



Programme d'éducation
et de formation
tout au long de la vie



Module 1: Accueil des participants

Apprendre les prénoms

Le facilitateur a le choix entre nombreux exercices qui favorisent l'apprentissage des prénoms. Nous en proposons ici une activité ludique qui favorise aussi la concentration et la communication non verbale. En tant que matériel nous avons besoin de 3-4 petits ballons de jongleur. L'activité se compose de trois pas.

1. Présentation

Tous les participants sont invités à se mettre en cercle – facilitateurs, artistes, participants. Le facilitateur se présente et lance le ballon à quelqu'un d'autre qui se présente à son tour. Le facilitateur peut donner l'exemple pour que les suivants comprennent quelles informations pourraient-ils donner. Par exemple : je suis XY, je suis venu de Z et ce que je cherche dans cet atelier est Y.

2. Répétition

Dans cette phase le participant qui jette le ballon appelle par son nom un autre participant et lui jette le ballon ensuite, qui à son tour prononce le nom de quelqu'un d'autre pour lui lancer le ballon etc. Si le groupe semble avoir bien acquis cette étape, on peut monter le niveau de difficulté en ajoutant un deuxième et un troisième ballon.

3. Observation, accueil

Dans un troisième temps on ne prononce plus le nom du participant sinon que l'on attend à avoir un contact visuel avec quelqu'un pour lui lancer le ballon. De nouveau on peut ajouter un deuxième, troisième ou quatrième ballon.

Chat - souris

Un exercice énergisant pour éveiller le groupe et créer une bonne ambiance active : les participants se mettent en binôme, côte-à-côte, éparpillés dans la salle. Le facilitateur et un des participants resteront seuls et séparés. Le facilitateur devient « le chat » et le participant « la souris ». Comme d'habitude, le chat essaiera d'attraper la souris, qui doit courir pour échapper. La souris pourra aussi trouver refuge en se mettant à côté d'un des binômes. Dans ce cas, il devient le nouveau partenaire avec la personne qui est à son côté, ce qui oblige au troisième à courir car il est devenu maintenant, la nouvelle souris qui doit échapper.

Promenade aveugle : solo, à deux, tous ensemble.

Un exercice pour tester et créer sa confiance en soi-même, et dans les autres, en trois étapes.

1. Deux participants sont invités à se porter volontaires pour devenir des « piliers ». Ils se mettront plus ou moins à 3 mètres l'un derrière l'autre. Les participants sont invités à faire un « huit » en contournant les deux piliers pour revenir à leur point de départ – en gardant les yeux fermés du début à la fin. Tous les membres du groupe sont invités à faire leur « huit », même les piliers – qui seront remplacés par d'autres.

2. Les participants sont invités à faire le même exercice, mais cette-fois ci à deux, en se tenant par le bras. Seul consigne : garder les yeux fermés et ne pas parler.

3. Dans un troisième temps le groupe entier se met ensemble, à une distance d'un bras, et ils sont invités à faire le même exercice, mais en bougeant tous ensemble, comme s'ils étaient une entité.