

**Année 2021-2022**

**Support pédagogique de la formation :**

**« Pratiquer le Snoezelen pour favoriser l'inclusion »**



**Formatrice**

Catherine Leveau



# Pratiquer le Snoezelen pour favoriser l'inclusion

14 et 21 mars 2022 – Anim'Action à Crisnée

## Avec le soutien

### Pouvoir adjudicateur

#### **APEF**

Square Saintecllette, 13-15 | B-1000 Bruxelles

Tel : 02/227,60,02 | Fax : 02/227,59,79

Site : [info@apefasbl.org](mailto:info@apefasbl.org)



### Opérateur de formation

#### **C-paje**

Rue Henri Maus, 29 | B-4000 Liège

Tél. : 04/223.58.71 | Fax : 04/237.00.31

Site : [www.c-paje.be](http://www.c-paje.be)



### Lieu de formation

#### **Anim'Action**

Grand Route, 111C | B-4367 Crisnée

Tél. : 0478/81.67.18

Site : [www.anim-action-crisnee.be](http://www.anim-action-crisnee.be)



PSYCHOMOTRICITÉ & ANIMATION

## **Les traces de la formation**

Vous trouverez dans ce portefeuille les différentes activités vécues en formation ainsi que des techniques de réappropriation. Nous vous invitons à les redécouvrir et à les décliner en modifiant les supports, l'âge visé, la technique, les modes de travail, les alternances dans ces modes ...

Ce dossier reprend des questionnements et des réflexions autour de la thématique, mais ne pourra vous présenter une trace exhaustive de tout ce que nous avons pu aborder en formation.

---

## **Des questions en suspens ?**

Le C-paje se tient à votre disposition pour répondre à vos **questions éventuelles** suite à la formation.

**Vous trouverez aussi des idées à puiser sur notre site ([www.c-paje.be](http://www.c-paje.be)).**

Valentine DURIAUX – Assistante administrative  
valentine@c-paje.be

C-paje asbl rue Henri Maus, 29 à 4000 Liège

Tél.: 04/223.58.71 – Fax : 04/237.00.31

[www.c-paje.be](http://www.c-paje.be)

## Sommaire

### **I. Introduction**

- Les 5 sens
- Les émotions
- Qu'est-ce que le Snoezelen ?
- Intérêt de la philosophie Snoezelen

### **II. Contenu de la formation**

- Aménagement d'une salle multi-sensorielle
- Aménagement d'un jardin multi-sensoriel
- Aménagement d'un chariot multi-sensoriel
- Aménagement d'une salle de bain multi-sensorielle
- Déroulement d'une séance
- Le rôle de l'accompagnant
- Explorer les objets avec ses sens
- Les objets
- Activités pour explorer les objets avec le toucher
- Activités pour explorer les objets avec l'odorat
- Activités pour explorer les objets avec la vue
- Activités pour explorer les objets avec l'ouïe
- Activités pour explorer les objets avec le goût
- Noms de personnes du réseau Snoezelen
- Films ou documentaire sur la philosophie Snoezelen

### **Annexe I : C-Paje, Qui sommes-nous ?**

Nous proposons aux participants de vivre leurs sensations dans l'espace Snoezelen (pour adultes) dans un premier temps, afin de se réconcilier avec les sensations primaires. Ensuite, d'échanger sur l'intérêt du concept Snoezelen au sein des structures et sur « comment » transférer ces outils dans la réalité professionnelle, à moindre coût.

Des exercices pratiques seront proposés et expérimentés, dans un premier temps. Ensuite, des moments d'échange permettront de dégager des pistes d'application directe sur le terrain. Les techniques issues du Snoezelen et de la psychomotricité permettront à l'enfant/jeune/personne handicapée d'apprendre à aller à la rencontre de l'autre dans sa ressemblance et/ou ses différences, l'écouter, le respecter.

## **Objectifs de la formation :**

- Développer les principes entourant le concept Snoezelen.
- Reconnaître, utiliser et développer sa propre sensorialité.
- Mettre en place des expériences autour des différents sens.
- Être attentif au respect et au rythme de chaque personne.
- Maîtriser les mécanismes de la sécurisation permettant de rencontrer toute personne, quelle qu'elle soit.

## I. Introduction

---

Bonjour, je m'appelle Catherine Leveau. Je suis éducatrice spécialisée et thérapeute en psychomotricité et formée à la philosophie Snoezelen en 1994.

Nous allons passer deux journées ensemble à découvrir une philosophie au nom bien particulier qu'est le Snoezelen.

Dans ce petit carnet, vous allez trouver tout ce dont JE trouve important de savoir pour bien comprendre ce qu'est pour moi la philosophie Snoezelen.

Avant de commencer à parler de cette philosophie, on va s'attarder sur les 5 sens et sur les émotions. L'éveil sensoriel et les émotions sont des notions présentes dans le concept du Snoezelen. Nous parlerons ensuite des aménagements, du matériel, de témoignages...

Pendant ces journées, je vais surtout vous partager mon expérience avec ce concept, vous mettre en situation de sentir/ressentir, d'exploration, de détente, de réflexion et peut-être même de remise en question.... Nous parlerons aussi de théorie que vous pourrez approfondir en lisant ce qui suit.

Je vous souhaite d'ores et déjà de bons moments snoez.

## Les 5 sens

---

Il y a des sens de proximité (l'odorat, le goût et le toucher) et sens de distance (l'ouïe et la vue). Ces sens apportent une stimulation constante qui permet à l'individu de garder contact avec son environnement.

- **L'ouïe** : ce sens est assuré par l'oreille externe et interne, il permet d'apprécier son environnement sonore et permet aussi l'équilibration de l'individu.
- **La vue** : ce sens est assuré par l'œil et/ou les yeux. Il permet de se situer dans son environnement et d'apprécier l'environnement dans son ensemble. L'individu communique par le regard et y fait passer des émotions.
- **L'odorat** : Il est assuré par le nez. Il permet de reconnaître les odeurs subjectivement de la plus agréable à la moins agréable.
- **Le goût** : C'est le sens assuré par la langue. Il permet de capter 4 saveurs (salé, sucré, amer et acide).
- **Le toucher** : Sens assuré par la peau. Ce sens est l'un des sens les plus importants de l'Homme. Il fait ressentir des sensations très personnelles. Le toucher comme le langage écrit ou oral est un langage à lui seul et donc il existe différents symboles qui vont permettre son interprétation. Il y a 4 distances pour toucher : la distance intime (0 à 45 cm), la distance personnelle (45cm à 1m20), la distance sociale (1m20 à 3m60) et la distance publique (+ 7m). La peau, organe du toucher est le premier à apparaître de nos organes sensoriels (vers 6 à 8 semaines de la vie, la peau est développée). Le nouveau-né à 2500cm<sup>2</sup> de peau et l'adulte 18000cm<sup>2</sup>. Il détecte aussi le froid, le chaud, le contact, la douleur... Le toucher est le premier langage qu'on utilise pour communiquer avec le nourrisson pour lui exprimer nos sentiments. Plus tard le toucher permet à l'enfant de développer la conscience de son corps. Au fil de notre éducation, nous avons reçu des interdits qui se sont inscrits dans notre propre histoire. Lorsque l'on devient adulte, des barrières nous empêchent d'entrer en contact corporel avec l'autre. Beaucoup de personnes n'ont aucun scrupule à vous couper la parole, mais ils s'empressent de s'excuser si par mégarde ils nous effleurent la main. Nous sentons bien que toucher et être touché répondent à un besoin de communication que la parole ne comble pas, car la communication tactile a son langage propre. Nous le faisons pour entrer en relation et reconforter, ainsi que pour partager amour et affection. Selon le vécu de chacun, il peut y avoir des difficultés à toucher ou à être touché.

## Les émotions

---

Il existe plusieurs types d'émotion :

- **Les émotions primaires, les émotions de base** : La joie, tristesse, peur, colère, dégoût et surprise.
- **Les émotions secondaires** quant à elles, ne sont pas innées et s'acquièrent au fur et à mesure de notre croissance culpabilité, embarras, mépris, complaisance, enthousiasme, fierté, plaisir, satisfaction et honte.

Détecter les émotions n'est pas toujours facile. Une fois que l'on a perçu une émotion chez la personne, ou si nous suspectons la présence de l'une d'entre elles, **il est fortement conseillé d'en parler avec lui**. La parole, tant chez les enfants que chez les adultes, est l'une des meilleures manières d'extérioriser les émotions.

## Qu'est-ce que le snoezelen ?

---

On entend souvent dire que le Snoezelen est une philosophie, une approche, un concept, une démarche, une méthode, une thérapie, une technique, un outil, une rééducation, une pièce, une activité... Le Snoezelen n'est pas associé à une pièce, ce n'est pas une méthode, ni de la rééducation, ni une thérapie, ni un outil et encore moins une technique. On peut dire que le Snoezelen est une philosophie, un concept, une approche.

### Historique :

C'est depuis 1974 que deux jeunes hommes hollandais : Ad Verheul (ergothérapeute) et Jan Hulsegge (musicothérapeute) ont cherché des activités offrant des stimulations à des personnes ayant un retard de développement, hyperactives, handicapées mentales et autistes. Ce concept a vu le jour aux Pays-Bas. Au début des années 1990, il est arrivé en Belgique dans les établissements accueillants des personnes handicapées, des personnes autistes, quelques années plus tard là où il y avait des personnes âgées. Depuis quelques années cela commence à se développer dans le domaine de la petite enfance, des soins palliatifs...

**Snoezelen** : Ce mot, inventé par ces deux Hollandais, vient de la contraction de 2 verbes néerlandais :

- **SNUffelen** : Renifler, sentir → exploration et éveil sensoriel. Dimension active : découverte des sens, une dynamique de recherche, de mouvement, d'exploration, d'expérimentation.
- **DoeZELEN** : Somnoler → détente, plaisir, lâcher prise... Dimension passive : dans un environnement sécurisé, les enfants sont dans des conditions de bien-être, de détente.

Dans cet espace, les personnes peuvent ainsi y faire des allers et des retours entre ces deux dynamiques : snuffelen-doezelen, stimulation-relaxation en toute sécurité... Même si ce concept a été expérimenté en premier lieu en santé mentale, il est devenu universel et ne se destine plus exclusivement à une population particulière ni à une tranche d'âge, ni encore à des pathologies spécifiques.



## **Définition :**

La philosophie du Snoezelen est un concept de stimulation visant à établir une relation personnelle, dans un milieu naturel ou non, permettant de vivre une expérience sensorielle et relationnelle.

Au Snoezelen, on retrouve 4 dimensions :

- ➔ L'expérimentation autour des différents sens (olfactif, visuel, auditif, tactile et gustatif), mais aussi du système proprioceptif (place dans l'espace) et vestibulaire (équilibre).
- ➔ Le respect et le rythme de la personne.
- ➔ L'expérimentation dans un environnement favorisant la sécurité, la réduction des tensions, le relâchement, le plaisir de la rencontre, le bien-être jusqu'au lâcher-prise.
- ➔ La régularisation des émotions (en cas de frustrations, attente, séparations avec les parents...), réduire certains troubles du comportement et augmenter les interactions et les relations avec les adultes ou autres enfants.

## **Objectif du Snoezelen :**

L'objectif est simple : donner du bien être à la personne stimulée grâce au plaisir que lui procure l'éveil sensoriel. Les 5 sens sont stimulés permettant une conscience de l'ici et maintenant. Apprends, acquérir de nouvelles sensations, se détendre dans un espace sécurisé avec en permanence la notion de plaisir.

Cet espace apaisant est conçu pour pouvoir stimuler les sens au travers d'effets variés : effets lumineux, jeux de couleurs, de musique, de parfums, de textures... Quant au sol, il est agencé de telle manière qu'il stimule la recherche d'équilibre. L'espace est donc adapté pour solliciter tous les sens. On prend le temps de se concentrer sur un seul sens en même temps.

L'objectif est d'offrir la possibilité de vivre des situations constructives en touchant, en palpant, en comparant, en bougeant, en se relâchant, en se balançant... Dans une exploration sensori-motrice, c'est-à-dire : lui donner les moyens de sentir, ressentir au travers des sens, tant extéroceptifs de la vue, du toucher, de l'odorat, de l'audition, du goût qu'intéroceptifs des muscles, des os, des tendons, des viscères, par des girations, des enveloppements... Améliorer le bien-être physique, émotionnel, cognitif, relationnel. L'idée d'apporter un mieux-être pour un mieux vivre. Rendre le monde moins chaotique et moins contraignant par la sélection, la réduction et le dosage des stimulations.

Les paramètres de la relation : Établir une relation de confiance, écoute attentive, un état de présence à l'autre, c'est laisser venir les demandes sans être intrusif et sans vouloir faire quelque chose à tout prix : aucun rendement, aucune production n'est demandée, c'est prendre le temps, leur laisser le choix, le temps de découvrir, de vivre leur corps, utiliser l'imagination. Cet être en état d'observation, d'écoute de l'autre, la disponibilité personnelle, prendre le temps de regarder, de respecter, de rencontrer l'autre, proposer, distiller les stimulations. Saisir leur désir, arriver à décoder les expressions, se laisser guider par eux, accepter d'attendre, d'être parfois en retrait. On va veiller à favoriser le contexte dans lequel l'enfant peut être à l'écoute de ses propres réactions, sensations, émotions.

Mais ce n'est pas non plus tout permettre sans limites. Il s'agit donc d'un concept centré sur la personne, d'un accompagnement non directif.

La personne passe de l'actif au passif et vice versa et l'accompagnant est plus dans l'être que dans le faire. C'est un moment d'ouverture sensorielle, émotionnelle et d'un moment privilégié relationnel.

### **Conclusion :**

C'est une philosophie, un concept d'approche de la personne où toute l'humanité de la relation est mobilisée sans projet, sans intention de l'accompagnant... c'est là que l'expression « être présent avec » prend tout son sens. Une séance de Snoezelen demande une grande intériorisation des concepts de base que sont la sécurisation, la rencontre, la compréhension de comportements, la non-productivité, l'observation, le respect...

## Intérêt d'une philosophie snoezelen

Témoignages: → Article/témoignage rédigé par : Nelly Moussu du 15 mai 2016

### Une relation privilégiée entre l'adulte et l'enfant

D'une part, ces sollicitations permettent à l'enfant d'explorer le monde. Il est à l'écoute de lui-même, de ses émotions, de son identité : une étape essentielle pour ensuite être à l'écoute des autres. D'autre part, cette approche permet à l'adulte d'entrer en communication avec lui. « *Snoezelen offre un moment de relation privilégiée. Le professionnel peut prendre du recul et observer l'enfant sous un autre angle* » souligne Sidonie Fillion. Sophie Guepey confirme : « *Tout est basé sur l'observation de l'enfant au quotidien dans l'espace de vie, pas uniquement en salle Snoezelen ou lors des stimulations. Si on sent que l'enfant a besoin d'apaisement, on peut lui proposer un temps Snoezelen à tout moment.* » Détente, sensorialité et relationnel : 3 axes qui font de cette approche un outil pédagogique pertinent pour tous les professionnels de la petite enfance.

### Un temps pour la détente, un temps pour les sensations

L'approche Snoezelen consiste tout d'abord à rechercher un état de bien-être. Cela passe par un environnement doux et la présence sécurisante d'un adulte. « *Après quelques séances, un enfant sait quel objet et quelle sensation lui est agréable*, raconte Sophie Guepey, directrice de la structure multi-accueil Pirouettes et Galipettes à Centrey. *On voit surtout les bienfaits en période d'adaptation et chez les petits de 3 mois* ». L'espace Snoezelen permet de désamorcer les angoisses. Son application peut se faire lors de l'entrée en crèche, de la sieste, de la prise du biberon...

Ce moment sécurisant est propice aux stimulations sensorielles faisant appel aux 5 sens - le toucher, le goût, l'odorat, la vue, l'ouïe - mais aussi au vibratoire - le sens de l'équilibre - ou encore au vestibulaire - la position du corps dans l'espace. « *Snoezelen offre un temps de découverte progressive et qualitative, nécessaire au développement psychomoteur de l'enfant* » explique Sidonie Fillion, psychomotricienne et formatrice Snoezelen pour la petite enfance.

### Un cadre pour le libre choix

« *Les enfants subissent le rythme de la journée. Ils peuvent être frustrés lorsqu'ils doivent par exemple attendre que tout le monde mette ses chaussures pour aller dans le jardin*, témoigne Anne Chartier, directrice de la crèche Babilou Convention. *Avec l'approche Snoezelen, nous pouvons leur offrir une salle zen, un refuge en dehors du temps, pour qu'ils régulent leurs émotions.* » Avec Anne Colin-Sage, la psychomotricienne de la structure, elles ont créé un espace dédié à l'approche Snoezelen en 2012. L'enfant y est libre d'agir à sa convenance, selon son rythme ; l'adulte, de son côté, l'observe et lui fait des propositions d'expériences sensorielles. « *Les enfants ont très vite compris qu'ici il n'y avait ni contrainte, ni exigence, ni jugement*, indique Anne Colin-Sage. *On a établi un cadre de fonctionnement et des règles comme le respect des autres et du matériel. Mais ils restent dans le libre choix. Mis en confiance, ils peuvent écouter leurs envies et leur imaginaire. Cela leur apporte de l'apaisement. On a ainsi observé que des enfants arrivaient à y réguler leurs comportements d'agitation.* »

## II. Contenu de la formation

---

Avant de poursuivre, il est important de prendre conscience que le matériel n'est rien si on a pas compris ni expérimenté sur ce qu'est la philosophie Snoezelen et ce que cela peut engendrer auprès de la personne que vous accompagnez.

### Aménagement d'une salle multi-sensorielle

---

#### Dans un espace snoezelen, on distingue souvent 3 zones :

- Une zone blanche, aménagée de coussins pour la détente,
- Une zone noire, avec des jeux de lumière pour stimuler l'imagination et la sensorialité
- Une zone interactive, c'est la zone d'exploration avec la mise à disposition d'objets aux textures différentes.

On peut aussi avoir d'autres zones bien établies, par exemple :

- Une pièce d'eau sensorielle
- Un jardin sensoriel
- ...

## Voici des éléments que l'on peut trouver dans un espace Snoezelen :

Fibres optiques	Diffuseur d'arôme
Projecteur	Petits objets tactiles
Balle à facette	Bâton de pluie
Set de massage	Instruments de musique (à corde, à vent...)
Sol interactif	Objets fluorescents
Musique zen, calme*	Arôme odorant (ex. : lavande : calme)
Huile ou crème de massage (ex. : crème du trayon)	Miroirs
Panneau sensoriel/tactile	Mobile
Livres tactiles (en tissus, en plastique, en carton...)	Bouteilles sablier sensoriel
Balles	Peluche
Couvertures	Marionnettes
Matelas à eau, à air, avec ou sans musique, avec ou sans vibration	Hamac, fauteuil suspendu, balançoire plateforme, siège à bascule (le balancement développe le sens de l'équilibre et les perceptions de son corps tout en se relaxant)
Siège « poire » coussin, en polystyrène...	Îlot à bulles avec miroir à côté, stimulation visuelle
Bac à balles	...

Attention pour le choix de la musique : je vous invite à écouter la musique proposée avant ce moment snoez afin de ne pas être désagréablement surpris.

### Exemple :

- Qu'il n'y est pas de ratés
- Pour les bébés, si vous choisissez une musique avec des bruits de fond d'animaux, cela pourrait peut-être engendrer une peur, car pas encore connu pour lui
- Que les musiques restent sur une même dynamique

Attention pour le choix des supports visuels, bien faire attention aux personnes épileptiques (la vitesse du mouvement peut engendrer des crises d'épilepsie).

## Aménagement d'un jardin multi-sensoriel

---

Hamac	Chemin sensoriel
Plantes à sentir	Fruits à manger
Carillons	...

Attention pour le gustatif, pensez aux allergies !

## Aménagement d'un chariot multi-sensoriel

---

- Tout le « petit » matériel facile à transporter que l'on trouve pour l'aménagement d'une salle multi-sensorielle

## Aménagement d'une salle de bain multi-sensorielle

---

Musique	Savon odorant
Jeu de lumière	Jeu de bain
Bonne température	Bain bulles/ jets

## Le déroulement d'une séance

---

Il faut tout d'abord observer quel est le bon moment pour faire un moment snoez... Si c'est en groupe, observer avec quelles autres « paires » ce moment pourrait être agréable, Pour les petits 20 min est un bon timing, pour les plus grands entre 20 min et 45 min.

Laisser la personne explorer, déambuler... Pour les plus petits ou les personnes n'ayant pas la capacité de bouger/se déplacer, leur amener des choses à eux, les changer de place... Mais aussi les laisser sans « rien faire » pour qu'il puisse ressentir des choses avec la musique par exemple, les jeux de lumière...

L'ambiance doit rester zen.

Bien observer les enfants et voir s'ils ont besoin de calme de stimulation...

Être à l'écoute de leurs émotions et en mettre des mots.

Leur signaler la fin de séance un peu avant pour qu'il puisse se préparer.

## Attitude de l'accompagnant

---

Il s'agit d'un accompagnement qui nécessite d'être soi-même, dans un état de disponibilité, d'écoute, d'observation, de respect, d'attente...

## Le rôle de l'accompagnant

---

Le rôle des accompagnants est d'enrichir les interactions sociales via le support des stimulations sensorielles. La disponibilité des accompagnants favorisera pleinement le partage d'expériences. L'accompagnant est le garant du bon déroulement de l'activité, de la sécurité. C'est un facilitateur de la découverte, de l'approche corporelle, de la communication verbale et non verbale. C'est un médiateur entre la personne et l'environnement. L'accompagnant cherche les stimulations susceptibles d'être exploitées pour une éventuelle progression. Il accompagne l'enfant au rythme de celle-ci, il anime, propose, distille des stimulations, prend le temps de partager, de regarder, d'observer, de respecter et de rencontrer l'autre.

C'est un moment où l'accompagnant observe l'enfant dans un autre contexte que celui du progrès, de la performance. L'enfant est reconnu comme étant un être capable de vivre des plaisirs, de ressentir des situations de bien-être.

C'est un moment privilégié pour l'accompagnant qui a l'occasion de passer des moments privilégiés avec l'enfant.

Les notions de bien-être et confort prennent donc place et sous un nouveau jour où rêverie, imaginaire et calme sont une réelle source de plaisirs partagés. Il est intéressant de voir qu'avec cette approche Snoezelen, l'accompagnant a un rôle particulier : il est un guide qui accompagne la personne.

Il est bien évident qu'il y a un cadre, des règles à mettre et respecter. (respect de soi, des autres, du matériel, du temps...)

## Explorer les objets avec ses sens

---

Il y a 5 sens : l'odorat, l'ouïe, le toucher, la vue et le goût.

### Quelques exemples avec des tous petits :

- Le petit bébé regarde ses mains pour la première fois. Il les porte à sa bouche pour les découvrir et il sent le savon lorsqu'il sort du bain. Quand il aura acquis la cause à effet, il découvrira que ses mains peuvent faire du bruit en les frappant ensemble ou en agitant un hochet.
- Le bébé explore des cubes. Il les regarde, les touche et les portes à sa bouche. Il examine leur texture, mais il mesure aussi leur grandeur. Il cherche à bien saisir leur forme. Si les cubes sont texturés ou odorants, ils stimuleront bien les sens du petit.
- L'enfant explore la nourriture avec ses mains, il étend le yogourt comme de la peinture, il écrase les pois pour voir ce qui se cache à l'intérieur de ceux-ci, il porte la nourriture à sa bouche pour découvrir ses textures, sa forme, son goût. Il sent les aliments avec intérêt.

## Les objets

---

Les sens sont vraiment importants pour nous, les êtres vivants. Si un sens est moins développé, un autre prendra la relève. Il faut donc chercher à introduire des objets variés qui feront appel à tous les sens. Les objets doivent être diversifiés, sécuritaires et attrayants.

Un objet est un élément qui nous entoure : tout ce qui peut nous entourer peut intéresser. Pour cette raison, les jouets ne sont pas les seuls objets qui sont intéressants à manipuler pour les petits. La fleur dans le jardin est aussi importante que la toupie en plastique. Les boîtes de carton du bac de recyclage peuvent devenir aussi attrayantes que les cubes achetés au magasin.



### Exemples de situations :

- Une personne plus âgée, sentant une odeur de café torréfié, pourrait vous partager une émotion de joie avec un souvenir de sa plus tendre enfance vous disant que sa maman torréfiait le café et ainsi peut vous conter un agréable souvenir...

Par contre, une autre personne, sentant la même odeur de café torréfié, pourrait avoir une angoisse réveillant un souvenir d'une journée terrifiante. Un bombardement alors que sa maman torréfiait le café...

- Un enfant écoutant une berceuse pourrait sourire en pensant à sa maman qui chantonnait cette chanson.

Par contre, un autre enfant, écoutant cette même berceuse, pourrait ne rien montrer comme émotion à ce moment précis.

- Une personne, goûtant un morceau de citron, pourrait apprécier ce moment gustatif

Par contre ; une autre personne, goûtant un morceau de ce même citron, pourrait avoir un dégoût de cette acidité qu'il n'apprécie vraiment pas.

- ...

- ➔ Le rôle de l'accompagnant est donc de bien observer, écouter, être présent pour l'accompagner la personne telle quelle est à recevoir cette émotion, se ressenti et ensuite l'aider à la gérer...

Ci-dessous, je vous partage des idées pour explorer les objets avec le toucher ( Idées reçues de Béatrice Dijon (Cerexhe-Heuseux)).

Voici des activités reliées à la découverte des objets avec les sens. Les idées ne manquent pas !

## Activités pour explorer les objets avec le toucher

Voici des activités reliées à la découverte des objets avec les sens. Les idées ne manquent pas !

- **Boîte surprise** : Découper des trous sur chaque surface d'une grande boîte en carton avec couvercle. Les trous doivent être assez gros pour que les enfants puissent y passer leurs mains. Déposer des objets offrant différentes textures (douce, rude, lisse...) à l'intérieur de la boîte. Refermer le couvercle. Les petits aimeront y plonger leurs mains pour découvrir les textures et saisir les objets.
  
- **Les tissus à manipuler** : Les tissus offrent de belles textures à présenter aux enfants. Dans différents tissus, couper des carrés assez gros et les placer dans une petite boîte. Les enfants pourront explorer le tout (avec supervision). Si vous connaissez une couturière, lui demander de partager ses retailles de tissus avec vous. Quelques idées de tissus : velours, fausse fourrure, feutrine, denim, jute, soie, peau de pêche...  
  
**Variante 1** : Lorsque les enfants auront manipulé les tissus pendant un certain temps, offrir des pots en plastique qu'ils pourront remplir et vider.  
  
**Variante 2** : Offrir la chance aux enfants de coller les morceaux de tissus sur un grand carton ou encore sur du papier Mac-tac.
  
- **Mitaines de fourrure** : À l'aide de simili fourrure (ou tout autre tissu intéressant), confectionner des mitaines sans pouce. La fourrure (ou la texture intéressante) devra être à l'intérieur. Glisser les mains ou les pieds des enfants dans les mitaines pour leur faire découvrir la texture.
  
- **La nature selon les saisons** : En été, l'eau devient intéressante. Elle permet aux enfants de découvrir une sensation sur tout leur corps. Les fleurs sont aussi amusantes à toucher. En hiver, préparer un petit bac de neige intérieur. À l'automne, vous amuser à chiffonner des feuilles sèches (et les moins sèches aussi). Au printemps, il est intéressant pour les enfants de ressentir la pluie sur leurs mains.
  
- **Les bacs de texture** : Préparer des bacs contenant chacun un élément (une texture) à manipuler. Par exemple, créer un bac de farine (nécessite sucre et chapeau), un bac de plumes, un bac de céréales à riz, un bac de « goops » (mélange de fécule de maïs et d'eau), un bac d'eau ou un bac avec une fine couche de peinture dans laquelle vous cachez des objets à découvrir.
  
- **Le tapis couvertures** : Avec du gros papier collant, fixer une couverture style fausse fourrure au sol et permettre aux enfants de se déplacer ou de jouer sur celle-ci.

## Activités pour explorer les objets avec l'odorat

---

- **Livre odorant** : Il existe 5 livres cartonnés dans lesquels chaque page contient une odeur. Ils sont écrits par Orianne Lallemand. Gratter les images et sentir les odeurs... C'est vraiment une activité intéressante.
- **Main odorante** : Les savons et les crèmes pour les mains offrent beaucoup de senteurs à explorer. Varier les senteurs d'une fois à l'autre. Laver les mains des petits ou appliquer une crème hydratante et porter leurs mains à leur nez pour leur faire sentir le parfum.
- **Foulards odorants** : Jouer avec les foulards. Vous déguiser ou danser au rythme de la musique sera encore plus agréable si vous ajoutez un peu d'essence de vanille, de lavande, d'amandes... à vos foulards. Il est aussi possible de demander à chaque maman/papa de mettre un peu de leur parfum sur un foulard.
- **Pots odorants** : Dans de petits pots en plastique, insérer des chandelles odorantes. Percer les couvercles. Laisser les enfants manipuler, empiler et sentir vos petits pots.
- **Fleurs** : Visiter le fleuriste ou le marchand de fleurs extérieur. Acheter un bouquet de fleurs ou cueillir des fleurs sauvages (même les pissenlits). Sentir et manipuler les fleurs et les utiliser pour décorer votre local. Faire un collage de fleurs avec les enfants.
- **Épices odorantes en pots** : Cette activité est intéressante à faire directement dans la cuisine. Présenter votre rangement à épices aux enfants. Assis(e) devant les enfants, ouvrir les pots et les passer doucement sous leur nez pour leur faire découvrir les différentes odeurs.

## Activités pour explorer les objets avec la vue

- **Les miroirs** : Exploiter les miroirs représente une belle façon de découvrir le sens de la vue ! Les enfants ne se reconnaissent pas devant le miroir. Cependant, ils vous reconnaîtront. Voici de belles activités pour les aider à se reconnaître. Un bac de chapeaux pour vous déguiser et vous regarder devant le miroir. Un crayon de maquillage pour les poupons. Amusez-vous à leur maquiller le bout de leur nez et à les encourager à se regarder dans le miroir. Pour les plus grands, leur donner un miroir de table et leur permettre de se maquiller eux-mêmes le bout du nez. Des plumes pour vous chatouiller les orteils devant le miroir. Des crayons pour fenêtres pour dessiner directement sur les miroirs.
- **Jeux de coucou (vous devenez l'objet à explorer)** : Un jeu de coucou est toujours intéressant, surtout pour les 10 mois et qui sont dans l'acquisition de la permanence de l'objet. Voici de belles variantes pour cette activité : Vous cacher derrière une couverture et faire « coucou » en la retirant. Utiliser un voile (qui est plus transparent) pour les jeunes poupons (0-9mois). Cacher votre visage derrière vos mains. Faire des coucous en montrant votre beau sourire. Vous placer derrière une fenêtre à l'extérieur alors qu'il y a des enfants dans le local. Lui faire des coucous. Faire un jeu de cache-cache simple. Vous placer derrière une porte entrouverte ou un meuble, appeler l'enfant et lui faire des coucous.
- **Les lumières** : Les lumières sont aussi intéressantes pour attirer les enfants et jouer avec le sens de la vue. Quelques idées pour les exploiter : Préparer un bac de petites lampes de poche. Tamiser la lumière du local et laisser l'enfant les exploiter. Une guirlande de lumières accrochée au plafond représente un ajout magnifique, surtout en fin de journée à l'automne et en hiver. Utiliser une chandelle ou deux pour enjoliver l'heure du dîner. Utiliser des chandelles à piles ou placer la chandelle loin des petites mains des enfants.
- **Livres et imagiers** : Des livres, des imagiers et des photos sont de beaux exemples d'items qui permettent d'exploiter la vue. Quelques idées s'y rattachent : À la table à langer, coller différentes photos ou images au mur. Vous vous amusez à nommer ce que vous voyez et à inciter les plus grands à identifier des objets spécifiques parmi celles-ci. Recycler un livre : coller des images provenant d'un vieux livre les unes à côté des autres sur un mur à l'intérieur de votre local. Raconter l'histoire au mur. Recycler de très gros sacs-cadeaux. Découper le carré contenant l'image sur chaque sac et, avec les cordes provenant des sacs, fixer le tout au mur en guise d'affiches.

### Activités pour explorer les objets avec l'ouïe

---

Pour exploiter les objets qui les entourent, les enfants peuvent utiliser leur ouïe. Souvent, il y a trop de bruit pour qu'ils puissent y arriver. Pour cette raison, vous assurer de diminuer tous les bruits non essentiels.

- **Sacs surprises** : Un peu partout dans le local, déposer de petits sacs cadeaux. Dans chaque sac cadeau, insérer un hochet ou un instrument de musique. Laisser les enfants se promener de sac en sac pour manipuler les objets sonores. Cette activité est aussi intéressante à faire à l'extérieur.
- **Carte musicale** : Acheter ou recycler des cartes musicales. Coller des images dessus. Les plastifier et laisser les enfants ouvrir et fermer les cartes pour découvrir les sons.
- **Carillons** : Les carillons sont tout indiqués pour créer une belle mélodie. Quelques idées pour les exploiter : Suspendre un carillon à la balançoire des enfants. Le mouvement de celle-ci produira un son qui sera source de plaisir pour les oreilles. Accrocher plusieurs carillons au plafond dans votre local. Prendre les enfants dans vos bras et les laisser faire tinter chaque carillon. Suspendre un carillon au plafond au-dessus de la table à langer. Y fixer une ficelle sur laquelle les enfants pourront tirer pour causer un tintement.
- **Écouter la nature** : Les bruits de la nature sont toujours plaisants à écouter avec les tous petits. Voici des idées pour les explorer : Chercher à attirer l'attention auditive des enfants vers les bruits à l'extérieur. En balade, écouter le chien qui jappe, les oiseaux qui chantent, le vent dans les arbres... Vous procurer de beaux CD de musique contenant des bruits de la nature. Les faire écouter aux enfants. Avec votre bouche, imiter les bruits des animaux familiers. Ajouter des photos ou des animaux en plastique en guise d'objets à associer aux sons.

### Activités pour explorer les objets avec le goût

---

À la découverte de nouvelles saveurs, les enfants explorent plusieurs nouveaux aliments au cours des deux premières années de leur vie. Cette exploration des aliments devient un jeu intéressant. Il est important de toujours vous assurer que les enfants ont déjà intégré un aliment à la maison avant de le servir au service de garde.

- **Le melon d'eau** : Le melon d'eau est intéressant pour sa texture. Une fois intégré à l'alimentation des enfants, il est intéressant de leur offrir une nouvelle forme de dégustation : les boules. Les fabriquer à l'aide d'une cuillère à melon (cuillère parisienne). Déposer les boules de melon sur la table. Couper les boules en deux si elles sont trop grosses.
- **Les petits pois** : Une fois intégrés dans l'alimentation, les petits pois verts cuits sont amusants à écraser et à manger.
- **Aliments froids** : Selon l'âge des enfants, servir des aliments froids faciles à déguster : le yogourt glacé, la crème glacée, les petits fruits surgelés...
- **Dégustation de jus** : Choisir 3 sortes de jus. Sur chaque verre, fixer une image du fruit correspondant (pomme, orange, raisin...). Verser un peu de jus dans les verres et offrir une dégustation visuelle aux enfants.
- **Les bricolages à déguster** : Déposer sur la table une petite quantité de compote ou de pudding. Laisser les enfants explorer le tout avec leurs doigts et y goûter.

## Noms de personnes du réseau snoezelen

---

- Marc Thiry
- Françoise Clerquin
- Béatrice Denègre
- Mireille Delstanche
- Sandra Gysembergh
- Jean-Marc Priels
- Michel Renard
- Sidonnie Fillion (française)

## Films ou documentaires sur la philosophie snoezelen

---

- Film « Snoezelen un monde en quête de sens »
- Film « Snoezelen au fil de la vie »
- Documentaire « Les enfants de la Combe – Une belle histoire snoezelen »
- Documentaire « Un refuge dans un refuge »
- Documentaire « Snoezelen en psychiatrie »
- Documentaire « Snoezelen, mal-logement et précarité »

**<https://www.snoezelen-belgique.com/>**

« Colloque mondial snoezelen » a lieu toutes les années.

## Annexe I : C-Paje, Qui sommes-nous ?

### Identité

#### Une asbl



\*Collectif pour la Promotion de l'Animation Jeunesse Enfance

\*une équipe pluridisciplinaire

\*un siège social à Liège (rue Henri Maus, 29 4000 Liège)

\*une reconnaissance d'Organisation de Jeunesse (Communauté française)

### Un réseau



L'asbl C-paje est un réseau qui réunit plus d'une centaine de structures regroupant divers acteurs de l'animation jeunesse enfance (animateur socioculturel, éducateur, accompagnateur social, enseignant). Toutes personnes proposant un travail d'animation peut intégrer le réseau C-paje.

### Objectif



Notre objectif : soutenir, développer et promouvoir une animation de qualité au service de l'épanouissement social et culturel de l'enfant et du jeune.

### Activités

Point commun de nos activités : la créativité comme outil favorisant le développement de savoirs, de savoir-faire et de savoir-être.

### Formation



L'objectif de nos formations est de renouveler ou d'approfondir les compétences, de varier les possibilités d'actions en fonction des différents publics ou de simplement échanger avec d'autres travailleurs du secteur. Participer à nos formations permet de bénéficier de l'expérience et de la créativité d'artistes-formateurs et de praticiens confirmés.

### Animation



Le C-paje orchestre, depuis plusieurs années, des projets communautaires d'envergure où se mêle le travail social, culturel et créatif. Ceux-ci réunissent plusieurs structures d'animation et bénéficient d'une large diffusion. Ces projets valorisent et développent les capacités d'expression et les ressources créatives des enfants et des jeunes, au sein d'une dynamique collective.

### Information



Nous proposons à travers nos différents canaux d'informations un large panel d'idées, d'outils d'animation et de personnes-ressources. Nous permettons aux acteurs du secteur de se tenir au courant de ce qui se passe dans le réseau C-paje et dans le monde socioculturel.

### Diffusion



Par diverses publications, C-paje fait connaître le travail ambitieux et de longue haleine du secteur de l'animation jeunesse-enfance, la variété de ses méthodes et l'impact socioculturel de ses actions.