

# Jeux pour seniors 60+ en forme – Mise en train: Nouvelles constructions

**Les participants établissent un contact entre eux et exercent simultanément leur qualité de réaction et d'orientation.**

Par groupes de trois, dont deux se placent face à face, bras tendus vers le haut pour former le toit de la maison (paumes contre paumes). La troisième personne se tient à l'intérieur de la maison et regarde par les fenêtres. Les rôles sont les suivants:

- Habitant (dans la maison au milieu)
- Paroi de droite (à droite de l'habitant)
- Paroi de gauche (à gauche de l'habitant)

Un participant, surnuméraire, annonce par exemple «Paroi de droite!». Tous les personnes concernées quittent leur poste pour aller compléter une autre maison. Le participant surnuméraire cherche également une maison. La personne qui se retrouve seule donne le prochain signal. Si elle annonce «Nouvelles maisons!», tout le monde quitte la sienne pour former de nouvelles habitations (nouveaux groupes de trois).



---

Source: Barbara Vanza, Erika Tschumi, Sonja Werz (Pro Senectute)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**