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