

La confiance en soi, c'est simple !



Voici le programme - parcours d'un camp sportif de 6 jours. Les soirées étaient des temps de partage en petits groupes, sur le thème de la confiance en soi.

Rappel des règles pour les animateurs de ces groupes de paroles : les principes et guides d'une animation de groupe

Programme - projet

▪ Jour 1

- Objectifs : se présenter 'autrement' et positivement (le blason + qualités)
- Présentation des membres du groupe
- Présentation du thème : la confiance en soi
- Télécharger le Détail des animations du Jour 1

▪ Jour 2

- Thème : L'impact des réseaux sociaux sur soi et sur la confiance en soi
- *Jeu d'action 'le bienveilleur invisible'* (*gorille/cacahuètes*). Chacun écrit lisiblement son prénom sur une étiquette. Toutes les étiquettes sont rassemblées et mélangées. Chacun tire une étiquette et découvre le prénom. A partir de maintenant il devient le bienveilleur invisible de cette personne. Pendant deux jours, il sera attentionné et discret !
- Télécharger le Détail des animations Jour 2

▪ Jour 3

- Thème : Les personnes inspirantes qui m'entourent
- Jeu « Warme dusche » : offrir une qualité à quelqu'un
- Télécharger le Détail des animations Jour 3

- Jour 4

- Film : « Nos jours heureux »
- Échanges à partir du film
- Point sur le jeu : démasquer les gorilles
- Démarrer préparation soirée partage
- Télécharger le Détail des animations Jour 4 et Jour 5

- Jour 5

- Objectif : préparation de la participation à la soirée partage

- Jour 6

- Bilan du séjour
 - Célébration
 - Télécharger le Déroulé de la célébration
 - Télécharger le Message de la célébration

Crédit : Agathe Douay (UEPAL) - Point KT