

# Jeux sur la chaise pour 60 ans et plus – Mise en train: Pied-de-nez

Cet exercice exige des participants une bonne dose de concentration pour mémoriser les informations transmises par les camarades.

En cercle. Un des participants lance le jeu. Il se tient le genou et dit: «C'est mon nez!». Le suivant se tient l'épaule et dit: «C'est mon genou!». Le prochain se tient l'oreille et dit: «C'est mon épaule!».

Le jeu se poursuit ainsi, à savoir que le suivant touche toujours une nouvelle partie du corps en nommant celle que son prédécesseur avait touchée.



---

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



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO