robinet ?*

On peut poser des vraies questions de pensée divergente : *Que peut-on faire avec un trombone ?* (on pourra aiguiller les enfants sur des réponses créatives avec des réponses inattendues : des boucles d'oreille, un cure dents, un hameçon...).

Les mots en chaîne

2 joueurs ou plus.

Le jeu consiste à passer d'un mot à un autre de sens proche et comportant le même nombre de syllabes, en passant par des mots intermédiaires : on lance un mot et on enchaîne avec un autre mot commençant par la dernière syllabe du mot précédent. Chaque mot doit avoir un sens ; on ne tient pas compte des accents, et toutes les conjugaisons de verbes sont autorisées.

Exemple : content → tenter → terrain → rincer → céder → départ → partir → tira → ravi.

Marabout

2 joueurs ou plus.

Similaire au jeu des mots en chaîne, il s'agit, à partir d'une expression initiale, de construire une suite d'expressions ou une suite de mots dont les premières syllabes correspondent phonétiquement aux dernières de l'expression précédente.

Exemple : mare à boue (Marabout) → bout d'ficelle → selle de cheval → cheval de course → course à pied → pied-à-terre → terre de feu → feu-follet → lait de vache → vache de ferme → ferme ta boîte → boîte à clou → ...

JEUX DE RÉFLEXION

Jeu du post-it

À partir de 2 joueurs.

Chacun des participants doit marquer sur un post-it le nom d'un personnage (réel ou fictif) que toutes les personnes participant au jeu doivent connaître. Ensuite, chaque joueur colle son post-it sur le front du joueur qui est à droite sans lui montrer ce qui est inscrit dessus.

Le but du jeu est de découvrir en premier le personnage qui vous a été attribué et qui est marqué sur le post-it que vous portez.

Chacun son tour pose une question sur le personnage qui lui a été attribué, et les autres joueurs doivent répondre uniquement par "Oui" ou par "Non".

Exemple de questions :

- Est-ce que je suis un animal ?
- Suis-je un acteur / une actrice ?
- Suis-je un personnage fictif ?

Sudoku

1 joueur ou plus

Remplir les cases avec des chiffres allant de 1 à 9 en veillant à ce qu'un même chiffre ne figure qu'une seule fois par colonne, une seule fois par ligne, et une seule fois par carré de neuf cases.

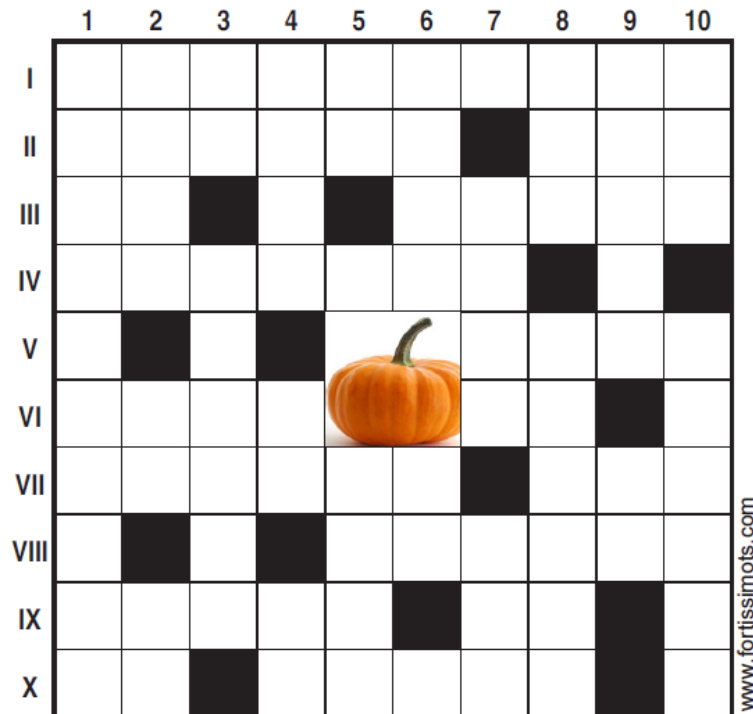
5	2		6				7	1
7	6		1		9	3		
		3			4			8
6						7	3	
9			5		3			4
	1	7						9
8			2			5		
		6	8		5		1	7
4	5				7		8	6

www.fortissimots.com

Mots croisés

1 joueur ou plus

Reportez-vous au numéro correspondant dans les définitions pour écrire le mot découvert.



HORIZONTALEMENT

I. Un légume qui se transforme en carrosse pour Cendrillon. **II.** Un désodorisant, c'est fait pour masquer les mauvaises Un liquide indispensable à la vie. **III.** Adjectif démonstratif. Au-dessus du rez-de-chaussée, c'est le premier **IV.** Très connu. **V.** Coupe la laine des moutons. **VI.** Jour de fête et de cadeaux. Fait la liaison entre deux parties d'une phrase. **VII.** Atteint de la rage. Personne : il n'y a pas ... qui vive. **VIII.** Complètement stupéfaits. **IX.** Toute petite lumière. Négation. **X.** Dans. Je me suis moqué d'elle devant tout le monde, maintenant elle est


VERTICALEMENT

1. Rouge à points noirs, on l'appelle la "bête à bon Dieu". **2.** Pensée. Pronom indéfini. Chiffre proche de zéro. **3.** Pronom personnel. Plante qui grimpe le long des murs. **4.** comme un renard. Note de musique. Des rayons du soleil contre lesquels il faut se protéger. **5.** Métal jaune. C'est là qu'on prend le train. **6.** Abimer. .. toi ! Viens ici. **7.** $0 + 0 =$ la à Toto. La première page du journal. **8.** Prénom féminin. Une sorte de phoque qu'on voit dans les cirques. **9.** Le bord de mer dans les îles du Pacifique. Note de musique. **10.** Obtenue. A la station service, on choisit entre ou essence.

Mots fléchés

1 joueur ou plus

Chaque définition est positionnée dans la case précédant le mot à trouver. Le sens de la flèche indique dans quel sens écrire le mot correspondant dans la grille.

FAUVE AMÉRICAIN IL MARCHE SUR UN FIL		PROFIT NASEAUX		PRÉSIDENT AMÉRICAIN		IL NOUS FAIT RIRE ARTICLE		PARFUM À BRULER			
MOIS CÉLÈBRE CIRQUE AMÉRICAIN				PETIT ÂNE IL DESSINE ASTÉRIX							
						TOILETTES VIEIL ARABE					
KAYAK	FLATTERONT		MAUDIT FLEUVE RUSSE								
					GONFLEMENT		MONTRERA SA JOIE		AU CENTRE DU CHÂPITEAU VAUT DE L'OR	GROS ANIMAL DE CIRQUE CONSULTÉ	CHOISIE
DÉFRICHE PASSÉS SOUS SILENCE											
			NUL EN MATHS SE TRAINER				HABITUEL MÉTRO PARISIEN				
MIT SUR LA BALANCE	VAGABOND							FOURRURE		FORME DE POUVOIR ENFERMERA	
				BIZARRE		RATRAPÉ DU BALAI !!					
DRESSEUR DE FAUVES		SOUVENIR PRÉPARE À MANGER							NOTE À CET ENDROIT		MACHINE À SEMER
							FAUVES DU CIRQUE JOIE DE VIVRE				
CONTESTER CHARME					INTELLIGENCE PARFAIT						
						FAIT EFFET RAPPORT EN MATHS				GROS TITRES	
TOUS LES ANIMAUX DU CIRQUE	BOISSON		FEMME D'ÉGLISE IDIOT			OISEAU DONNA DES COUPS			VOIE PUBLIQUE TRAIN RAPIDE		
								FIXÉ			
BAGUE VAPEUR D'EAU							FAUVES DU CIRQUE				
				MAGMA							
								BOUE			

Anagrammes

1 joueur ou plus

Reportez les anagrammes des mots de la grille de gauche dans la grille de droite, à l'aide des définitions indiquées. Une anagramme est un mot formé en changeant de place les lettres d'un autre mot. (Exemple : une anagramme de *gare* est *rage*.)

www.fortissimots.com

A	J	B	R	G	T	F	E
U	O	L	U	R	O	E	M
D	U	O	I	A	R	I	I
A	T	U	N	N	T	N	G
C	E	S	E	I	U	T	R
E	S	E	S	T	E	S	E



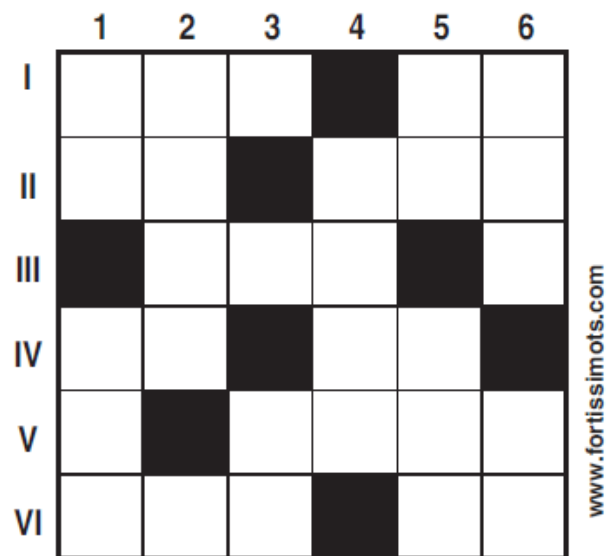
- Au pied du sapin
- Font la joie des enfants à Noël
- Décorent le sapin
- Ensemble, en famille
- Une spécialité culinaire en Isère et en Savoie
- Une autre spécialité culinaire
- Le repas du réveillon
- La première bonne résolution de l'année qui vient

Nombres croisés

1 joueur ou plus

Il s'agit d'une grille de mots croisés, dans laquelle les mots ont été remplacés par des nombres répondant à des définitions.

A l'aide des définitions, qui font appel aux mathématiques, à l'histoire (les dates), à la géographie (départements français) ou encore à la culture générale (les noces de cristal, c'est combien d'années, déjà ?), il faut donc placer des chiffres dans la grille pour la compléter.



HORizontalement

I. Puissance de 2. Un isotope du carbone bien connu des archéologues. **II.** Nombre d'Etats Unis. Date de la mort de l'empereur Commode (le méchant dans *Gladiator*). **III.** Au service secret de sa majesté. **IV.** Banco au black jack. Le nombre de syllabes dans un haiku japonais. **V.** L'année de la Saint-Barthélémy. **VI.** Le chiffre de la Bête. Département de la Sarthe.

VERTICALEMENT

1. Une équipe de rugby au complet. Cube de 6. **2.** L'odyssée de l'espace. **3.** La somme des quatre premiers nombres impairs. **4.** Mort de Louis XIV. **5.** Racine carrée de 361. Version d'un avion Boeing. **6.** Jeu de dés. Numéro atomique du titane.

Enigmes

1 joueur ou plus

Voici une série d'énigmes faisant appel à l'analogie, à la créativité et à différents types de logique. La logique scientifique est une logique bivalente (vrai ou faux), différente d'autres types logiques, dites « polyvalentes », car elles considèrent d'autres valeurs de vérité, relatives et contextuelles.

Énigme, en grec, signifie « penser, problèmes énoncés en termes obscurs » ; proche de « devinette », qui revêt un sens ludique.

L'existence de l'énigme se rattachait à tout ce qu'il y a d'inexplicable dans la réalité et qui était ressenti comme une limite que l'intelligence humaine pouvait faire reculer. Dans un certain sens, les fantômes et les monstres que l'imagination humaine situe dans le royaume de l'indistinct et de l'inconnaissable peuvent être tués et anéantis par le jeu de l'intelligence. Il existe dans l'histoire culturelle et religieuse de la Grèce antique un précédent illustre, qui mérite d'être évoqué : la légende d'Œdipe. Les peuples antiques transféraient dans les mythes et les légendes leur sensibilité, leurs problèmes et leur vision de la réalité.

Histoire : Œdipe et le sphinx.

Selon la légende, Laïos, roi de Thèbes, avait commis une faute grave envers Apollon. En châtement, le dieu lui avait imposé de « mourir sans fils ». Pour un ancien grec, qui croyait en une survie idéale sur Terre à travers la descendance et la continuation de la famille, il n'y avait pas de punition plus grande. Aussi Laïos, dans un moment de folie, fit un fils, Œdipe, dont il chercha très vite à se défaire, car un oracle lui avait prédit que son fils le tuerait et qu'il épouserait sa mère. Le petit Œdipe fut exposé sur le mont Cithéron pour être dévoré par les fauves. Un berger le recueillit et le remit au roi de Corinthe qui, n'ayant pas de fils, l'adopta.

Un jour qu'il se rendait à Thèbes, Œdipe se querella, pour un motif futile, avec un voyageur, un dignitaire d'aspect royal, entouré d'une escorte, et le tua : c'était Laïos, son père. Cependant, la ville de Thèbes vivait dans la terreur du fléau représenté par le sphinx, un monstre à tête de femme et au corps de chienne ailée, envoyé par Dionysos pour se venger des thébains qui avaient refusé de célébrer son culte. Le sphinx arrêtait les passants, leur soumettait des énigmes et dévorait ceux qui ne réussissaient pas à les déchiffrer. Seul Œdipe, arrivé dans la ville, affronta avec succès le monstre et trouva la solution de l'énigme. Voici le passage où cette énigme est présentée dans le prologue de l'*Œdipe roi* de Sophocle, poète tragique grec qui vécut à Athènes au Ve siècle avant J.-C. :

Il y a sur terre un être à deux pattes et à quatre pattes et à trois pattes et qui n'a qu'une voix ; lui seul change de forme entre tous les animaux qui se meuvent sur la terre, au ciel et dans la mer. Mais quand il marche en s'appuyant sur le plus grand nombre de ses pattes, alors la vitesse de ses membres est plus faible que jamais.

Voici comment Œdipe résolut l'énigme :

Entends, même si tu ne le veux pas, ô muse des morts aux ailes maléfiques, entends ma voix t'annoncer la fin de ton horreur. C'est l'homme que tu as dit, lequel, quand il marche sur la terre, d'abord naît à l'enfance sur quatre pattes loin du flan maternel ; et devenu vieux s'appuie sur un bâton comme sur un troisième pied soutenant ainsi son échine pliée par la vieillesse !

Alors le sphinx se jeta du haut d'un précipice et mourut. Les thébains, reconnaissants, firent d'Œdipe leur roi, avec Jocaste pour épouse.

L'oracle était accompli : Œdipe tua sans le savoir son père et épousa sa mère : de leur union devait naître d'autres fils, qui vécurent, eux aussi, malheureux et infortunés.

C'est à ce moment de la légende que se rattache la tragédie de Sophocle. Le poète narre comment Œdipe, après une enquête, réussit peu à peu à découvrir son passé et sa véritable identité. De désespoir, il se creva les yeux ; ses yeux qui n'avaient pas su reconnaître son père et sa mère et ne devait plus voir les fils incestueux. Il aurait assez pour le restant de sa vie des yeux de l'esprit, c'est-à-dire de l'intelligence. Jocaste, découvrant à son tour la vérité, ne le supporta pas et se pendit de désespoir. L'usage de l'intelligence conduit à la vérité ; mais celle-ci peut être bouleversante et refusée : c'est l'expérience que firent, à leur façon, Œdipe et Jocaste. C'est le récit mythique !

La tradition postérieure nous a transmis une vulgarisation de l'énigme du sphinx : aujourd'hui, le texte de la question est plus simple :

Quel est l'animal qui a quatre pattes à l'aube, deux à midi, et trois le soir ?

Extrait de : Les jeux de l'intelligence, F. Agostini & N. A. de Carlo, Ed. France Loisirs.

Enigme : Combien sont-ils dans la famille ?

Fin le temps où de petites compagnies théâtrales allaient de village en village et, pour attirer du monde à leurs spectacles, faisaient de la publicité sur la place du village en donnant en primeur quelque répliques, de courts sketches et des saynètes. Un jour, l'une de ces compagnies, qui s'exhibait dans plusieurs numéros de théâtre, avait éveillé la curiosité des gens en leur proposant cette devinette :

– *J'ai le même nombre de frères et de sœurs !* avait déclaré un acteur encapuchonné et vêtu de façon qu'on ne puisse distinguer s'il était un homme ou une femme.

Aussitôt après, une femme était apparue sur scène qui, d'une voix surexcitée, avait annoncé :

– Je suis la sœur de cette personne qui vient de parler et, par rapport à cette personne, j'ai deux fois plus de frères que de sœurs. Combien sommes-nous donc dans la famille ?

Celui qui devinait la réponse avait droit à un billet gratuit pour le spectacle du soir.

Enigme : Combien de lièvres les chasseurs ont-ils pris ?

Deux pères et deux fils vont à la chasse et tuent chacun un lièvre. Combien y a-t-il de lièvres ?

Enigme : La couleur de la robe.

Blanche, Rose et Violette sont trois sympathiques amies qui se retrouvent souvent pour jouer ensemble. Le samedi précédent, elles s'étaient donné rendez-vous devant une discothèque fréquentée exclusivement par des jeunes.

– *Quelle étrange coïncidence !* avait dit Rose, après avoir salué ses compagnes, qui arrivaient toutes joyeuses. *Nos noms sont Rose, Violette et Blanche, et effectivement les couleurs de nos robes sont le rose, le blanc et le violet.*

– *C'est vrai*, répliqua aussitôt Blanche, *mais as-tu remarqué que pour aucune de nous la couleur de sa robe correspond à son nom ?*

– *Tu as raison !* intervint Violette, qui s'était contentée jusqu'ici d'écouter.

Si la robe de Violette n'est pas blanche, quelle est la couleur de la robe de chacune des trois amies ?

Enigme : Les chaussettes d'Antoine... et les gants de Ginette.

Un soir, Antoine et Ginette décident de sortir au restaurant et s'habillent pour l'occasion. Soudain, une panne d'électricité les plonge dans l'obscurité complète.

Antoine sait que, dans son tiroir, il y a 10 chaussettes marron et 10 autres gris clair.

Combien de chaussettes Antoine devra-t-il prendre pour être sûr d'en avoir deux de la même couleur ?

Dans le tiroir de Ginette il y a cinq paires de gants noirs (en tout 10 gants noirs) et cinq paires de gants blancs (en tout 10 gants blancs). Ginette avait à résoudre un problème plus difficile qu'Antoine : la complication venait de ce que la moitié des gants allait à la main droite et l'autre moitié à la main gauche.

Ginette réfléchit un moment ; puis elle prit dans le tiroir 11 gants, assurée de la sorte de disposer d'un nombre suffisant de gants pour avoir deux gants de la même couleur, un pour le côté droit, l'autre pour le côté gauche.

Le problème se pose en ces termes : Ginette avait-elle pris suffisamment de gants ? Devait-elle en prendre davantage ou moins ?

Enigme : l'eau l'air et l'électricité

Je suis d'eau, je suis d'air, et je suis d'électricité.

Que suis-je ?

Charade

Mon premier est une note de musique,

Mon second est un arbre,

Mon tout est un animal.

Qui suis-je ?

Enigme des boîtes

Voici trois boîtes. Dans laquelle se trouve la voiture ?

Il y a trois affirmations et une seule est vraie...



**La voiture est
dans cette boîte**



**La voiture n'est pas
dans cette boîte**



**La voiture n'est pas
dans la boîte 1**

Crédit : Ouest France

L'histoire du nain

Au 20^e étage d'un gigantesque gratte-ciel habite un nain, qui mène une vie régulière, méthodiquement réglée sur le rythme de son travail : il se lève tôt le matin, s'habille, avale son petit-déjeuner, prend l'ascenseur et se rend à son travail. Le soir, toujours à la même heure, il retourne à l'appartement et se repose de sa longue et fatigante journée. En apparence, rien que de très normal, s'il n'y avait un petit détail quelque peu déconcertant : quand il rentre le soir, il prend l'ascenseur, s'arrête au 13^e étage et monte à pied les 7 autres étages. Quelle fatigue !

Pourquoi le nain ne monte-t-il pas en ascenseur jusqu'au 20^e étage ?

Y a-t-il, selon vous, une raison particulière ?

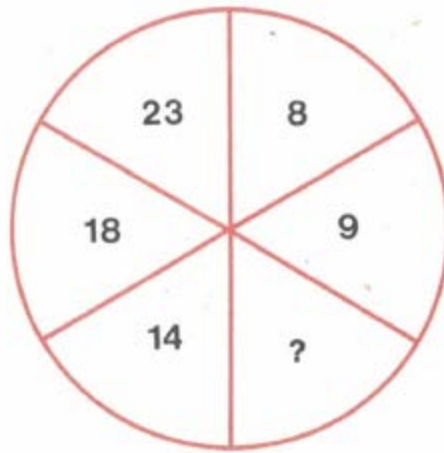
Que suis-je ?

Qu'est-ce qui est pourvu de pieds mais ne peut pas marcher ?

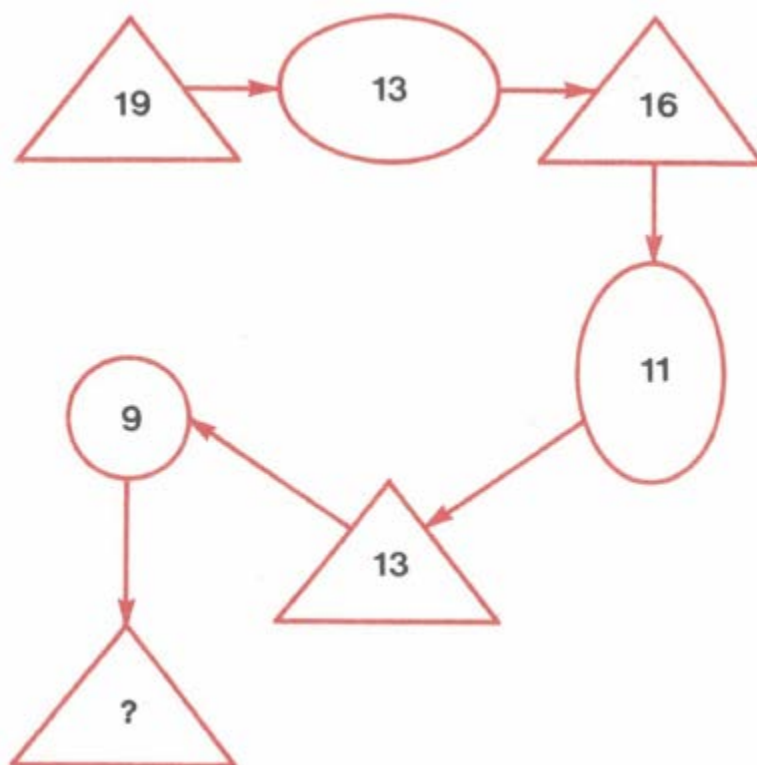
Mathématiques

1 joueur

Quel nombre complète ?



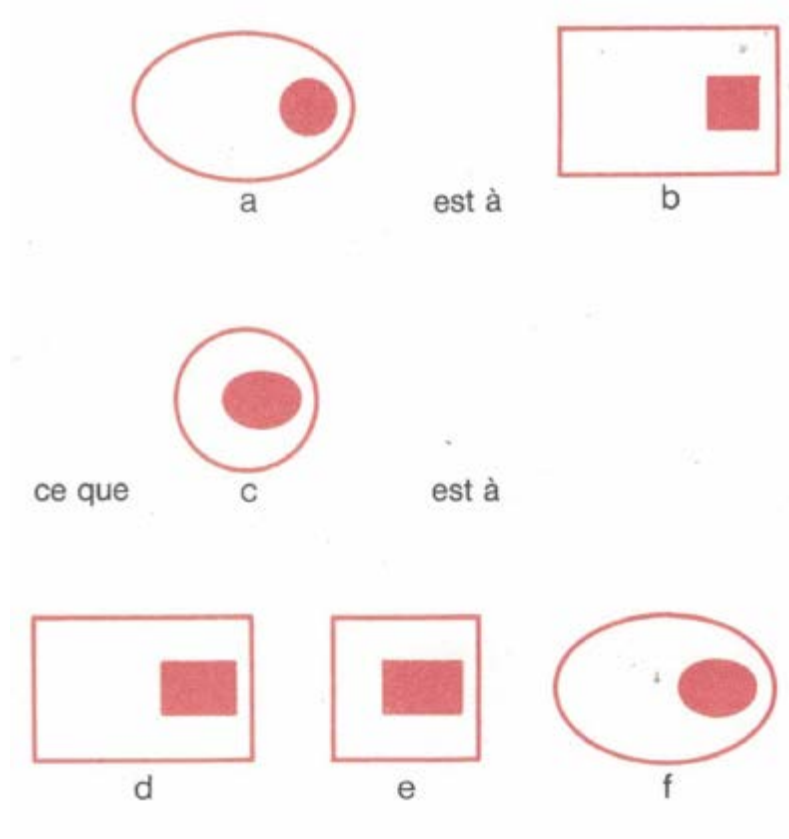
Quel nombre poursuit la série ?



Quel nombre manque ?

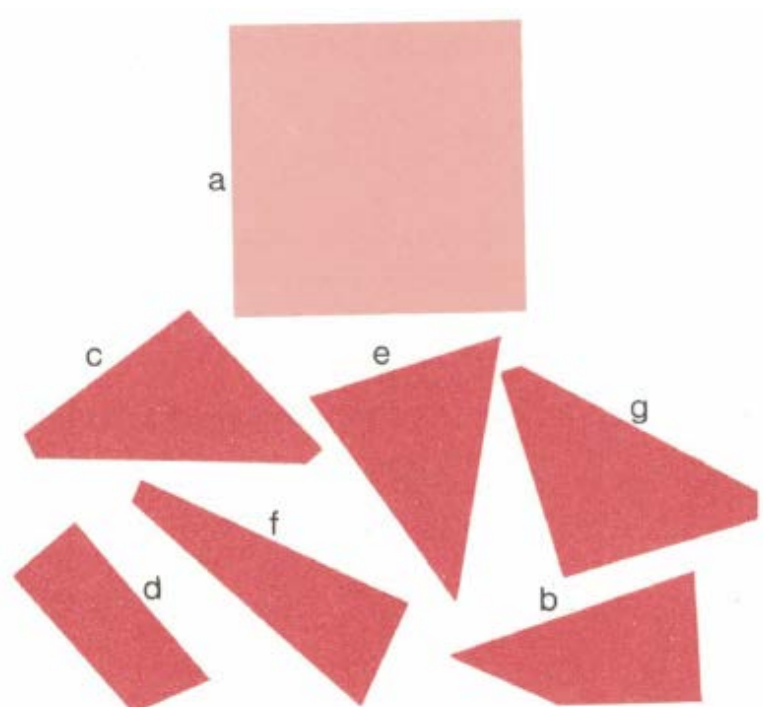
5 7 _ 15 23 36

Quelle forme correspond ?



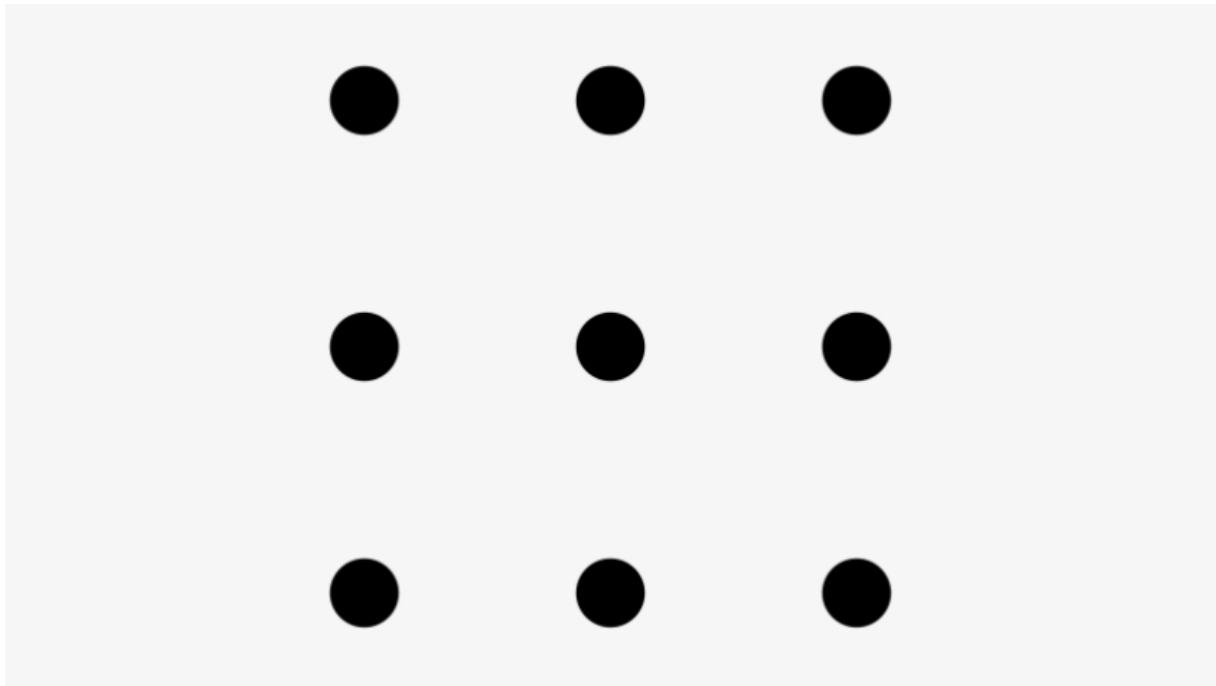
Quelles pièces recomposent la figure ?

La *figure a* peut être recomposée avec quatre des six pièces indiquées par les lettres *b, c, d, e, f, g*.
Quelles sont les deux pièces en trop ?



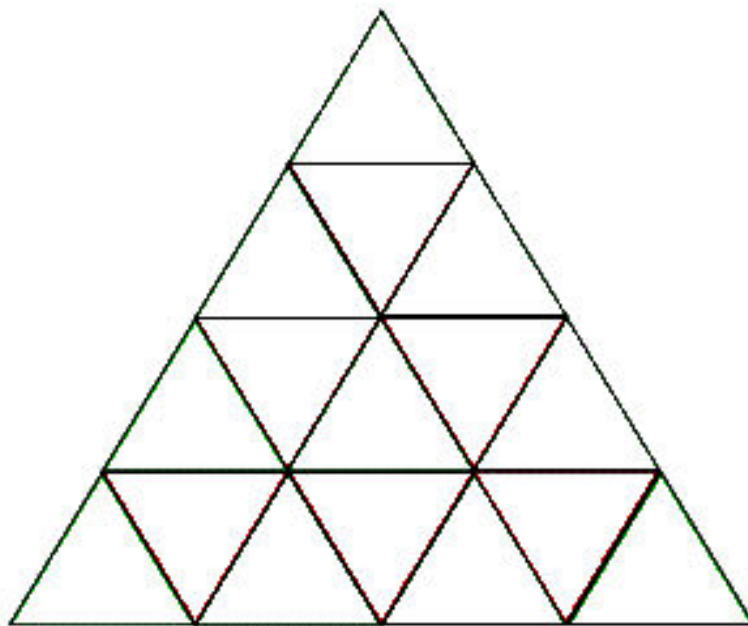
Les 9 points

Relier les 9 points en 4 traits droits sans lever le crayon



Les triangles

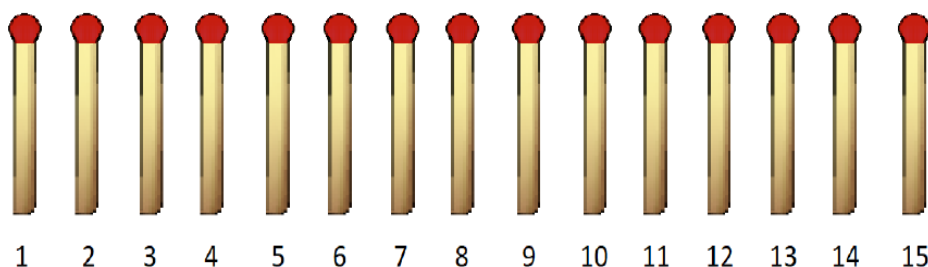
Comptez combien de triangles sont visibles dans la figure ci-dessous.



Jeu des bâtonnets

2 joueurs

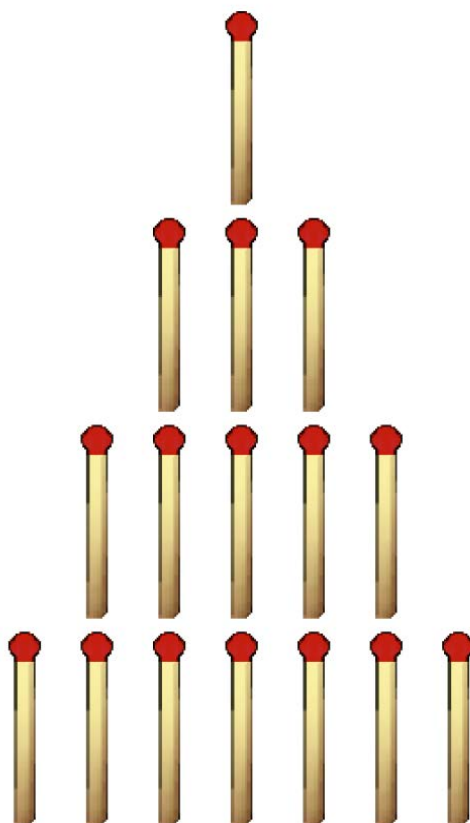
Disposer quinze bâtonnets (ou plus) comme dans le dessin ci-dessous. Les joueurs retirent chacun à leur tour 1, 2, ou 3 bâtonnets. Le joueur qui retirera le dernier bâtonnet perd la partie.



Jeu de Nim

2 joueurs

Disposer seize bâtonnets comme dans le dessin ci-dessous. Chaque joueur, à tour de rôle, prend le nombre d'allumettes qu'il veut (au moins une) dans un des paquets (ligne). Le joueur qui retirera le dernier bâtonnet gagne la partie.



Morpion

2 joueurs

Un premier joueur dessine son symbole sur une case. Puis c'est au tour de l'autre joueur de dessiner son symbole sur une case vide.

Le but du jeu est de réussir à aligner ses trois symboles, on remporte alors la partie.

Pour corser le jeu, on peut aussi jouer sur des grilles plus grandes : 4x4 cases, il faudra donc aligner 4 symboles. 5x5, aligner 5 symboles.



On peut construire le jeu avec papier et crayon, dans du sable avec des coquillages ou des galets,...

Le quinze vainc

2 joueurs

Sur une piste de 9 cases numérotées de 1 à 9, les joueurs en plaçant ou déplaçant leurs trois pions à tour de rôle doivent totaliser 15. La stratégie de jeu impose au joueur d'anticiper sur son propre jeu mais aussi sur celui de son adversaire (multipliant ainsi les situations de calcul).



Tangram

1 joueur (ou plus, si plusieurs lots de pièces sont disponibles)

Construire des figures plates à partir de sept pièces : 5 triangles, 1 carré et 1 parallélogramme.



On peut construire les pièces avec du papier ; des versions à découper sont disponibles sur :

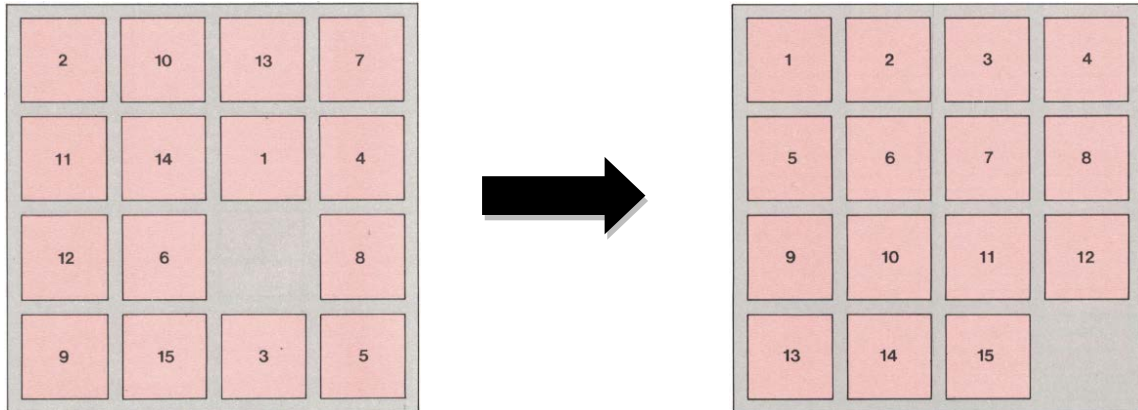
<https://lululataupe.com/imprimerie/jeux-d-observation/tangrams>

Jeu du quinze

1 joueur

Le jeu comporte une tablette de 4x4 positions avec 15 carrés disposés et en retirant le 16^e.

On dispose les 15 carrés aléatoirement sur la tablette (dessin de gauche). Le but est de faire glisser les carrés verticalement ou horizontalement dans l'espace vide jusqu'à parvenir à recomposer la série dans l'ordre (dessin de droite).



On peut aussi prendre une image que l'on découpe en 16 carrés de même taille.

Le jeu peut se faire avec une tablette de 5x5 (24 carrés disposés en retirant le 25^e) ou plus encore.

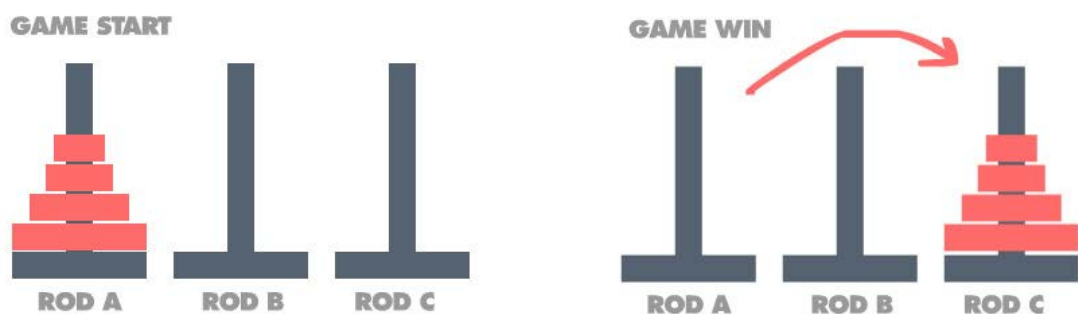
Jeu sur internet : <http://gp.game-game.com/20900/>

Tour de Hanoi

1 joueur

Le but est de reconstruire la tour qui est en A sur le piquet C.

On ne peut prendre qu'un disque à la fois. Celui-ci peut se placer sur le piquet de son choix (A, B ou C) mais il ne peut pas être déposé sur un disque plus petit que lui.



Le jeu peut se confectionner avec des galets plats de différentes tailles, ou des pièces de monnaie.

Solitaire – bille

1 joueur



Jeu composé d'un plateau en bois et de 32 billes.

Le jeu est un plateau de trous occupés par des billes sauf le trou central qui est libre. Il se joue en solitaire.

Le but du jeu est d'éliminer les billes jusqu'à ce qu'il en reste une seule, et si possible d'essayer de mettre la dernière bille restante dans le trou central. Pour éliminer une bille, il faut faire une prise comme au jeu de dames (sauter par-dessus la bille qu'on souhaite éliminer) mais en horizontal ou en vertical et non pas en diagonal. Lorsque vous avez réussi à éliminer toutes les billes sauf une, vous avez gagné la partie.

Jeu sur internet : <http://www.parchance.fr/solitaire/plateau-billes/>

Le jeu existe également en applications smartphone et tablettes.

Casse-têtes

1 joueur

Le but du jeu est de séparer (ou assembler) les pièces, sans forcer.

casse-têtes en métal →



casse-têtes en bois →

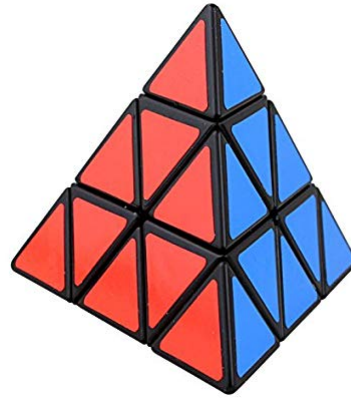


De nombreux casse-tête et leurs solutions sont présentés sur : <http://collection.cassetete.free.fr/>

Rubik's cube & Pyraminx

1 joueur

Le but est de reconstituer un grand cube (ou pyramide) dont chacune des faces présente une couleur uniforme.



Rhétorique

Dans le langage parlé, il existe des constructions verbales dont le raisonnement paraît logique sans toutefois être rigoureusement correct. On distingue trois types de raisonnements :

- **Syllogisme** : **raisonnement logique** formé de deux prémisses (deux propositions supposées comme vraies) et d'une conclusion.

Ex : Tous les Hommes sont mortels. Socrate est un Homme. Donc Socrate est mortel.

- **Paralogisme** : **raisonnement logique involontairement faux** à cause d'une mauvaise utilisation d'une règle.

Ex : Tous les chats sont mortels. Socrate est mortel. Donc Socrate est un chat.

- **Sophisme** : **raisonnement logique volontairement faux**, malgré une apparence de vérité, fait pour induire l'interlocuteur en erreur.

Ex : Tous les Hommes sont machos. Socrate est un Homme. Donc Socrate est macho.

- Poster sur les principaux types de sophismes : <https://yourlogicalfallacyis.com/fr>
- Sophismes et paradoxes : <http://www.hurlemort.fr/absurdites/sophismes-paradoxes-limites-de-pensee/>

Biais cognitifs

En psychologie, les biais cognitifs sont des formes de pensée qui dévient de la pensée logique ou rationnelle et qui ont tendance à être systématiquement utilisées dans diverses situations.

Ils constituent des façons rapides et intuitives de porter des jugements ou de prendre des décisions qui sont moins laborieuses qu'un raisonnement analytique qui tiendrait compte de toutes les informations pertinentes.

Extrait de : <http://www.psychomedia.qc.ca/psychologie/biais-cognitifs>

- Poster (en anglais): <https://yourbias.is/>
- Poster (en français): <https://www.penser-critique.be/codex-des-biais-cognitifs/>
- Document informatif sur les principaux types de biais cognitifs : https://syn-lab.fr/wp-content/uploads/2018/03/Note_biais_misenpage_V2.pdf

Exercices de raisonnement

1 joueur ou plus

Quel est le sens de cette phrase ?

« Il est indéfendable d'affirmer le contraire de la véracité de ses dires. »

Cette phrase signifie-t-elle : « il ment » ou « il dit la vérité » ?

Les chats

Tous les chats sont velus. Certains chats ne sont pas dépourvus d'humour. Les êtres velus sont volontiers sarcastiques.

Une des quatre phrases ci-dessous contredit ce qui précède. Laquelle ?

- a) Certains êtres sarcastiques manquent d'humour.
- b) Aucun animal velu ne manque d'humour.
- c) Même sarcastiques, aucun animal velu n'a d'humour.
- d) Sans humour, aucun animal sarcastique n'est velu.

Les chiens

Les chiens à deux têtes sont des êtres vivants. Tous les êtres vivants se nourrissent.

Supposant ce qui précède, quelle affirmation est certainement vraie ?

- a) Mon chien à deux têtes, parce qu'il se nourrit.
- b) Tous les chiens à deux têtes se nourrissent.
- c) Certains chiens de tête ne se nourrissent pas.
- d) Quelques chiens de tête ne sont pas réellement des êtres vivants.

Le plus lourd

Prémisses :

Je suis plus lourd que Charles.

Charles est plus lourd que Georges.

Conclusion :

- a) Georges est plus lourd que moi.
- b) Donc je suis plus lourd que Georges.
- c) Donc Georges et moi avons le même poids

Quelle conclusion est vraie ?

Les vaccins

Prémisses :

Quelques enfants ont été vaccinés contre la rougeole.

Mais tous se font vacciner contre la poliomyélite.

Conclusion :

- a) Donc quelques enfants ont été vaccinés soit contre la rougeole soit contre la poliomyélite.
- b) Donc quelques enfants ont été vaccinés contre la poliomyélite et contre la rougeole.

Quelle conclusion est vraie ?

Les singes-araignées

Prémisses :

Tous les singes-araignées ont la queue préhensible.

Cet opossum a la queue préhensible.

Conclusion :

Donc cet opossum est un singe-araignée.

Cette conclusion est-elle vraie ?

Jeu de reconnaissance des sophismes : <https://learningapps.org/display?v=pktzeybwt16>

JEUX D'INTUITION

Par intuition, on entend la connaissance directe et immédiate d'une vérité qui se présente à la pensée avec la clarté d'une évidence (définition du CNRTL : <https://www.cnrtl.fr/>).

Certaines hypothèses en psychologie assimilent l'intuition à un raisonnement logique qui se déroule inconsciemment et dont seule la conclusion se présente à la conscience ; comme lorsqu'on « devine » la solution d'un problème mathématique sans effectuer de développement.

Le cadavre exquis

2 joueurs ou plus

Jeu collectif inventé par les surréalistes et notamment par Jacques Prévert, en 1925. C'est un jeu qui consiste à faire composer une phrase, ou un dessin, par plusieurs personnes sans qu'aucune d'elles ne puisse tenir compte de la collaboration ou des collaborations précédentes.

Le cadavre exquis en dessin

Un premier joueur dessine une tête de bonhomme avec un cou en haut de la feuille. Il plie la feuille de manière à cacher la tête mais à laisser dépasser les traits du cou. Puis il passe la feuille à un autre joueur qui continue le dessin à partir des traits.

On peut également commencer par le bas de la feuille.

On peut imaginer, 3 pliages, 4 pliages, 5 pliages, ou plus, en fonction des diverses parties de la forme à dessiner.

On peut définir un thème (ex : les animaux, les véhicules, les constructions, les plantes,...), mélanger plusieurs thèmes, ou laisser carte blanche !

Le cadavre exquis en phrase

Sur le haut de la feuille chacun écrit un **substantif** (par exemple: "le cadavre"), puis plie le haut du papier pour cacher le mot qu'il vient d'écrire et le passe à son voisin de droite.

Chacun écrit alors sur le papier qu'il reçoit un **adjectif** (par exemple: "exquis"), puis plie le haut de la feuille pour cacher le mot et passe à son voisin de droite.

La troisième fois on note un **verbe** (par exemple "boira"), la quatrième un autre **substantif** (par exemple : "le vin") et enfin la cinquième un autre **adjectif** (par exemple "nouveau").

Ce qui donnera à la lecture de ce papier-ci : "Le cadavre exquis boira le vin nouveau" (premier texte obtenu par les poètes surréalistes amateurs de ce jeu).

Estimer le nombre

2 joueurs ou plus

Le but du jeu est de parvenir à estimer un nombre d'objets identiques au premier coup d'œil.

Un joueur prend une poignée d'objets identiques de petite taille (par exemple : pièces de monnaie, pois chiches, cure-dents,...) et les dispose sur une table.

Chaque joueur doit donner le plus rapidement possible une estimation du nombre d'objets.

Ensuite, on compte le nombre d'objets et chaque joueur vérifie l'exactitude de son estimation.

JEUX D'ATTENTION

Attention multitâche

1 joueur

Jeux sur internet :

- <https://www.kongregate.com/games/icylime/multitask>
- <http://multitaskgames.com/multitask-game.html>

Les sept erreurs

1 joueur ou plus.

Trouver les sept différences entre les deux dessins ci-dessous.



Les chiffres et lettres

1 joueur ou plus.

Trouver le chiffre 8 caché.



Trouver la lettre N cachée (il y en a deux).



Trouver la lettre J cachée (il y en a deux).



Mots mêlés

1 joueur ou plus.

Après avoir barré tous les mots de la liste, il vous restera à former un mot mystère avec les lettres restantes dans la grille.



ALPAGE	CHALET	PISTE
ALPES	DÉGEL	RANDONNÉE
ALPINISME	ESCALADE	RAQUETTES
ALTITUDE	EVEREST	REMONTÉE
ANDES	FORÊT	ROCHEUSES
APLOMB	HIMALAYA	SIERRA
ARMOR	GLACIER	SOMMET
ASCENSION	MASSIF	TÉLÉPHÉRIQUE
BALISAGE	MONTAGNE	TERTRE
CAMPING	NEIGE	TOURISME
CANYONING	OISANS	TRANSAT
CASCADE	PANORAMA	TREKKING

Test de Stroop

1 joueur

Lire les mots inscrits dans les cases ci-dessous le plus rapidement possible.

Haut		Haut	Gauche
	Bas		
	Haut		
Bas		Droite	Gauche
	Haut	Haut	
Droite			Bas

Bas		Haut	Droite
	Droite		
		Droite	
Bas			Haut
	Gauche		
Droite		Gauche	Bas
	Haut		

Lire les couleurs des mots écrits ci-dessous le plus rapidement possible.

JAUNE	BLEU	ORANGE
NOIR	ROUGE	VERT
VIOLET	JAUNE	ROUGE
ORANGE	VERT	NOIR
BLEU	ROUGE	VIOLET
VERT	BLEU	ORANGE

JEUX DE CRÉATIVITÉ

Rubik's snake

1 joueur

Reproduire des formes imposées, ou créer ses propres formes. Des exemples sont en Annexe.

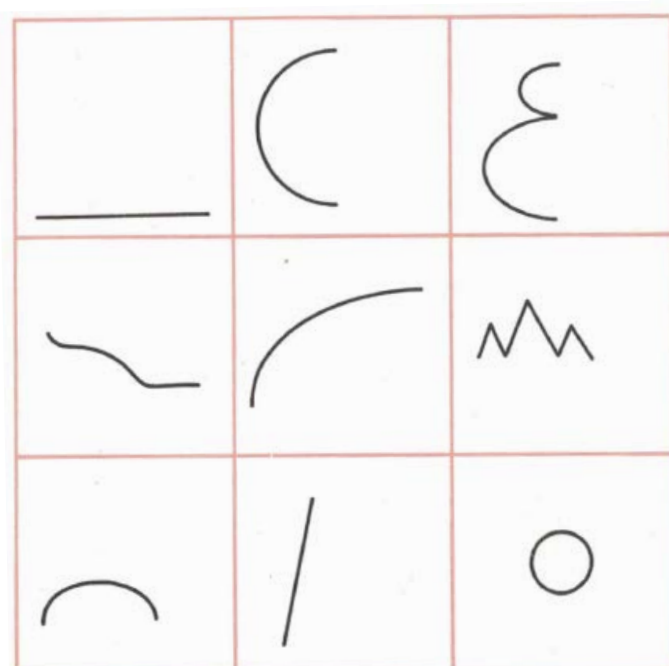


Dessin créatif

1 joueur

Le but est de continuer un dessin à partir de la forme présente dans chaque carré.

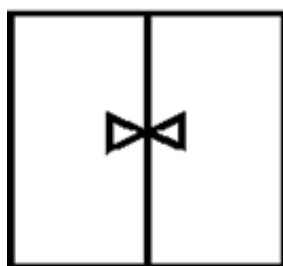
On peut imaginer un jeu similaire où l'on écrit une histoire en prenant un mot ou un bout de phrase comme amorce.



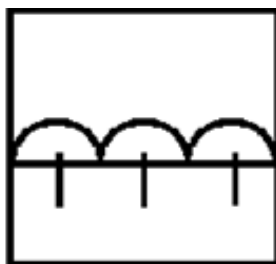
Doodles

1 joueur ou plus

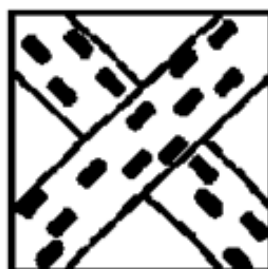
Donner un maximum d'interprétations aux dessins ci-dessous.



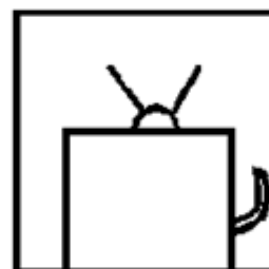
(a)



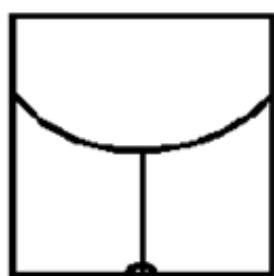
(b)



(c)



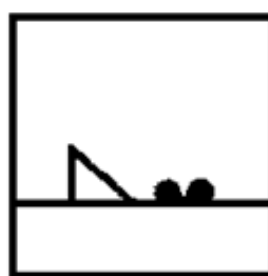
(d)



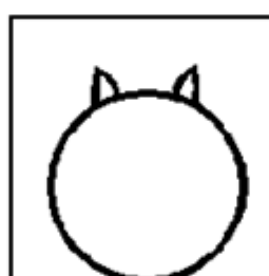
(e)



(f)



(g)



(h)

- a) _____
- b) _____
- c) _____
- d) _____
- e) _____
- f) _____

JEUX DE MÉMORISATION

Parmi les diverses méthodes de mémorisation que vous pourrez développer, l'important est de vous les approprier.

Lorsque vous mémorisez quelque chose, lier des perceptions (vue, ouïe, touché, odorat, goût) et des émotions (joie, tristesse, dégoût, colère,...) aux éléments que vous souhaitez mémoriser renforcera la mémorisation en créant des associations sensibles-émotives.

Vous mémoriserez plus facilement avec les règles suivantes :

- ✓ Marque votre esprit pour attirer votre attention.
- ✓ Comprend une association simple.
- ✓ Construit de façon à être facile à retenir.
- ✓ A un sens pour vous.

Les ancrages sensoriels

Le procédé consiste à associer un apprentissage, ou une activité mentale, avec un stimulus sensoriel.

Vous pourriez, par exemple, apprendre tout en :

- Touchant un objet / un vêtement → stimulation de vue + touché
- Écoutant un son / une musique → stimulation de ouïe
- Sentant un parfum / encens → stimulation de odorat
- Mâchant un chewing-gum / autre → stimulation de goût + touché

Réactiver le stimulus sensoriel aide à réactiver le souvenir ou l'activité mentale associée ; comme lorsqu'on retrouve soudainement ses souvenirs d'enfance, et sa jovialité enfantine, alors qu'on mâchonne une friandise que l'on avait pour habitude, étant enfant, de consommer dans les grandes occasions.

Les mnémotechniques

L'objectif des moyens mnémotechniques est de réduire la quantité d'éléments à mémoriser, de transformer des éléments abstraits (chiffres et nombres) en éléments concrets (mots, histoire) ou de construire un moyen logique de se remémorer.

Pour mémoriser des listes de mots, éventuellement dans un ordre précis, on pourra prendre la première lettre de chaque mot et construire une phrase avec.

Par exemples :

- Mémoriser les planètes du système solaire dans l'ordre : **M**ercure – **V**énus – **T**erre – **M**ars – **J**upiter – **S**aturne – **U**ranus – **N**eptune. → **ME** Voici **T**oute **M**ignonne, **J**e **S**uis **U**ne **N**ébuleuse
- Mémoriser l'orthographe des mots :
 - L'**h**irondelle prend deux "l" car elle vole avec ses deux ailes
 - **Enveloppe** ne prend qu'un "l" car on ne met qu'une lettre dans une enveloppe
- Mémoriser les conjonctions de coordination : mais, ou, et, donc, or, ni, car. → **Mais où est donc Ornica** ?

Mémoriser les prénoms

Systeme des associations

1 : Être attentif et vigilant

- Avant la rencontre : « Comment s'appelle t-il/elle ? »
- Pendant la rencontre : répétez son prénom (en la saluant)

2 : Repérer quelque chose de remarquable

- Repérez un trait particulier de la personne

3 : Créer une mnémonique

- Associez au nom d'une autre personne (réelle, fictive, célébrité,...),
- Associez le nom à une image (faisant rime éventuellement),
- Associez à une situation.

4 : Répéter

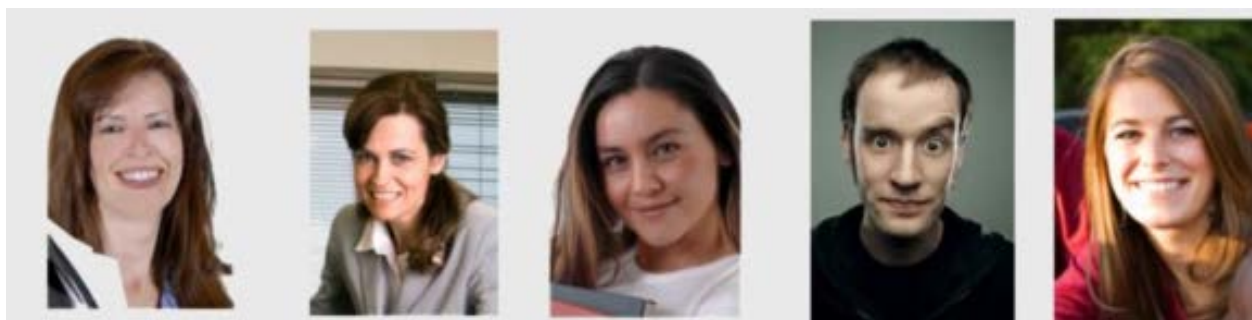
- Rappelez dans votre tête la mnémonique que vous avez créée

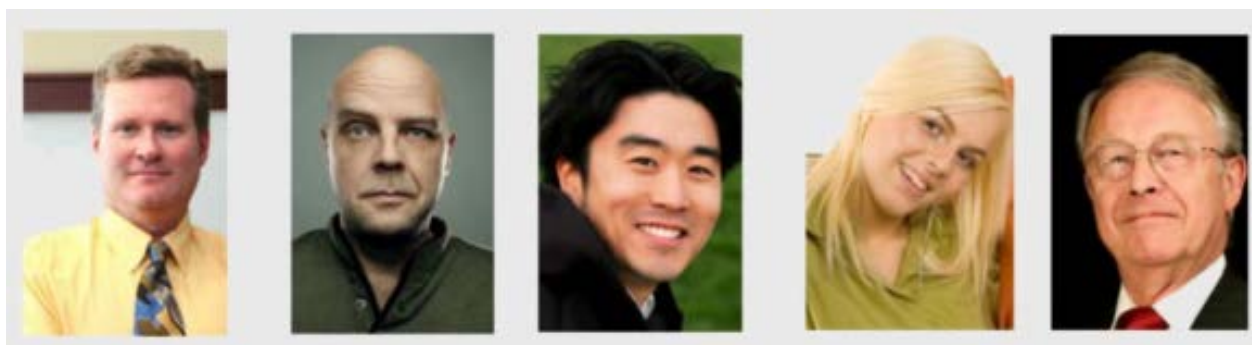
A vous de jouer !

1 joueur ou plus

Le but est de mémoriser les prénoms (et les noms) des personnes ci-dessous en utilisant les méthodes d'association (mnémonique). Prenez le temps de créer les associations avant de tourner la page pour retrouver les prénoms (et les noms).







Les phrases chantées et rythmées

Il est souvent plus facile de se remémorer les paroles d'une chanson en se repassant l'air en tête. De la même manière, on peut se remémorer une comptine, une fable ou un poème appris durant l'enfance en récitant le texte sur la mélodie avec laquelle on l'a mémorisée.

Le principe consiste alors à mémoriser un texte en lui donnant des intonations, des rythmes, de l'emphase,... ou en jouant sur des rimes.

Par exemple : 1643 : sacre de Louis XIV → En seiZE cent quarante trOIs, Louis quatorZE est fait rOI.

A vous de jouer !

1 joueur ou plus

Trouver des phrases qui riment pour retenir les dates historiques ci-dessous.

476 : Chute de l'Empire romain d'occident et fin de l'Antiquité.

→ _____

1492 : Découverte de l'Amérique par Christophe Colomb.





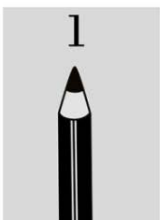


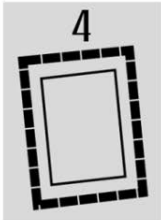












→ _____

Mémoriser des numéros

Le système des articulations chiffrées

Ce système astucieux permet d'associer des chiffres abstraits à des formes concrètes par rimes ou par ressemblance de forme.

Exemples :

Rimes			Forme		
					
					
					
					

La table de rappel

Cette méthode est une extension du système ci-dessus pour les nombres jusqu'à 99, et au-delà.

Un tableau fait correspondre les chiffres à des phonèmes (sons de consonnes). Une série de chiffres correspond à une série de phonèmes qui peut alors constituer un mot.

Chiffre	Phonème	Associations visuelles
0	z, s, ç, x	La lettre Z se retrouve dans <i>zéro</i> . Les autres lettres sont phonétiquement proches
1	t, d	Un seul trait vertical. T et D sont phonétiquement proches
2	n	Deux traits verticaux
3	m	Trois traits verticaux
4	r	La lettre R se retrouve dans <i>quatre</i> en français, <i>four</i> en anglais, <i>vier</i> en allemand,...
5	l, ll, ye	La lettre L ressemble au chiffre romain L (50)
6	j, g, ch	Le chiffre 6 ressemble à un jet. J, g et Ch sont phonétiquement proches
7	k, c, qu, gu	La lettre K ressemble à deux 7 accolés. Les autres sont phonétiquement proches
8	f, ph, v, w	Ressemble au symbole de l'infini ∞ . Les autres sont phonétiquement proches
9	p, b	La lettre P ressemble à un 9 inversé. P et B sont phonétiquement proches

Les séries de chiffres suivants peuvent, par exemple donner les mots :

- 34 = MR = mur, mère, mare, émir, amour...
- 140 = TRS = trace, tierce, torse, transe, terrasse...
- 1064 = TZDR = toison d'or
- 14175 = TRTKL = torticolis
- 747312 = KRQMTN = croque-mitaine

Pour retenir la série de phonèmes associés aux chiffres, il existe une phrase mnémotechnique :

*Tu succomberas, **Si Tu Nous Mens, Roi LâChe Qui Fait Peu.***
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9

Ou... plus guilleret :

SepT : NuMéRo LoGiQue ViP
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9

Une table de rappel est un tableau où chaque chiffre ou nombre, de 0 à 99, est associé à un mot.

Par exemple :

Codage mnémotechnique de 0 à 99

	0/S-Z	1/T-D	2/N	3/M	4/R	5/L	6/Ch-J	7/K-Gu	8/F-V	9/P-B
0/S-Z	0 As	1 Tas	2 Nez	3 Mat	4 Rat	5 Lait	6 Chat	7 Queue	8 Feu	9 Bois
1/T-D	10 Tasse	11 Tête	12 Dune	13 Diamant	14 Drap	15 Etoile	16 Tâche	17 Dague	18 Divan	19 Taupe
2/N	20 Naze	21 Natte	22 Nonne	23 Nem	24 Nerf	25 Nylon	26 Niche	27 Nuque	28 Navet	29 Nappe
3/M	30 Massue	31 Mite	32 Mine	33 Maman	34 Mare	35 Malle	36 Mage	37 Mac	38 Mafia	39 Myope
4/R	40 Rousse	41 Radis	42 Renne	43 Rame	44 Rire	45 Rouleau	46 Riche	47 Roc	48 Rêve	49 Robe
5/L	50 Lasso	51 Latte	52 Laine	53 Lame	54 Lard	55 Lol	56 Luge	57 Lac	58 Louve	59 Lapin
6/Ch-J	60 Chasseur	61 Château	62 Chaîne	63 Chameau	64 Char	65 Châle	66 Chouchou	67 Chèque	68 Chef	69 Chapeau
7/K-Gu	70 Gosse	71 Gâteau	72 Canne	73 Gomme	74 Car	75 Colle	76 Cage	77 Kayak	78 Café	79 Cape
8/F-V	80 Face	81 Fête	82 Van	83 Femme	84 Phare	85 Fil	86 Vache	87 Phoque	88 Fève	89 Phobie
9/P-B	90 Pouce	91 Pâtes	92 Panneau	93 Pomme	94 Bar	95 Balle	96 Poche	97 Bac	98 Pavé	99 Papa

→ Créez votre propre table de rappel avec le canevas en Annexe.

A vous de jouer !

1 joueur ou plus

A l'aide d'une méthode ci-dessus, créez-vous une histoire pour mémoriser le numéro de carte bancaire de Peter Pan. Puis, à la page suivante, tentez de redonner ces numéros.



Numéro de carte : _ _ _ _ _ _ _ _ _ _

Mémoriser des listes de mots

Méthode des liaisons

La technique consiste à lier visuellement deux mots successifs d'une liste. Ceci permet de mémoriser et réciter une liste du premier au dernier élément ou inversement. Cette technique visuelle demande de créer des images mentales impliquant les critères suivants :

1. **L'image doit être vive.** Ceci nécessite de prendre un moment pour voir clairement l'image dans sa tête une fois que le choix de l'image a été fait. De plus, la mémorisation est facilitée par l'émotion évoquée par l'image. Si l'image est amusante, visualisez-la et trouvez-la drôle. Si elle est dégoûtante, trouvez-la véritablement repoussante.
2. **Les éléments de chaque image doivent interagir.** S'imaginer A et B l'un à côté de l'autre ne fonctionnera pas. Si A est composé de B ; ou si A est forcé à l'intérieur de B ; ou si A frappe, embête ou danse avec B, c'est bien mieux.
3. **L'image doit être inhabituelle.** Si vous devez lier 'homme' avec 'tasse', par exemple, vous pourriez être capables d'imaginer vivement ces deux-là interagir, mais l'image serait trop normale, telle que 'un homme buvant dans une tasse'. L'image sera plus mémorable si l'homme essaie de boire depuis une tasse géante, ou s'il avale la tasse, ou s'il y a un homme minuscule dans une tasse essayant de sortir avant que le thé soit versé.

Il est plus facile de mémoriser des noms communs, qui sont plus faciles à imaginer, mais des noms plus abstraits ou des adjectifs, par exemple 'colère', peuvent être transformés en une image, telle que un visage en colère qui crie. Le mot 'Noël' peut se transformer en un sapin de Noël ou les gens avec qui vous associez cette fête.

A vous de jouer !

1 joueur ou plus

Utilisez votre imagination pour mémoriser la liste de 20 mots qui suit. Puis, sans regarder la liste, tentez de les redonner dans l'ordre.

1. Chaise	6. Portefeuille	11. Couteau	16. Pain
2. Vase	7. Mouchoir	12. Canard	17. Souris
3. Mouton	8. Lampe	13. Horloge	18. Stylo
4. Banane	9. Téléphone	14. Citron	19. Clé
5. Imprimante	10. Sapin	15. Enveloppe	20. Gâteau

Palais mental

Le principe est de choisir un lieu ou une série de lieux que vous connaissez, et de vous le représenter dans votre esprit de façon à ce que vous puissiez y naviguer mentalement, c'est votre palais. Vous allez ensuite pouvoir y stocker les informations que vous voulez retenir.

Étape 1 : Créez votre palais

Le palais mental peut être un lieu purement imaginaire mais pour commencer il est plus facile de choisir un lieu réel que vous connaissez déjà très bien. Ça peut être votre chambre, votre bureau, votre maison ou un parc dans lequel vous avez l'habitude de vous promener. L'essentiel est de pouvoir concrètement le visualiser dans votre esprit. Plus grand ou plus détaillé votre palais sera, plus vous allez pouvoir y stocker d'information.

Si vous avez besoin de vous souvenir de quelque chose dans un ordre précis il est important de définir un trajet que vous allez suivre lorsque vous allez parcourir votre palais mental.

Une fois que vous avez votre palais et votre trajet il faut identifier des emplacements spécifiques. Ces emplacements seront les endroits où vous allez pouvoir stocker des informations. Il faut que, lorsque vous vous baladez dans votre palais, ces emplacements soient remarquables et distincts les uns des autres. Si vous avez pris comme palais mental votre chambre par exemple, les emplacements pourraient être le lit, la table de chevet, l'armoire, le bureau et la porte.

Étape 2 : Stockez des informations

Dans un palais mental vous n'allez pas stocker des informations tel quel (par ex. tous les mots d'un discours que vous devez apprendre), vous allez stocker des associations d'idées.

Ces associations d'idées vont servir à compresser et à symboliser ces informations. Donc quand vous allez tomber sur une association d'idées dans votre palais mental, elle va vous rafraîchir la mémoire, et vous mener à l'idée dont vous essayez de vous souvenir.

Une des techniques les plus efficaces pour créer ces associations d'idées est de créer des images qui représentent ce que vous voulez retenir. Il faut que chaque image soit aussi particulière et intéressante que possible. Plus elles seront bizarres ou plus elles feront parler vos émotions, plus elles seront faciles à se rappeler (vous pouvez créer les images que vous voulez, votre palais mental est VOTRE palais mental).

Il faut aussi que ces images fassent appel à vos sens. Vous devez pouvoir imaginer la couleur, la texture, l'odeur et même le goût de l'image que vous êtes en train de créer.

Lorsque vous avez créé les images correspondantes aux informations que vous voulez stocker, il vous suffit de les placer sur le trajet de votre palais mental.

Étape 3 : Entretenez votre palais

Quand votre palais est créé et rempli il faut que vous vous y promeniez. Il faut que vous l'exploriez. Quand vous allez rentrer dans une pièce et regarder autour de vous, vous allez voir toutes les images que vous avez créées. Plus vous vous baladez souvent dans votre palais, plus facilement vous vous souviendrez de son contenu à la demande.

A vous de jouer !

1 joueur ou plus

Imaginez que vous voudriez retenir une liste de commissions. Vous pourriez alors visualiser votre supermarché habituel et y placer les images (vives, démesurées, amusantes,...) qui vous rappelleront les articles de votre liste de commission.

Utilisez votre imagination pour mémoriser la liste de 15 articles de supermarché qui suit. Puis, sans regarder la liste, tentez de les redonner ; l'ordre à moins d'importance.

<i>Salade verte</i>	<i>Biscuits</i>	<i>Beurre</i>
<i>Carottes</i>	<i>Poisson</i>	<i>Chocolat</i>
<i>Pain</i>	<i>Petits pois</i>	<i>Crayons de couleur</i>
<i>Pommes</i>	<i>Œufs</i>	<i>Citrons</i>
<i>Fromage</i>	<i>Gel douche</i>	<i>Farine</i>

Les questions et des réponses

À partir de 4 joueurs.

Les joueurs sont disposés en cercle. Au signal donné, le premier joueur pose une question à son voisin de droite, qui répond et qui lui-même pose une question à son propre voisin de droite, qui lui répond et pose à son tour une question à son voisin de droite. Et ainsi de suite, jusqu'à ce que chaque joueur ait posé une question à son voisin de droite et donné une réponse à celui de gauche.

À la fin du jeu, chaque joueur doit répéter à haute voix la question qu'on lui a posée et la réponse qu'il a reçue à la question qu'il a posée. Bref, il ne doit pas répéter les phrases qu'il a lui-même prononcées, mais celles de ses deux voisins.

JEUX DE COORDINATION

Dessiner à deux mains simultanément

1 joueur

Dessiner un visage, ou un paysage avec les deux mains.

Symétriquement



Crédit : France Bleu

Asymétriquement



Crédit : Bruno Michellod

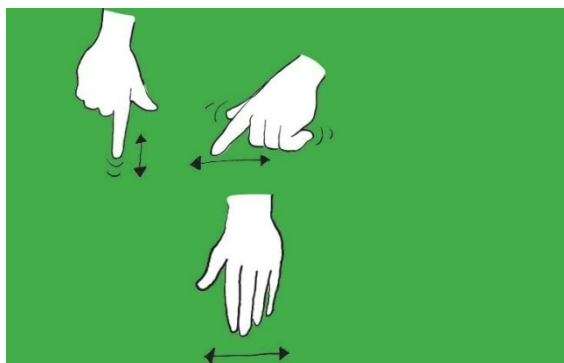
Mouvements coordonnés

1 joueur

Simultanément effectuer dans l'air : un cercle avec une main et un huit couché avec l'autre main.



Simultanément effectuer dans l'air : un mouvement vertical avec une main et horizontal avec l'autre main.



Simultanément effectuer dans l'air : un cercle dans le sens des aiguilles d'une montre avec une main et un cercle dans le sens inverse des aiguilles d'une montre avec une jambe.



Pour plus d'exercices : <https://www.mobilesport.ch/>

Voir la pratique du Brain Gym (nombreuses vidéos sur internet) : <https://www.braingymsuisse.ch/>

SOLUTIONS DES JEUX

SOLUTIONS DES JEUX DE RÉFLEXION

Solution du sudoku

Solution du jeu page 5.

5	2	4	6	3	8	9	7	1
7	6	8	1	2	9	3	4	5
1	9	3	7	5	4	6	2	8
6	4	5	9	8	1	7	3	2
9	8	2	5	7	3	1	6	4
3	1	7	4	6	2	8	5	9
8	7	1	2	4	6	5	9	3
2	3	6	8	9	5	4	1	7
4	5	9	3	1	7	2	8	6

Solution des mots croisés

Solution du jeu page 6.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
I	C	I	T	R	O	U	I	L	L	E
II	O	D	E	U	R	S		E	A	U
III	C	E		S		E	T	A	G	E
IV	C	E	L	E	B	R	E		O	
V	I		I				T	O	N	D
VI	N	O	E	L			E	T		I
VII	E	N	R	A	G	E		A	M	E
VIII	L		R		A	H	U	R	I	S
IX	L	U	E	U	R		N	I		E
X	E	N		V	E	X	E	E		L

www.fortissimots.com

Solution des mots fléchés

Solution du jeu page 7.

	P		G		O		C		SOLUTION DU N° 48				
F	U	N	A	M	B	U	L	E					
	M	A	I		A	N	O	N					
B	A	R	N	U	M		W	C					
		I		D	A	M	N	E					
C	A	N	O	E		A		N		P		E	
	D	E	B	R	O	U	S	S	A	I	L	L	E
T	U	S		Z	E	R	O		U	S	U	E	L
	L		R	O	D	E	U	R		T		P	U
P	E	S	A		E		R	E	P	E	C	H	E
	R		M	E	M	O	I	R	E		L	A	
D	O	M	P	T	E	U	R		L	I	O	N	S
	N	I	E	R		S	A	G	A	C	I	T	E
A	T	T	R	A	I	T		A	G	I	T		M
		O		N	D		P	I	E		R	U	E
M	E	N	A	G	E	R	I	E		T	E	N	U
	A	N	N	E	A	U		T	I	G	R	E	S
B	U	E	E		L	A	V	E		V	A	S	E

Solutions des anagrammes

Solution du jeu page 8.

C	A	D	E	A	U
J	O	U	E	T	S
B	O	U	L	E	S
R	E	U	N	I	S
G	R	A	T	I	N
T	O	U	R	T	E
F	E	S	T	I	N
R	E	G	I	M	E

Solution des nombres croisés

Solution du jeu page 9.

	1	2	3	4	5	6
I	1	2	8		1	4
II	5	0		1	9	2
III		0	0	7		1
IV	2	1		1	7	
V	1		1	5	7	2
VI	6	6	6		7	2

SOLUTIONS DES JEUX DE LOGIQUE

Solutions des énigmes

Enigme : Combien sont-ils dans la famille ?

Finis le temps où de petites compagnies théâtrales allaient de village en village et, pour attirer du monde à leurs spectacles, faisaient de la publicité sur la place du village en donnant en primeur quelque réplique, de courts sketches et des saynètes. Un jour, l'une de ces compagnies, qui s'exhibait dans plusieurs numéros de théâtre, avait éveillé la curiosité des gens en leur proposant cette devinette :

– *J'ai le même nombre de frères et de sœurs !* avait déclaré un acteur encapuchonné et vêtu de façon qu'on ne puisse distinguer s'il était un homme ou une femme.

Aussitôt après, une femme était apparue sur scène qui, d'une voix surexcitée, avait annoncé :

– Je suis la sœur de cette personne qui vient de parler et, par rapport à cette personne, j'ai deux fois plus de frères que de sœurs. Combien sommes-nous donc dans la famille ?

Celui qui devinait la réponse avait droit à un billet gratuit pour le spectacle du soir.

Réponse : ils sont 7 frères et sœurs.

Supposons que l'individu qui a parlé le premier soit une des sœurs. Dans ce cas, la sœur qui a prit la parole en second devrait se trouver dans la même situation que la première. Elle aurait donc dû déclarer qu'elle avait autant de frères que de sœurs. Or, ce n'est pas ce qu'il a dit. Donc, la personne qui a parlé en premier est nécessairement un frère.

Il y a certainement un frère de plus par rapport aux sœurs. La sœur qui a parlé en second a déclaré qu'elle avait deux fois plus de frères que de sœurs, donc la moitié de sœurs que de frères. La moitié du nombre de frères équivaut alors à deux, le nombre de frères est quatre, et celui des sœurs, en comptant la dernière qui a parlé, et donc trois : ce qui fait au total une famille de sept frères et sœurs.

Faisons une autre supposition : en nous basant sur la déclaration de la première personne, frères et sœur aurait pu être, disons, quatre et quatre, ce qui ferait au total neuf, 5 frères et 4 sœurs. Pourquoi devons-nous écarter cette supposition ? La sœur qui s'exprimait en second, en déclarant avoir le double de frères, exclut catégoriquement cette éventualité. Si on ne compte pas la sœur qui a parlé, la famille serait composée de 3 sœurs et 5 frères et, comme chacun sait, 5 n'est pas le double de 3.

Enigme : Combien de lièvres les chasseurs ont-ils pris ?

Deux pères et deux fils vont à la chasse et tuent chacun un lièvre. Combien y a-t-il de lièvres ?

Réponse: trois lièvres, et non quatre.

En effet, participaient à la chasse : le grand-père, le père et le fils ; les deux pères sont le grand-père et le père, tandis que les deux fils sont le père qui est le fils du grand-père, et le fils qui le petit-fils du grand-père.

Enigme : La couleur de la robe.

Blanche, Rose et Violette sont trois sympathiques amies qui se retrouvent souvent pour jouer ensemble. Le samedi précédent, elles s'étaient donné rendez-vous devant une discothèque fréquentée exclusivement par des jeunes.

– Quelle étrange coïncidence ! avait dit Rose, après avoir salué ses compagnes, qui arrivaient toutes joyeuses. Nos noms sont Rose, Violette et Blanche, et effectivement les couleurs de nos robes sont le rose, le blanc et le violet.

– C'est vrai, répliqua aussitôt Blanche, mais as-tu remarqué que pour aucune de nous la couleur de sa robe correspond à son nom ?

– *Tu as raison !* intervint Violette, qui s'était contentée jusqu'ici d'écouter.

Si la robe de Violette n'est pas blanche, quelle est la couleur de la robe des trois amies ?

Réponse : sachant que Violette n'est vêtu ni de violet ni de blanc, elle est forcément habillée de rose ; Blanche, à son tour, n'est vêtue ni de rose ni de blanc, donc elle porte une robe violette ; enfin Rose, si Blanche est vêtue de violet et Violette de rose, ne peut qu'être habillée de blanc.

Enigme : Les chaussettes d'Antoine... et les gants de Ginette.

Antoine sait que, dans son tiroir, il y a 10 chaussettes marron et 10 autres gris clair.

Combien de chaussette Antoine devra-t-il prendre pour être sûr d'en avoir deux de la même couleur ?

Réponse : trois suffisent.

En effet, deux possibilités s'offrent Antoine : ou bien les trois chaussettes sont de la même couleur, ou deux sont d'une même couleur, la troisième pas ; dans les deux cas, il est assuré d'avoir deux chaussettes de la même couleur.

Dans le tiroir de Ginette il y a cinq paires de gants noirs (en tout 10 gants noirs) et cinq paires de gants blancs (en tous 10 gants blancs). Ginette avait à résoudre un problème plus difficile qu'Antoine : la complication venait de ce que la moitié des gants allait à la main droite et l'autre moitié à la main gauche.

Ginette réfléchit un moment ; puis elle prit dans le tiroir 11 gants, assurée de la sorte de disposer d'un nombre suffisant de gants pour avoir deux gants de la même couleur, un pour le côté droit, l'autre pour le côté gauche.

Le problème se pose en ces termes : Ginette avait-elle pris suffisamment de gants ? Devait-elle en prendre davantage au moins ?

Réponse : Ginette avait prit le nombre minimal pour enfiler des gants de même couleur à chaque main.

En effet, si elle en avait pris un de moins, elle courait le risque d'avoir 10 gants pour la main droite, cinq noirs et cinq blancs.

Enigme : l'eau l'air et l'électricité

Je suis d'eau, je suis d'air, et je suis d'électricité.
Que suis-je ?

Réponse : le courant

Charade

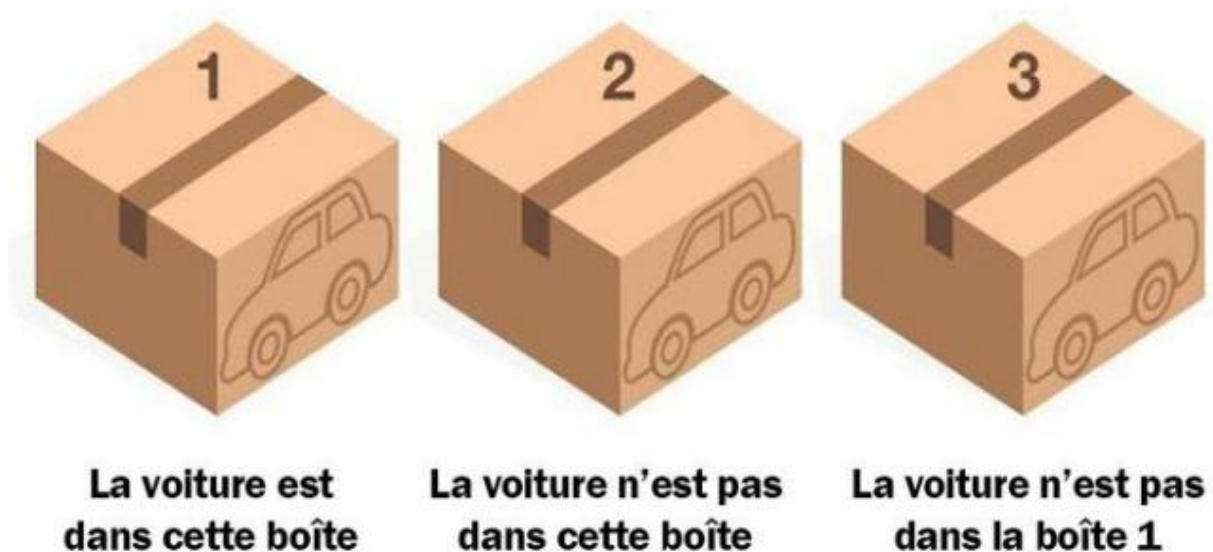
Mon premier est une note de musique,
Mon second est un arbre,
Mon tout est un animal.

Qui suis-je ?

Réponse : un lapin

Solution de l'énigme des boîtes

Voici trois boîtes. Dans laquelle se trouve la voiture ?
Il y a trois affirmations et une seule est vraie...



Réponse : La voiture se trouve dans la boîte numéro 2.

Si la voiture était dans la boîte numéro 1, cela voudrait dire que les affirmations inscrites sous les boîtes 1 et 2 sont vraies. Il y aurait donc deux bonnes réponses et un mensonge. Ça ne marche pas : il ne doit y avoir qu'une seule affirmation vraie!

Si la voiture se trouvait dans la boîte numéro 3, cela voudrait dire que les affirmations inscrites sous les boîtes 2 et 3 sont vraies. Là encore, ça ne marche pas.

En revanche, si la voiture est dans la boîte numéro 2, cela veut dire que les affirmations des boîtes 1 et 2 sont fausses. Il n'y a qu'une seule affirmation vraie, celle de la 3... C'est gagné !

Solution de l'histoire du nain

Au 20^e étage d'un gigantesque gratte-ciel habite un nain, qui mène une vie régulière, méthodiquement réglée sur le rythme de son travail : il se lève tôt le matin, s'habille, avale son petit-déjeuner, prend l'ascenseur et se rend à son travail. Le soir, toujours à la même heure, il retourne à l'appartement et se repose de sa longue et fatigante journée. En apparence, rien que de très normal, s'il n'y avait un petit détail quelque peu déconcertant : quand il rentre le soir, il prend l'ascenseur, s'arrête au 13^e étage et monte à pied les 7 autres étages. Quelle fatigue !

Pourquoi le nain ne monte-t-il pas en ascenseur jusqu'au 20^e étage ? Y a-t-il, selon vous, une raison particulière ?

Réponse : il n'y a pas de solution unique, en dépit de plus amples informations, toutes les réponses logiques sont valables. Il s'agit d'un cas de logique « polyvalente ».

Il est intéressant de noter la variété des réponses, toutes plus disparates, originales et fantaisistes les unes que les autres. Voici les plus fréquentes spontanées :

- le nain monte les 7 étages à pied parce qu'il veut faire un peu de gymnastique ;
- c'est un nain plutôt grassouillet et, sur le conseil de son médecin, il cherche à maigrir en se donnant un peu d'exercice ;
- il s'arrête pour voir un (ou une) ami(e), malade peut-être, qui habite entre le 13^e et le 20^e étage.

Voici une série de réponses moins fréquentes, mais originales et drôles :

- le nain revient éméché le soir chez lui et pour éviter que sa femme ne l'entende et ne l'assomme, il monte les 7 derniers étages sur la pointe des pieds ;
- l'ascenseur s'est bloqué une fois entre le 13^e et le 20^e étage et, depuis, le nain a eu une telle frousse que, si longtemps après, il préfère encore faire à pied les derniers étages ;
- entre le 13^e et le 20^e étage, l'ascenseur oscille un peu et fait un bruit qui effraie le nain, au point que, pour éviter cette sensation très désagréable, il préfère monter tranquillement à pied les 7 derniers étages ;
- le nain éprouve inconsciemment une sorte d'allergie à son appartement et, en montant par l'escalier les derniers étages, il retarde en quelque sorte le moment d'y entrer.

Observez comment toutes ces réponses sont, dans une certaine mesure, étroitement liées à l'expérience subjective du sujet interrogé. La réponse la plus simple qui nous semble la plus vraisemblable est la suivante : le nain s'arrête au 13^e étage tout simplement parce que sa petite taille ne lui permet pas d'appuyer sur les boutons de l'ascenseur au-dessus de 13, alors que pour descendre il lui est facile d'atteindre le dernier bouton du bas. Ce qui explique qu'il ait, chaque jour, 7 étages à monter à pied.

Solution de l'énigme : que suis-je ?

Qu'est-ce qui est pourvu de pieds mais ne peut pas marcher ?

Réponse : plusieurs réponses sont possibles : une table, une chaise, un vers en poésie.

Solution des nombres et suites logiques

Solution des jeux page 14.

Quel nombre complète ?

Réponse : le 11.

En effet : 8 (+1), 9(+2), 11(+3), 14(+4), 18 (+5)

Quel nombre poursuit la série ?

Réponse : le 10.

En effet : 19 (-6), 13 (+3), 16 (-5), 11 (+2), 13 (-4), 9 (+1), 10

Quel nombre manque ?

Réponse : le 10.

En effet : les écarts sont 2, 3, 4, 8, 13, chacun étant la somme des deux précédents.

Solution des figures logiques

Solution des jeux page 15.

Quelle forme correspond ?

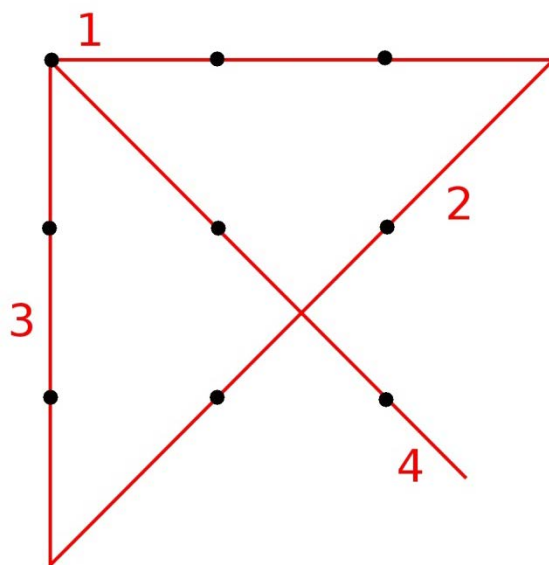
Réponse : la *figure e*.

Quelles pièces recomposent la figure ?

Réponse : les pièces en trop sont *b* et *c*.

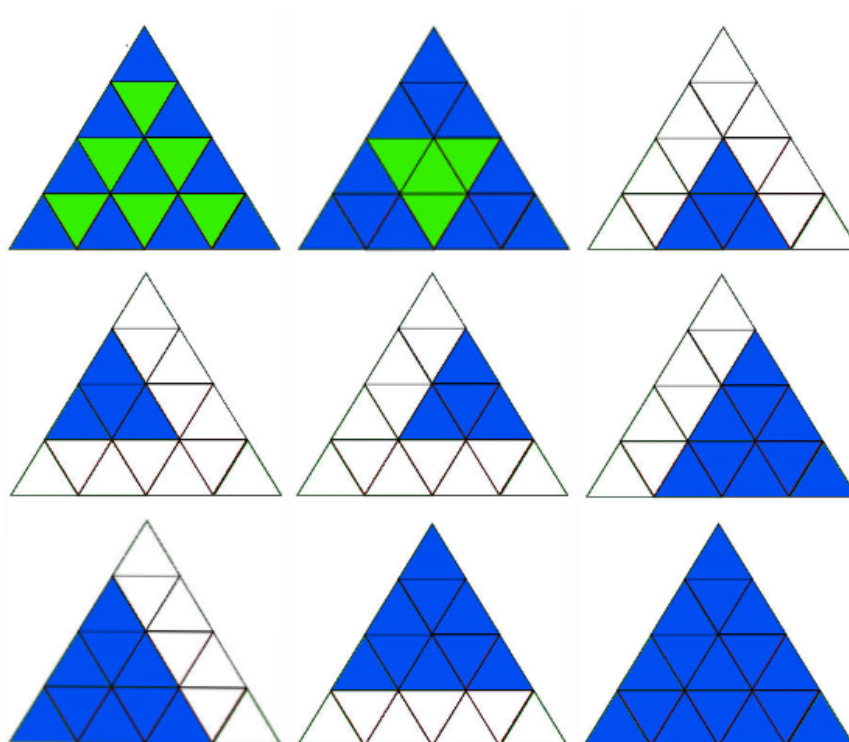
Solution des 9 points

Solution du jeu page 16: pour relier les 9 points en 4 traits, il est nécessaire de sortir du cadre.



Solution des triangles

Solution du jeu page 16: il y a 27 triangles



SOLUTION DES JEUX DE RAISONNEMENT

Solution des jeux page 23 - 24.

Solution de : quel est le sens de cette phrase ?

« Il est indéfendable d'affirmer le contraire de la véracité de ses dires. »

Cette phrase signifie-t-elle : « il ment » ou « il dit la vérité » ?

Réponse : La phrase signifie: « il dit la vérité. »

En effet, « affirmer le contraire de la véracité » signifie « affirmer la fausseté », et « Il est indéfendable » signifie « il est impossible de défendre ».

Solution de : les chats

Tous les chats sont velus. Certains chats ne sont pas dépourvus d'humour. Les êtres velus sont volontiers sarcastiques.

Une des quatre phrases ci-dessous contredit ce qui précède. Laquelle ?

- a) Certains êtres sarcastiques manquent d'humour.
- b) Aucun animal velu ne manque d'humour.
- c) Même sarcastiques, aucun animal velu n'a d'humour.
- d) Sans humour, aucun animal sarcastique n'est velu.

Réponse : la phrase c : il y a des animaux velus – certains chats au moins – qui ont de l'humour.

Solution de : les chiens

Les chiens à deux têtes sont des êtres vivants. Tous les êtres vivants se nourrissent.

Supposant ce qui précède, quelle affirmation est certainement vraie ?

- a) Mon chien à deux têtes, parce qu'il se nourrit.
- b) Tous les chiens à deux têtes se nourrissent.
- c) Certains chiens de tête ne se nourrissent pas.
- d) Quelques chiens de tête ne sont pas réellement des êtres vivants.

Réponse : la phrase b : tous les chiens à deux têtes, en tant qu'êtres vivants, se nourrissent.

Solution de : le plus lourd

Prémisses :

Je suis plus lourd que Charles.

Charles est plus lourd que Georges.

Conclusion :

- a) Georges est plus lourd que moi.
- b) Donc je suis plus lourd que Georges.
- c) Donc Georges et moi avons le même poids

Quelle conclusion est vraie ?

Réponse : la phrase b : les autres sont en contradiction avec les prémisses. En appliquant une propriété commune au raisonnement mathématique, la propriété « transitive » : si A est plus grand que B et B plus grand que C, alors A est plus grand que C.

Solution de : les vaccins

Prémisses :

Quelques enfants ont été vaccinés contre la rougeole.

Mais tous se font vacciner contre la poliomyélite.

Conclusion :

- c) Donc quelques enfants ont été vaccinés soit contre la rougeole, soit contre la poliomyélite.
- d) Donc quelques enfants ont été vaccinés contre la poliomyélite et contre la rougeole.

Quelle conclusion est vraie ?

Réponse : la phrase b : si tous les enfants ont été vaccinés contre la poliomyélite et seulement quelques-uns contre la rougeole, cela signifie qu'il y en aura quelques-uns qui seront vaccinés contre les deux maladies.

Solution de : les singes-araignées

Prémisses :

Tous les singes-araignées ont la queue préhensile.

Cet opossum a la queue préhensile.

Conclusion :

Donc cet opossum est un singe-araignée.

Cette conclusion est-elle vraie ?

Réponse : La conclusion n'est pas vraie : aucun opossum en effet ne peut se transformer en un singe-araignée. C'est une forme erronée de syllogisme.

Jeux extraits de : Les jeux de l'intelligence, F. Agostini & N. A. de Carlo, Ed. France Loisirs.

SOLUTIONS DES JEUX D'ATTENTION

Solution des sept erreurs

Solution du jeu page 26 : les différences entre les deux dessins sont entourées de cercles rouges.



Extrait de : <https://tipirate.net/imprimer/jeux-des-differences>

Solution des chiffres et lettres

Solutions des jeux page 27.

Trouver le chiffre 8 caché.



Trouver la lettre N cachée (il y en a deux).



Trouver la lettre J cachée (il y en a deux).



Solution des mots mêlés

Solution du jeu page 28.

LE MOT-MYSTÈRE EST : **EXTRAORDINAIRE**

SOURCES

Ouvrages

Les jeux de l'intelligence. F. Agostini & N. A. de Carlo. Ed. France Loisirs.

Tricks of the mind. Derren Brown. Ed. Channel 4

Brainworks: The Mind-bending Science of How You See, What You Think, and Who You Are. Michael Sweeney. Ed. National Geographic.

Sites internet

Jeux multiples:

<https://www.logicieleducatif.fr/>

Grilles gratuites Sudoku, Mots croisés, Mots fléchés, Anagrammes, Nombres croisés:

<https://www.fortissimots.com/>

Énigmes et charades:

<https://enigmatik.epikurieu.com/>

<http://www.bibmath.net/jeux/>

Jeu des différences:

<https://tipirate.net/imprimer/jeux-des-differences>

Doodles:

<http://www.folklore.ee/Doodles/tyybid>

Mouvements coordonnés:

<https://www.mobilesport.ch/>

Tangram à découper :

<https://lululataupe.com/imprimerie/jeux-d-observation/tangrams>

Jeu du quinze :

<http://gp.game-game.com/20900/>

Casse-têtes et solutions :

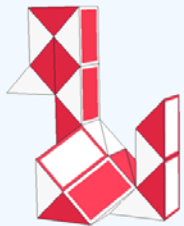
<http://collection.cassetete.free.fr/>

Attention multitâche :

<http://multitaskgames.com/multitask-game.html>

ANNEXES

Rubik's snake patterns 1



bird



cat



kitten



caterpillar



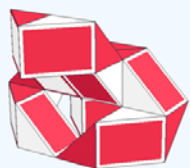
cobra 1



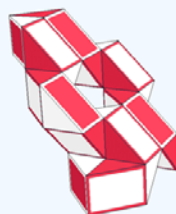
cobra 2



cobra 3



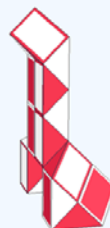
frog 1



frog 2



frog 3



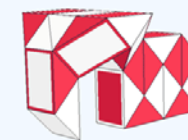
giraffe 1



giraffe 2



glasses



elephant



flying owl



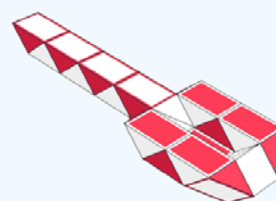
propellor



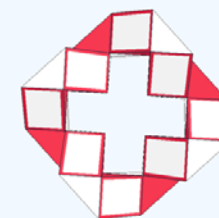
swan 1



stars



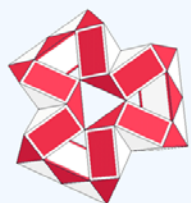
spoon



spiral square



eagle



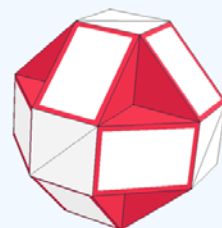
flower



prawn



swan 2



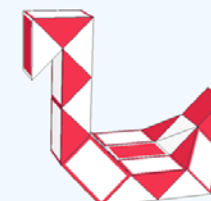
ball



spiral



duck 1



duck 2

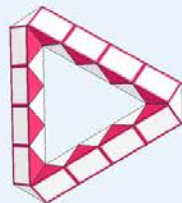
Rubik's snake patterns 2



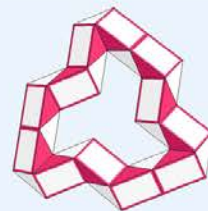
flower



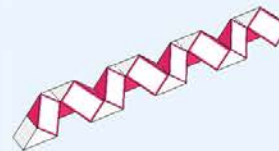
penguin



triangle



deformed triangle



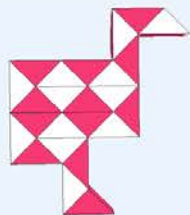
zig zag



snowflake



dog 1



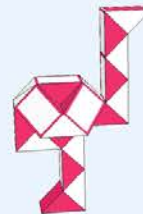
dodo



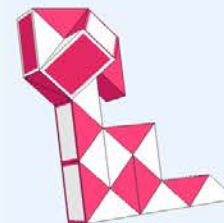
parrot



ostrich 1



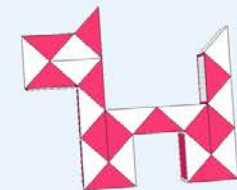
ostrich 2



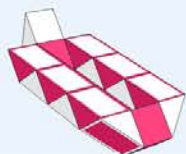
puppy



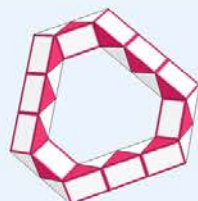
seal



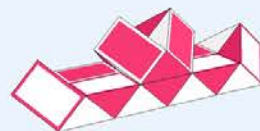
dog 2



dinghy



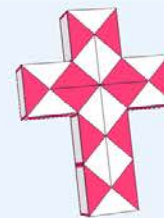
hexagon



kayak



bow



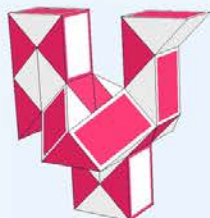
crucifix



goldfish



dog 3



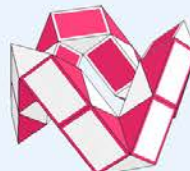
rooster



desk



coronet 1



coronet 2



convex shape



turtle 1



turtle 2

Table de rappel

[illegible]