

DYNAMISER UN GROUPE

On a tous déjà vu l'enthousiasme ou l'énergie du groupe de son atelier descendre. En effet, souvent en début d'atelier, après le déjeuner ou entre deux thématiques la dynamique du groupe s'affaiblit. Grâce à des *energisers*, on peut renouveler l'énergie, la cohésion et l'enthousiasme dans le groupe, instaurer un climat positif et de confiance afin d'aborder les thématiques sans que l'attention ne faiblisse.

Ces exercices courts impliquant généralement le corps et/ou les sons peuvent sembler anodins et inutiles. Pourtant ils aident nos cerveaux à développer leur créativité, leur productivité et leur concentration. Le fait d'être debout et actif permet de faire circuler le sang et d'augmenter l'afflux d'oxygène du cerveau, l'amusement et le plaisir qui en découle permet un meilleur ancrage et une meilleure mémoire, nous rendant alors plus apte à la suite de l'atelier. Ce sont des temps de respiration qui permettent de fluidifier les échanges, de se détendre avant d'entrer au cœur du sujet et de prendre du recul. On vous conseille donc de cadrer vos ateliers en introduisant des *energisers* pour redonner du rythme et des repères à vos séances.

Un prénom, un geste

ELAN INTERCULTUREL

OBJECTIFS	<ul style="list-style-type: none">☺ Apprendre les prénoms des participant.e.s☺ Stimuler la voix☺ Réveiller le corps
DURÉE	Ça dépend le nombre de participant.e.s mais entre 5 et 10 min
NOMBRE	Entre 6 et 20 participant.e.s
MATÉRIEL	Un espace confortable pour pouvoir bouger, jouer
PRÉPARATION	Non nécessaire.
ETAPES	<ol style="list-style-type: none">1. Invitez les participant.e.s à se mettre en cercle.2. Faites un premier tour rapide des prénoms : la première personne regarde la personne à sa droite dans les yeux et dit son prénom.3. Puis, la deuxième personne regarde la personne à sa droite et dit son prénom, etc. Incitez les personnes à parler fort et de manière intelligible.4. Une fois que vous avez fait plusieurs tours, demandez à la première personne de dire son prénom en y associant un geste.5. Le groupe doit ensuite l'imiter : les personnes répètent le prénom et reproduisent le même geste. Puis, on passe à la personne à droite, etc.6. Une fois chaque prénom mémorisé avec le geste associé, essayez de refaire tous·toutes ensemble (en même temps et dans le même ordre) le tour des prénoms avec les gestes.7. Pour finir, vous pouvez demander si une personne pense pouvoir faire le tour des prénoms (avec les gestes associés).

TIPS POUR
L'ANIMATEUR·ICE

La parole avec le geste permet de stimuler plusieurs sens simultanément et d'augmenter les chances de retenir le prénom de l'ensemble des personnes du groupe. L'expressivité des gestes (grands et à voix haute) permet de se relâcher, s'exprimer dans sa singularité et créer une ambiance ludique.

Se saluer différemment

ELAN INTERCULTUREL

OBJECTIFS	<ul style="list-style-type: none">☺ Se présenter, entrer en contact, s'amuser☺ Développer la cohésion de groupe
DURÉE	Ça dépend le nombre de participant.e.s mais entre 5 et 10 min
NOMBRE	Minimum 6 participant.e.s
MATÉRIEL	Vous avez besoin d'une grande salle vide ou d'un espace en plein air
PRÉPARATION	Non nécessaire.
ETAPES	<ol style="list-style-type: none">1. Proposez aux personnes de se dire bonjour avec une partie du corps.2. Donnez les consignes suivantes : « Quand vous croisez une nouvelle personne, arrêtez-vous deux secondes et dites lui 'bonjour' avec la main. Puis, continuez à marcher ».3. Invitez les ensuite à se saluer avec d'autres parties du corps : « avec les pieds », « avec le petit doigts », « avec le dos », etc. Les participant.e.s ne doivent jamais parler.
MÉTHODE D'ÉVALUATION ET DISCUSSIONS	Méthode d'évaluation Invitez les participant.e.s à partager comment il.elle.s se sont senti.e.s, quelle partie du corps été plus facile / difficile / drôle à utiliser pour saluer
TIPS POUR L'ANIMATEUR·ICE	Vous pouvez rendre visible la création des nouveaux codes, et le relier avec le processus d'adaptation interculturelle (Cohen-Emerique, M. (1999) <i>Le Choc Culturel. Méthode de Formation et Outil de Recherche</i> . In. Demorgon, Lipiansky (eds) <i>Le Guide de l'Interculturel en Formation</i> . Retz. Pp301-315)

Rencontres et échanges

ELAN INTERCULTUREL

OBJECTIFS	<ul style="list-style-type: none">☺ Se présenter☺ Stimuler les échanges☺ Faciliter la rencontre☺ Profiter des temps d'attente pour continuer à se connaître
DURÉE	5 min minimum
NOMBRE	Illimité
MATÉRIEL	Vous avez besoin d'une grande salle vide ou d'un espace en plein air
PRÉPARATION	Préparez des bandeaux de papiers sur lesquels sont écrites des questions (une question par papier). Par exemple : - Si tu pouvais choisir un pouvoir de super-héroïne, quel serait-il ? - Peux-tu me citer une de tes plus grandes fiertés ? - Quel est ton plus beau voyage ? - Qu'aimes-tu faire pour te détendre ? - Qu'est ce que tu aimes faire depuis toujours ? - Qui hanterais-tu si tu étais un fantôme ? - Quelle est la personne la plus importante en ce moment dans ta vie ? - Quelle est la personne sur laquelle tu peux compter en ce moment ? - Si tu pouvais vivre dans n'importe quelle autre ville, là tout de suite, où irais-tu ? - A quoi ressemble la maison ou l'appartement de tes rêves ? - Quel est ton jour préféré de la semaine ? Ton mois préféré ? - Si on te donnait 10 millions d'€, qu'en ferais-tu ?
ETAPES	<ol style="list-style-type: none">1. Disposez les papiers avec les questions au sol2. Demandez aux participant·e·s de prendre une question aléatoirement et de se tourner vers quelqu'un pour lui poser.3. Une fois la question posée et répondue, elles-ils peuvent garder la question et la poser à quelqu'un d'autre ou la reposer au sol et en choisir une autre. Chaque participant·e ne peut poser qu'une question par rencontre. Une fois la question posée, il-elle doit trouver un nouveau partenaire. Ainsi, « A » choisit une question et la pose à « B ». « B » posera ensuite sa question à « A ». « A »

peut changer ou garder sa question et la poser à « C » et « C »
posera sa question à « A » ...

Prénoms avec style

.....

ELAN INTERCULTUREL

OBJECTIFS	<ul style="list-style-type: none">☺ Apprendre les prénoms des participant.e.s☺ Stimuler la voix☺ Réveiller le corps
DURÉE	Ça dépend le nombre de participant.e.s mais entre 5 et 10 min
NOMBRE	Entre 6 et 20 participant.e.s
MATÉRIEL	Un espace confortable pour pouvoir bouger, jouer
PRÉPARATION	Non nécessaire.
ETAPES	<ol style="list-style-type: none">1. Vous êtes en cercle. Faites un premier tour rapide des prénoms, à tour de rôle : la première personne regarde la personne à sa droite dans les yeux et dit son prénom.2. Puis, la deuxième personne regarde la personne à sa droite et dit son prénom, etc. Incitez les participant.e.s à parler fort et de manière intelligible.3. Après le premier tour, demandez à la première personne de crier son prénom comme si elle était très en colère. La deuxième personne fait de même, etc. À chaque tour, donnez une nouvelle consigne dans laquelle la voix et le corps peuvent être mobilisés : - chanter son prénom comme un.e chanteur.euse d'opéra - susurrer son prénom comme pour flirter - articuler son prénom au ralenti - dire son prénom avec beaucoup de tristesse ou de joie, etc.

Prénom + balle

.....

ELAN INTERCULTUREL

OBJECTIFS	<ul style="list-style-type: none">☺ Apprendre les prénoms☺ S'amuser☺ Se réveiller, bouger le corps
DURÉE	Entre 10 et 15 minutes
NOMBRE	Minimum 5 participant.e.s, maximum 30
MATÉRIEL	Un espace confortable pour pouvoir bouger, jouer. Des balles
PRÉPARATION	Non nécessaire.
ETAPES	<ol style="list-style-type: none">1. Invitez les participant.e.s à se mettre en cercle2. Faites un premier tour rapide des prénoms, à tour de rôle : la première personne regarde la personne à sa droite dans les yeux et dit son prénom.3. La deuxième personne regarde la personne à sa droite et dit son prénom, etc. Faites 2 ou 3 tours. Puis changez de sens. Chaque participant.e a donc mémorisé au moins 2 prénoms (son voisin de gauche et son voisin de droite).4. Puis, invitez les participant.e.s à poser une main sur leur tête. Dites le prénom d'une personne dans le groupe et lancez lui une petite balle* qu'elle doit attraper. Elle retire la main de sa tête et doit dire le prénom d'une nouvelle personne à qui elle lance la balle. Répétez l'opération jusqu'à ce que tout le monde soit passé.



5. Demandez aux participant.e.s de bien mémoriser la personne à qui ils/elles ont envoyé la balle la première fois.
6. Vous allez répéter l'activité plusieurs fois, de façon de plus en plus rapide et toujours dans le même ordre. Rajoutez des balles afin de donner plus de challenges et mouvements.

TIPS POUR
L'ANIMATEUR·ICE

Utilisez au moins 5 balles de jonglage pour que l'activité soit plus amusante et dynamique.

Lignes des âges

ELAN INTERCULTUREL

OBJECTIFS	<ul style="list-style-type: none">☺ Se connaître☺ Stimuler la communication non-verbal☺ S'amuser
DURÉE	10min
NOMBRE	Illimité
MATÉRIEL	Un espace confortable pour pouvoir bouger, jouer
PRÉPARATION	Non nécessaire.
ETAPES	<ol style="list-style-type: none">1. Les participant.e.s doivent se placer en ligne en se classant selon leur jour et mois de naissance. Le tout sans parler ! Il.elle.s peuvent utiliser tous les signes qu'il.elle.s veulent.2. Une fois les personnes placées, demandez-leur à tour de rôle leur date de naissance.3. Demandez aux personnes de se mettre à la bonne place s' il y a eu des erreurs.
TIPS POUR L'ANIMATEUR·ICE	Cette activité permet de connaître les anniversaires qui ont lieu durant la formation, de les fêter, les chanter, et d'échanger par rapport à des différentes formes de les célébrer.

Le planisphère humain

.....

ELAN INTERCULTUREL

OBJECTIFS	<ul style="list-style-type: none">😊 S'approprier de l'espace😊 Se connaître😊 Rendre visible la multiculturalité du groupe
DURÉE	De 10 à 30 minutes (selon la taille du groupe)
NOMBRE	Illimité
MATÉRIEL NÉCESSAIRE	Vous avez besoin d'une grande salle vide ou d'un espace en plein air.
PRÉPARATION	Non nécessaire.
ETAPES	<p>On détermine les points cardinaux (Nord, Sud, Ouest, Est) dans la salle. Chaque participant.e se positionne selon:</p> <ol style="list-style-type: none">1. le pays où l'un de leurs grands-parents est né.2. Puis, le pays où l'un de leurs parents est né3. Ensuite les pays où ils/elles sont né.e.s4. Finalement, le pays où ils/elles voudraient aller s'il.elle.s ont l'argent et le temps (12 mois) pour y rester.
TIPS POUR L'ANIMATEUR-ICE	Dans chaque étape, laissez les participant.e.s partager où ils se trouvent, pourquoi..

Le jeu des anagrammes

.....

ELAN INTERCULTUREL

OBJECTIFS	☺ Présenter le concept d'impuissance apprise (Concept développé par le psychologue américain, Martin Seligman, désignant le découragement engendré par la répétition d'échecs dans une situation donnée malgré les efforts accomplis pour remplir cette tâche)
DURÉE	15min
NOMBRE	Illimité
MATÉRIEL	Papiers et stylos
PRÉPARATION	Préparer en amont deux listes de 3 mots différents, l'une avec des anagrammes faciles à trouver et l'autre, difficile voire impossible à trouver excepté pour le troisième mot (niveau intermédiaire) qui sera le même dans les deux listes.
ETAPES	<ol style="list-style-type: none">1. Distribuez une liste à la moitié du groupe et l'autre liste à l'autre moitié.2. Chaque personne reçoit une feuille (face cachée à retourner une fois que tout le monde a une feuille) sur laquelle sont écrits trois mots. Dites leur que chaque mot est un anagramme (à partir de ce mot on peut en former un autre). Insistez sur la facilité de l'exercice avant de commencer !3. Demandez-leur de résoudre le premier anagramme et de lever la main une fois qu'ils/elles ont réussi. Et ainsi de suite jusqu'au troisième mot.4. A la fin de l'exercice, expliquez-leur qu'une moitié du groupe a eu une liste facile et que l'autre a eu une liste infaisable à part pour le troisième mot qui était le même dans les deux listes. Demandez à ceux/celles qui ont eu la liste difficile ce qu'ils/elles ont ressenti ? Selon eux, que s'est-il passé pour qu'ils/elles n'arrivent pas à trouver le dernier mot alors qu'il était plus facile ?

TIPS POUR
L'ANIMATEUR·ICE

5. Ensuite expliquez-leur qu'ils/elles ont fait l'expérience de « *l'impuissance apprise* ». Autrement dit, au fil de l'exercice, de par leurs échecs et la réussite des autres, ils/elles ont adopté une attitude de résignation où ils/elles se sont sentis démotivés, frustrés et incapables, les empêchant ainsi de résoudre le troisième mot qui était plus facile.

Exemple d'anagrammes :

Loupe = poule ; Rio = roi ; peur = pure ; oit = toi ; beau = aube ; haricot = chariot ; tarte = tâter, tétra ; potin = point, pinot ; argent = Tanger, garent, gérant ; trousse = tousser ; hectare = acheter ; établir = tablier


Quelques mots impossibles à trouver: Vouloir, Ambivalent, Plat, Petit, Grand, Table, ...

Vidéo de l'expérience:

<https://www.youtube.com/watch?v=Od1rJHGzTvY>

Le Bâtons bambou

ELAN INTERCULTUREL

OBJECTIFS	<ul style="list-style-type: none">😊 Développer la cohésion de groupe😊 Établir un lien de confiance😊 Travailler la communication non-verbale
DURÉE	15min
NOMBRE	Illimité
MATÉRIEL	Bâtons de bambous (1 par personne)
PRÉPARATION	Achetez des bâtons de bambous que vous coupez de façon à ce qu'il soit d'une longueur d'environ 40 cm. Ces bâtons sont facilement trouvables dans des grandes surfaces de bricolage (ex : Leroy Merlin).
ETAPES	<ol style="list-style-type: none">1. Divisez le groupe en binôme2. Faites les marcher dans la salle à 2 avec les bâtons maintenus par les index.  <ol style="list-style-type: none">3. Lorsque cet exercice est acquis, demandez à un.e participant.e par binôme de fermer les yeux tandis que l'autre doit le/la guider sans parler.

MÉTHODE
D'EVALUATION ET
DISCUSSIONS

TIPS POUR
L'ANIMATEUR·ICE



4. Puis on échange les rôles.

Discussion

Demandez aux participant.e.s ce qu'ils/elles ont ressenti durant l'exercice. Posez-leur des questions : "Est-ce qu'ils/elles ont préféré être guidé.e.s ou guide ?" , ...

Vous pouvez mettre de la musique de fond pour créer une meilleure ambiance.

Les bâtons de bambous ne sont qu'une indication, vous pouvez utiliser toutes sortes de tiges/baguettes de bois, etc. Si vous n'avez rien de tout cela en votre possession vous pouvez utiliser des stylos (Attention : la distance des participant.e.s est petite, ce qui peut en mettre certains mal à l'aise ou inconfortable ce qui est l'opposé des objectifs recherchés).

L'histoire du prénom

ELAN INTERCULTUREL

OBJECTIFS	<ul style="list-style-type: none">☺ Valoriser les codes culturels de chaque participant-e☺ Travailler sur la communication orale☺ Prendre confiance en soi dans des interactions interpersonnelles et devant un groupe☺ Construire une dynamique de groupe☺ Apprendre les noms grâce à des émotions positives
DURÉE	Ça dépend le nombre de participant.e.s mais entre 15 et 30 min
NOMBRE	Entre 6 et 20 participant.e.s
MATÉRIEL	<ul style="list-style-type: none">• Une grande salle vide et chaleureuse (quelques coussins en périphérie)• Une grande feuille et un feutre pour écrire les prénoms
PRÉPARATION	Non nécessaire.
ETAPES	<ol style="list-style-type: none">1. En groupes de 2, chaque participant.e raconte à l'autre l'histoire de son prénom (pourquoi on lui a donné ce prénom, sa signification, l'histoire familiale, régionale, une particularité, ...). S'ils/elles ne le savent pas, ils/elles peuvent inventer.2. Ensuite, chaque personne présente l'histoire du prénom de son/sa partenaire, à l'ensemble du groupe, à tour de rôle. Chacun-e note le prénom de son/sa partenaire sur une grande feuille qui restera accrochée au mur pendant tout le workshop pour aider à la mémorisation.
TIPS POUR L'ANIMATEUR·ICE	Cette activité permet de mettre en avant les origines d'une personne, son histoire personnelle et familiale (ou régionale !), de souligner les similarités entre des personnes très différentes (toi aussi c'est le prénom de ta grand-mère !). Aussi, la présentation du prénom de son binôme permet de faire descendre le stress qui apparaît souvent quand on doit se présenter devant un groupe : à présent c'est l'autre qui s'en charge !

L'écoute active

ELAN INTERCULTUREL

OBJECTIFS	<ul style="list-style-type: none">☺ Développer la cohésion de groupe☺ Renforcer la capacité d'écoute active, l'empathie☺ Connecter les participant.e.s entre eux
DURÉE	30 minutes
NOMBRE	Minimum: 4 personnes Maximum: illimité
MATÉRIEL	Vous avez besoin d'une feuille et d'un stylo par participant.e.s
PRÉPARATION	<p>Ecrivez des consignes d'interaction (liées à des « barrières ou obstacles à la communication ») sur des bouts de papiers (chacune sur un papier différent)</p> <p>Exemples: "donnez des conseils", "exagérez vos réactions/émotions", "lisez des messages sur votre portable", "regardez la personne dans les yeux sans manifester aucune émotion", "interrompez le/la pour dire ce que vous aurez fait à sa place" (au moins 6 consignes)</p> <p>Mettez les consignes dans une enveloppe. Préparez une enveloppe par binôme.</p>
ETAPES	<ol style="list-style-type: none">1. Formez des binômes.2. Distribuez une enveloppe par binôme.3. Dans chaque binôme, l'un doit parler d'un problème qu'il/elle a rencontré récemment (un problème léger, pas majeur) et qu'il/elle veut résoudre. La personne qui écoute, pioche une consigne de l'enveloppe et adapte son comportement à celle-ci. Au bout de 2 minutes, la personne qui écoute pioche un autre papier et réadapte son comportement selon la nouvelle consigne. Après 2 minutes, la personne prend une troisième consigne et réadapte son écoute.4. Invitez les participant.e.s à changer de rôles et à reproduire les mêmes étapes.5. Formez de nouveaux binômes. L'un.e des deux raconte encore une fois son problème (le même qu'abordé précédemment), mais avec son nouveau binôme. La mission de celui/celle qui écoute est, cette fois-ci, de comprendre du mieux qu'il/elle peut

TIPS POUR
L'ANIMATEUR·ICE

la situation énoncée et ce que son interlocuteur.trice a ressenti, éprouvé. Aucun jugement ne doit être émis, aucun conseil ne doit être donné, la seule tâche de celui/celle qui écoute est simplement de comprendre la situation décrite par son interlocuteur.trice. Lorsque le problème a été exprimé, celui/celle qui a écouté résume le problème de son interlocuteur.trice d'une manière que celui-ci juge correcte. Échanger les rôles.

Discussions

Questions que le/la formateur.trice peut poser :

- Qu'ont ressenti les participant.e.s en étant dans la première situation? La deuxième ?
- Que s'est-il passé quand ils/elles ont simplement écouté leur interlocuteur.trice et tâché de comprendre sa situation ?
- Etc.

Il est conseillé de faire cette activité au début de formation, mais toujours après des activités « brise glaces ».

J'aime/je n'aime pas/ je suis la/le seul.e

ELAN INTERCULTUREL

OBJECTIFS	<ul style="list-style-type: none">☺ Trouver des points en commun entre les participant.e.s☺ Bouger, rigoles☺ Se connaître
DURÉE	15min
NOMBRE	Minimum: 7 participant.e.s Maximum: Illimitée
MATÉRIEL	Un espace confortable pour pouvoir bouger, jouer Une chaise par participant.e
PRÉPARATION	Organisez les chaises en cercle.
ETAPES	<ol style="list-style-type: none">1. Je n'aime, je n'aime pas :2. Invitez les participant.e.s à s'asseoir sur une chaise, sauf une personne qui reste debout, au milieu du cercle.3. Demandez à la personne qui est au milieu de dire à voix haute quelque chose qui la caractérise et dont elle croit que la plupart des participant.e.s assis.es partagent (quelque chose qu'elle aime, qu'elle n'aime pas, qu'elle a fait). Ex : J'aime cuisiner4. Les personnes qui partagent cette caractéristique doivent se lever et changer de chaise. À ce moment, la personne qui est au milieu essaie de s'asseoir sur une chaise qui vient de se libérer. Il est interdit de se rasseoir sur la chaise qu'on vient de quitter.5. La personne qui reste sans chaise, partage une autre caractéristique dont elle croit que la plupart partagent et ainsi de suite... <p>Deuxième partie de l'activité: Je suis le/la seul.e</p> <ol style="list-style-type: none">1. Invitez les participant.e.s à se mettre debout devant une chaise (Les chaises sont placées en cercle, tous doivent en avoir une).2. Une personne se lève, se place au centre du cercle et donne une information, des éléments, des goûts, des accomplissements pour lesquels ils/elles se démarquent, qu'elle pense lui être propre. (Par exemple : je suis le/la seul.e à parler x langues, à avoir vécu en Afrique, à être végétarienne, à habiter en colocation, à savoir faire ce

TIPS POUR
L'ANIMATEUR·ICE

bruit avec ma bouche, etc. et si c'est vraiment difficile : à porter chemisier jaune, etc.)..

3. Si la personne a trouvé quelque chose qui la démarque alors les autres applaudissent puis elle s'assoit. Si la personne n'a pas trouvé quelque chose qui la démarque, elle retourne se mettre debout devant sa chaise (elle retentera plus tard) et quelqu'un d'autre tente sa chance. L'activité s'arrête lorsque tous sont assis.

Vous n'êtes pas obligés de faire ces deux exercices ensemble. Vous pouvez n'en faire qu'un. Selon notre expérience, ils sont complémentaires et plus amusants ensemble. Pour fonctionner en société et en groupe, chaque personne a besoin de se sentir inclus dans le groupe, par des points communs, des similitudes, ... (j'aime, je n'aime pas, ...) mais aussi de se sentir unique, d'avoir des choses qui leur sont propres, ... (Je suis le/la seul.e). L'identité doit se sentir appartenir à un groupe tout en gardant une individualité. Les applaudissements permettent de valoriser la personne et son expérience.

Horloge

ELAN INTERCULTUREL

OBJECTIFS	<ul style="list-style-type: none">☺ Stimuler les échanges, faciliter la discussion☺ Introduire des sujets (que le/la facilitateur.trice veut travailler plus tard)☺ Apprendre à se connaître
DURÉE	environ 15 min
NOMBRE	Minimum 16 personnes
MATÉRIEL	Un espace confortable pour pouvoir bouger, jouer Papiers et stylos (un par personne)
PRÉPARATION	Dessinez/imprimez/découpez les horloges en notant : 12h-15h-18h-21h. Une horloge par personne.
ÉTAPES	<ol style="list-style-type: none">1. Distribuez une horloge par personne. Demandez aux participant.e.s de prendre un rendez-vous avec une personne pour chaque heure (donc 4 rendez-vous chacun, il.elle.s ne peuvent pas avoir rendez-vous deux fois à la même heure ni deux fois avec la même personne). Pour prendre un rendez-vous, les deux doivent noter le nom de la personne à côté de l'heure choisie.2. Une fois que tout le monde a son horloge complète (4 rendez-vous), les facilitateurs.trices annoncent une heure, par exemple : "Il est 15h". A ce moment, les personnes doivent rejoindre la personne avec qui il.elle.s avaient pris rendez-vous.3. Le facilitateur.trice annonce la question de son choix qui va être discuté par les participant.e.s, chacun.e aura une minute pour donner sa réponse à l'autre. Ex : "Quel est votre projet professionnel?", ou "Racontez un beau souvenir de vacances?". Les deux minutes passées, le facilitateur.trice annonce une autre heure "Il est 21h", et ainsi de suite.
TIPS POUR L'ANIMATEUR·ICE	Adapter l'activité à vos besoins. Par exemple, vous pouvez leur donner plus de temps pour discuter.

Guidé.e par le son

ÉLAN INTERCULTUREL

OBJECTIFS	<ul style="list-style-type: none">☺ Stimuler la confiance de groupe☺ Développer la collaboration
DURÉE	10'
NOMBRE	Illimité
MATÉRIEL	Vous avez besoin d'une grande salle vide ou d'un espace en plein air
PRÉPARATION	Non nécessaire.
ETAPES	<ol style="list-style-type: none">1. Faites des binômes. Une personne « A » sera « guidée » et « B » sera le/la « guide ». « B » choisit un son qui guidera « A » dans l'espace. « B » se déplace en répétant le même son. « A » tente de le/la suivre les yeux fermés. « B » tente des variations dans sa voix : il/elle fait le son en chuchotant, en criant, en se plaçant près de « A », puis plus loin. Mais « B » doit surtout prendre soin de « A » et s'assurer que son voyage se passe en toute sécurité.2. Laissez expérimenter les binômes trois minutes.3. Puis, échangez les rôles. Faites un bilan rapide : Comment vous-êtes vous sentis? Avez-vous trouvé l'exercice difficile? Étiez-vous plus à l'aise en tant que guide ou en tant que personne « guidée » ? Quel type de bruit était le plus sécurisant pour vous déplacer les yeux fermés ?

Cri d'animaux

.....

E L A N I N T E R C U L T U R E L

OBJECTIFS	<ul style="list-style-type: none">😊 Développer la cohésion de groupe😊 Créer des binômes ou des équipes d'une façon amusante
DURÉE	3min
NOMBRE	Illimité
MATÉRIEL	Une grande salle vide avec l'espace pour bouger et jouer
PRÉPARATION	Fiche ou bout de papier avec des noms d'animaux (en double ou en triple/quadruple...selon la taille de sous-groupes dont vous voudriez créer)
ETAPES	<ol style="list-style-type: none">1. Chaque participant.e reçoit une fiche avec le nom d'un animal. Celui-ci doit rester secret.2. Dans le groupe, le même animal est représenté par une autre personne (ou plusieurs). Celle-ci, au signal du/de la formateur.trice, doivent se retrouver grâce à leur cri.

Cultionary

ELAN INTERCULTUREL

OBJECTIFS	<ul style="list-style-type: none">☺ Explorer et étendre son répertoire de communication non-verbale☺ Travailler sur nos stéréotypes et nos préjugés à propos des autres, afin de les analyser☺ Travailler sur les images que nous avons des groupes minoritaires☺ Comprendre comment fonctionnent les stéréotypes☺ Générer une créativité et des idées spontanées de la part du groupe
DURÉE	De 45 minutes à 2 heures (selon la taille du groupe)
NOMBRE	Indifférente
MATÉRIEL	Une grande salle vide et chaleureuse Papiers et feutres/stylos Des tables
PRÉPARATION	Non nécessaire.
ETAPES	<ol style="list-style-type: none">1. Demandez aux participant.e.s de former des équipes de 3-62. Demandez aux équipes de se procurer des feuilles de papier et un stylo, et de s'asseoir dans un coin (ou autour d'une table), un peu à l'écart des autres.3. Appelez un des membres de chaque équipe et donnez-leur un mot4. Demandez-leur de rejoindre leurs groupes et d'essayer de le faire deviner par le dessin. Ils/Elles ne doivent dessiner ni chiffres, ni mots et ne pas parler, si ce n'est pour confirmer l'exactitude de la réponse.5. Le reste de l'équipe doit seulement proposer des solutions, et ne pas poser de questions.6. Si la réponse a été trouvée, l'équipe l'annonce et marque un point. Sinon elle marque 0 point. Inscrivez le score sur le tableau. (Le comptage de point peut-être adaptable, ex : 3pts pour la première équipe qui trouve, 2pts pour la seconde, 1pt pour la troisième, ...)7. Après avoir fait le tour de toutes les équipes, demandez au dessinateur.trice de chaque équipe d'inscrire le mot sous leur dessin, qu'il soit terminé ou non.

MÉTHODE
D'ÉVALUATION
ET DISCUSSIONS

8. Demandez ensuite aux équipes de choisir un autre dessinateur/trice. Faites en sorte que chacun.e puisse dessiner au moins une fois.
9. A la fin, demandez aux groupes d'afficher leurs dessins, afin qu'ils puissent comparer et discuter des différentes interprétations et des images associées aux mots.

Méthode d'évaluation et discussions

Procédez en petits groupes (éventuellement en conservant les mêmes équipes)

Demandez aux participant.e.s comment ils/elles ont trouvé.e.s l'activité (difficile/ drôle)

Demandez ensuite aux participant.e.s d'observer les dessins affichés et de comparer les diverses images associées aux mots, ainsi que la diversité d'interprétation. Demandez-leur si ces images correspondent ou non à la réalité et interrogez les dessinateurs/trices à propos des images qu'ils/elles ont choisi.e.s pour illustrer les mots.

Continuez en discutant de l'origine de nos images : Sont-elles positives ou négatives ? Quels sont leurs effets sur nos relations avec les personnes concernées ?

Quelle est l'origine des stéréotypes ? Les rôles des médias, de l'éducation scolaire, de la famille et du groupe de pairs ?

TIPS POUR
L'ANIMATEUR·ICE

- **Les mots à illustrer:** Racisme – Éducation – Discrimination – Antisémitisme – Réfugié – Conflit – Européen – Ressortissant National français – Paysan – Migrant – Communauté Roms – Petite fille – Homme noir ...
- **Les règles du jeu:** Il est interdit de dessiner des drapeaux pour traduire des nationalités.

Cette activité permet aussi de travailler avec la communication non-verbale et les images liées aux stéréotypes et préjugés. Soit aussi de trouver une manière de créer du lien social, gérer les conflits et maintenir les relations. Ces aptitudes peuvent revêtir une importance toute particulière pour les individu.e.s en situation difficile, notamment ceux/celles qui subissent un risque d'exclusion, de marginalisation ou dont le réseau social est limité. Ainsi, la maîtrise de la communication non-verbale s'avère être un outil fondamental pour comprendre les règles sociales qui régissent les interactions entre différents groupes culturels. Il est ainsi possible de mieux gérer ses relations au quotidien.

Charte de Sécurité

ELAN INTERCULTUREL

OBJECTIFS	<ul style="list-style-type: none">☺ Créer un espace sécurisé dans lequel des sujets sensibles pourront être explorés☺ Amener les participant.e.s à réfléchir sur ce dont ils/elles ont besoin pour se sentir en sécurité et leurs limites☺ Amorcer un processus de travail horizontal en permettant à chacun.e de s'exprimer et de prendre en main les consignes de sécurité☺ Sensibiliser à la notion de consentement dans les relations sociales, sans qu'il s'agisse pour autant de relations impliquant la sexualité.
DURÉE	45min
NOMBRE	Illimité
MATÉRIEL	Un espace confortable pour pouvoir bouger, jouer Marqueurs Stylos pour chaque participant.e Petits papiers colorés avec scotch/pâte à fixe ou Post-it
PRÉPARATION	Préparer le matériel
ETAPES	<ol style="list-style-type: none">1. Distribuez des stylos et les papiers/post-its aux participant.e.s2. Demandez-leur d'écrire dessus ce dont ils/elles ont besoin pour se sentir en sécurité, pour vivre un bon atelier... quelles sont les règles/cadre dont ils/elles ont besoin. Chaque papier/post-it doit comporter une seule idée. Par exemple : « j'ai toujours besoin de mon téléphone à proximité / j'ai besoin de savoir que je peux rester en retrait lors des ateliers / j'aimerais qu'on respecte les horaires, etc. ».3. Après 5 à 10 minutes, proposez leur de coller les papiers/post-its au mur, en regroupant ceux qui comportent des idées similaires. Lisez ces post-its devant le groupe, essayez de déterminer une ou plusieurs consignes de sécurité qui pourront garantir que les besoins du/de la participant.e.s seront respectés lors de l'atelier et notez-les sur un paperboard.

TIPS POUR
L'ANIMATEUR·ICE

Par exemple:

- Respecter la confidentialité : ce qui se dit pendant l'atelier reste dans l'atelier
- Ne pas se couper la parole
- Ne pas remettre en question les vécus personnels

4. Proposez aux participant.e.s d'ajouter d'autres consignes au mur si ils/elles pensent qu'il manque quelque chose. Précisez-leur que la charte est évolutive et qu'ils/elles peuvent ajouter des règles tout au long de l'atelier.
5. Affichez cette charte pendant toute la durée de l'atelier. Expliquez que cette charte appartient à tout le monde, et que chaque participant.e peut y revenir, si il/elle estime que l'accord passé en début d'atelier n'est pas respecté.

Variante :

- Une version plus dynamique consiste à demander aux participant.e.s d'exprimer, à tour de rôle, ce qui est important pour qu'ils/elles se sentent en sécurité dans le cadre de l'atelier. Chaque personne doit partager une phrase et ne doit pas répéter quelque chose qui a déjà été dit. Notez chaque phrase sur le paperboard.

Pour les moments d'introspection, nous vous conseillons de mettre de la musique relaxante, notamment les morceaux:

- Planet Caravan - Black Sabbath
- Alfa - Mop Mop
- August 10 - Khruangbin
- Escape - Sudan Archives

Si vous êtes plusieurs facilitateur.trices, proposez à l'un.e d'entre vous d'être le/la «gardien.ne» de la charte. Son rôle est d'assurer le respect des règles définies en commun tout au long de l'atelier.

Boite à rythme

ELAN INTERCULTUREL

OBJECTIFS	<ul style="list-style-type: none">☺ Stimuler la concentration, le mouvement et la créativité☺ Aller au-delà de la routine cognitive et créer de nouveaux codes
DURÉE	10min
NOMBRE	Illimité
MATÉRIEL	Vous avez besoin d'une grande salle vide ou d'un espace en plein air
PRÉPARATION	Non nécessaire.
ÉTAPES	<ol style="list-style-type: none">1. Travaillez en binôme. Enseignez à tous-tes comment dire « 1,2,3 » dans la langue du pays d'accueil ou dans toutes autres langues qui n'est pas forcément commune.2. Puis, invitez-les à compter en boucle dans cette langue, mais en alternance : la personne A dit « 1 », B dit « 2 », puis A dit « 3 », B dit « 1 », etc.3. Dans un deuxième temps, « 1 » peut être remplacé par un geste et un son, tandis que 2 et 3 restent inchangés. Le binôme compte donc en boucle et en alternance, tout en remplaçant le chiffre 1 par le son et geste choisi.4. Dans une 3e et 4e étapes, les chiffres 2 et 3 sont également modifiés.5. Quand les différentes chorégraphies sont maîtrisées, partagez-les devant le groupe.

Activité du trombone

.....

ELAN INTERCULTUREL

OBJECTIFS	<ul style="list-style-type: none">☺ Développer la cohésion de groupe☺ Développer la créativité, la flexibilité cognitive, l'imaginaire
DURÉE	15'
NOMBRE	Illimité
MATÉRIEL	Des trombones Feuilles et crayons/stylos
PRÉPARATION	Non nécessaire.
ETAPES	<ol style="list-style-type: none">1. Créez des groupes de 3-4 personnes.2. Distribuez un trombone par groupe, avec une feuille et un crayon et3. Demandez-leur d'imaginer puis d'écrire toutes les utilisations possibles d'un trombone.4. Ils ont 10 minutes.5. Une fois les 10 minutes passées, invitez chaque groupe à dire combien d'utilisations ils ont trouvés puis de les lire à voix haute.
TIPS POUR L'ANIMATEUR·ICE	Cette activité permet de voir à quel point la pensée est divergente, c'est à dire à quel point il est possible de trouver des solutions originales, «out of the box », par détournement de l' utilisation traditionnelle d'un objet banal (ici un trombone).