



- Créer du **lien** dans un groupe et prendre soin du **vivre-ensemble**.
- Développer son **épanouissement personnel et professionnel**.
- Découvrir des astuces de **communication** au service de nos relations.



Les histoires de maupicette

Plan de la séance interactive

1H30

par Amandine Lefrançois

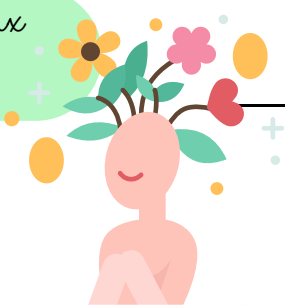
Le budget de l'animation est déterminé selon la jauge.

Jauge minimum 3 personnes

Jauge maximum 30 personnes (en raison des jeux et expériences)

+ de 30 → le plan de la séance sera réadapté.

Contes, Jeux
et astuces



Accueil

Conte d'introduction "Le bonheur en baskets !"



Objectifs : éveiller sur les sujets du regard des autres, de l'affirmation de soi et apporter des pistes pour se sentir bien dans ses baskets.

Note : Chaque participant bénéficiera d'un livret A4 illustré en couleurs de 8 pages pour continuer la réflexion de ces sujets en vue de développer son bien-être.



Jeu du « Bonjour ! » pour commencer à créer du lien dans le groupe...

Conte/expérience collective du lapin qui avait très, très, très faim !



Il s'agit de mon histoire préférée et je vous expliquerai pourquoi...

A votre tour vous pourrez la réutiliser dans le but d'éveiller votre entourage à dépasser les apparences et ne pas s'arrêter à ce que l'on voit ou à ce que l'on ne voit pas. Mais bien d'apprendre à connaître les gens !

Jeu pour créer du lien avec les autres et dépasser les apparences !

A la suite de ce conte je vous propose d'expérimenter ma création en vue d'établir du lien entre vous. D'ailleurs quand un groupe ne fonctionne pas bien ensemble, c'est souvent parce qu'il ne se connaît pas et qu'il n'a pas eu l'opportunité de créer des liens...

Concept imagé des deux pommes au service de nos relations :

Partage d'un conte de sagesse amérindienne pour sensibiliser à mon concept "Bisous/Cailloux" concernant la force qui nourrit et la force qui pourrit en vue d'éveiller sur le pouvoir de nos mots et de nos comportements, dans le but d'encourager ceux qui prennent soin du lien du "nous"...

Astuces pour nourrir sa relation à "soi-m'aime" et sa relation aux autres !



- Dans notre **communication** avec autrui évitons autant que possible le « tu qui tue » et priorisons...
- Partage d'une réflexion de Socrate pour se protéger des paroles malveillantes et éviter de colporter de fausses informations qui nuisent au bien **vivre-ensemble**...
- Evitons les **interprétations** et les **ruminations** qui nous nuisent à tous : écoutez le partage de ces anecdotes qui ne manquera pas de faire écho à votre vécu...

Questions ? Aurovoir...

Un buffet "cadeaux" sera installé :

A la fin de la séance chaque participant aura la possibilité de se servir en supports (cartes A5, A6, posters, livrets) pour garder la trace de l'animation et poursuivre la sensibilisation.

