

Drawing the Line

FACILITATION GUIDE

Table des Matières

Glossaire	2
Introduction	4
À Propos de ce Guide	4
Appliquer une perspective de genre	5
Introduction à l'activité Tracer la Ligne	8
Personnaliser vos cartes	10
Mise en place et préparation	11
Plan de la session	17
Le suivi et l'évaluation	21
Annexe 1: Affirmations	29
Annexe 2: Cartes d'évaluation et de jugement	32
Annexe 3 : Jeux et activités dynamiques	35

Glossaire

PRÉVENTION ET PROTECTION – Mesures prises pour protéger la santé, la sécurité, le bien-être et les droits des individus afin qu'ils puissent vivre à l'abri de la discrimination, de la violence, des abus, de la négligence, de la maltraitance et de l'exploitation.

ESPACE DE SÉCURITÉ – Lieu ou environnement dans lequel une personne ou une catégorie de personnes peut avoir la certitude qu'elle ne sera pas exposée à la discrimination, à la critique, au harcèlement ou à tout autre préjudice émotionnel ou physique.

SÉCURITÉ ÉMOTIONNELLE - Lorsque les personnes se sentent à l'aise et soutenues pour participer, s'exprimer, prendre des risques et faire des erreurs sans craindre d'être jugées, critiquées ou de subir des représailles.

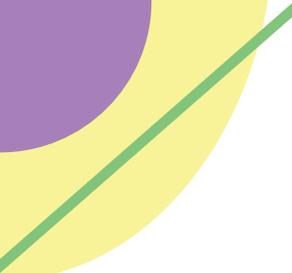
SÉCURITÉ PHYSIQUE - Lorsque les personnes se sentent en sécurité et à l'abri d'actions qui causent un préjudice physique réel ou qui sont susceptibles de le faire.

INCLUSION - Sentiment d'appartenance créé par des comportements et des actions intentionnels et proactifs qui garantissent que les personnes de toutes origines, identités et capacités se sentent accueillies, respectées et valorisées.

DISCRIMINATION - Traitement injuste ou préjudiciable de personnes et de groupes sur la base de caractéristiques telles que la race, le sexe, l'âge, la langue, la religion, le handicap ou l'orientation sexuelle.

INTERSECTIONNALITÉ - Fait référence à la manière dont les diverses formes d'inégalités et d'oppression agissent souvent ensemble et créent des expériences de discrimination qui s'ajoutent les unes aux autres.

GENRE - Conception sociale de la masculinité et de la féminité en rapport avec les rôles, les comportements, les attentes, les activités, les identités et les attributs. Ce terme est souvent compris comme une opposition entre les hommes et les femmes, mais historiquement et aujourd'hui, le genre est un concept expansif et dynamique.



IDENTITÉ DE GENRE - Concept personnel d'une personne qui se considère comme un homme, une femme, un mélange des deux ou ni l'un ni l'autre. C'est la façon dont les individus se perçoivent et s'identifient, et elle peut être identique ou différente du sexe qui leur a été attribué à la naissance.

GENRE MARGINALISÉ - Terme générique désignant toute personne qui n'est pas un homme cisgenre. Ce terme fait référence à la manière dont les femmes cisgenres et les personnes LGBTQIA+, historiquement et actuellement, ont été victimes d'inégalités dans le système et d'une plus grande réglementation de leurs droits.

NON-BINAIRE - Adjectif qualifiant une personne qui ne s'identifie pas exclusivement à un homme ou à une femme. Les personnes non binaires peuvent s'identifier comme étant à la fois un homme et une femme, quelque part entre les deux, ou se situer complètement en dehors de ces catégories. Si de nombreuses personnes non binaires s'identifient également comme transgenres, ce n'est pas le cas de toutes les personnes non binaires.

TRANSGENRE - Terme générique désignant les personnes dont l'identité et/ou l'expression de genre diffère des attentes culturelles basées sur le sexe qui leur a été assigné à la naissance.

Introduction

À Propos De Ce Guide

Le guide suivant vous explique comment utiliser l'outil Tracer la Ligne (TLL) (Drawing the Line (DTL)), animer une discussion sur la prévention, protection et l'inclusion, collecter des données et assurer le suivi avec des mesures concrètes.

Cet outil peut être adapté à tout type d'organisation ou de programme, mais l'élément essentiel qui doit demeurer est que l'activité est dirigée par les participant-es et que toute influence extérieure doit être réduite au minimum.

Qu'est-Ce Que La Prévention Et Protection Sensible Au Genre?

La prévention et protection fait référence à toutes les mesures prises pour protéger la santé, la sécurité, le bien-être et les droits des individus afin qu'ils puissent vivre sans discrimination, violence, abus, négligence, maltraitance et exploitation. Ajouter une perspective de genre à vos mesures et dispositif de prévention et protection implique de reconnaître et mettre en lumière les normes, les rôles et les inégalités de genre existants, et de les prendre en compte dans la conception et la mise en œuvre de vos principes, politiques et processus de prévention et protection. Cela implique de comprendre directement auprès des jeunes comment les programmes peuvent devenir plus sûrs et plus inclusifs pour tous les genres. Les pratiques de prévention et protection sensibles au genre reflètent les réalités et les besoins des genres marginalisés, sachant que les filles, les femmes et la communauté LGBTQIA+ sont souvent plus exposées au harcèlement, à la discrimination, aux abus et aux préjudices.

Dans cette activité, les questions de prévention et protection sont classées en trois catégories:

1. la sécurité émotionnelle,
2. la sécurité physique, et
3. l'inclusion.

Ces thèmes reflètent la réalité selon laquelle les expériences des individus en matière de sécurité émotionnelle, de sécurité physique et d'inclusion sont étroitement liées au genre et à l'identité. Il y a ci-dessous quelques exemples d'application d'une perspective de genre à ces thèmes et aux questions de prévention et protection qui s'y rapportent.

Appliquer une Perspective de Genre

Thème lié à la prévention et protection: Sécurité émotionnelle

La sécurité émotionnelle renvoie à la création d'un environnement où les participant·es, en particulier les filles, les jeunes femmes et les personnes d'autres genres marginalisés, se sentent à l'aise et soutenu·es pour participer, s'exprimer, prendre des risques et commettre des erreurs sans craindre d'être jugé·es, critiqué·es ou de subir des représailles. Lorsque les jeunes femmes et les filles se sentent en sécurité sur le plan émotionnel, elles sont plus susceptibles de se sentir à l'aise de s'exprimer si elles sont victimes d'abus, de violence ou de harcèlement. Il y a aussi moins de risques qu'elles se poussent à bout et se blessent, ou éprouvent des effets négatifs sur leur santé mentale, tels que l'anxiété ou la dépression.

Affirmation — — — → Perspective de genre

Il y a une personne en position d'autorité à qui nous pouvons nous adresser en cas de problème.

C'est essentiel pour garantir que la voix de chacun·e soit entendue et que la sécurité soit une priorité pour toutes les personnes, quel que soit leur genre. Cela est crucial dans les environnements où les déséquilibres de pouvoir ou les normes culturelles pourraient dissuader les individus, en particulier les jeunes femmes, les filles et les personnes d'autres genres marginalisés, de s'exprimer sur les préoccupations en matière de sécurité.

Notre santé mentale est une priorité et est soutenue.

Les femmes, les filles et les personnes d'autres genres marginalisés sont confrontées à des facteurs de risque supplémentaires en matière de santé mentale. En effet, les normes et les facteurs de stress liés au genre sont étroitement liés à la dépression, à l'anxiété et à d'autres troubles mentaux courants. Les pratiques d'encadrement et des programmes informés sur la santé mentale peuvent renforcer la résilience et les mécanismes d'adaptation, ce qui permet aux participant·es de faire face de manière positive, curative et saine aux stress et aux traumatismes futurs.

Thème lié à la prévention et protection: Sécurité physique

Les environnements sportifs peuvent malheureusement offrir des possibilités d'abus et d'exploitation, en particulier pour les femmes, les filles et les personnes d'autres genres marginalisés. Cependant, lorsque ces dernières se sentent physiquement en sécurité dans des programmes sportifs, elles sont plus susceptibles de participer pleinement, de développer leurs compétences et de prendre confiance en elles.

Affirmation — — — → Perspective de genre

Nous sommes libres de tout contact physique qui nous met mal à l'aise.

Donner aux jeunes femmes et aux filles la possibilité de décider et d'exprimer le type de contact physique qui leur convient ou non est essentiel pour qu'elles se sentent en sécurité et respectées. En effet, elles sont plus exposées aux risques d'abus et de harcèlement sexuel.

Nous disposons d'un espace privé et sûr pour nous changer.

Le fait que les jeunes femmes, les jeunes filles et les autres personnes marginalisées disposent d'un espace privé et sûr pour se changer permet de garantir la dignité, l'intimité et le bien-être émotionnel. Cela permet également de prévenir les risques de gêne, de harcèlement ou d'abus, et de veiller à ce que tout le monde se sente en sécurité et respecté.

Thème lié à la prévention et protection: L'inclusion

L'inclusion est essentielle à la protection des femmes, des filles et des personnes d'autres genres marginalisés dans les programmes sportifs. En effet, elle garantit l'égalité des chances, favorise le bien-être physique et mental, brise les stéréotypes de genre, prévient la discrimination et cultive un modèle positif.

Affirmation — — — → Perspective de genre

Nos pronoms personnels sont respectés et utilisés correctement.

Presque tout le monde utilise des pronoms pour se désigner (par exemple, elle/il/iel, elles/ils/iels) - et il est important d'utiliser ces pronoms correctement. Le respect et l'utilisation des pronoms personnels affirment l'identité de genre des individus et favorisent un sentiment de sécurité et de respect ; cette pratique est particulièrement importante pour le bien-être des personnes transgenres et non binaires qui peuvent être victimes de discrimination ou de préjudice lorsque leurs pronoms et leur identité ne sont pas reconnus, affirmés ou respectés.

Note : Le concept de pronoms peut être nouveau pour certain-es entraîneur-es et participant-es. Insister sur le fait que cette déclaration vise à souligner l'importance de créer des environnements où chacun-e se sent en sécurité et respecté pour se présenter tel qu'elle, il ou iel est.

Tout le monde a un uniforme/équipement adapté à leur taille corporelle.

Veiller à ce que les uniformes et l'équipement soient de taille adaptée et confortables pour les femmes, les filles et les personnes d'autres genres marginalisés répond non seulement à leur sécurité physique, mais soutient également leur participation digne aux sports. Cela contribue à une image corporelle positive en promouvant l'inclusion et en prévenant toute détresse émotionnelle potentielle que peuvent créer des vêtements mal ajustés ou inappropriés dans le cadre de la pratique sportive.

Il s'agit également de prendre en compte l'équipement nécessaire à des groupes spécifiques, comme les hijabs pour les athlètes portant le hijab ou les soutiens-gorge de sport/brassières pour les adolescentes (ou toute autre personne ayant besoin d'un soutien-gorge de sport, quelle que soit son identité de genre).

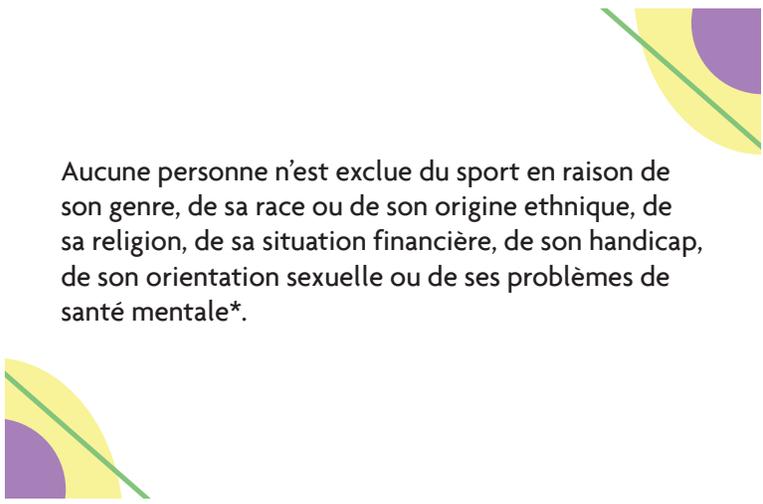
Il est important de noter que la question de la prévention et protection et des obstacles à l'inclusion auxquels les jeunes sont confronté-es dans vos programmes peut être à la fois complexe et dépendante du contexte. Women Win reconnaît que les questions de prévention et protection émergent dans le contexte de systèmes de pouvoir, d'oppression et d'inégalité historiquement renforcés, qui sont vécus différemment par les individus et les groupes en fonction de leurs identités intersectionnelles. L'activité Tracer la Ligne a été développée avec la conviction que les jeunes participant-es à des programmes sportifs devraient avoir la possibilité de s'impliquer et de partager leur point de vue sur des questions qui les concernent directement.

Introduction à L'activité - Tracer la Ligne

Tracer la Ligne (TLL) est une activité qui suit une approche ludique et participative afin de mieux comprendre le niveau de prévention, protection et d'inclusion dans les programmes du point de vue des participant-es. Il s'agit d'un outil interactif qui permet aux organisations d'améliorer les conditions de leurs programmes en recueillant les réactions des personnes directement impliquées. L'outil est principalement destiné à être utilisé par et avec les jeunes participant-es à vos programmes, mais il peut également être utilisé par les entraîneur-es, les bénévoles ou les administrateur-trices afin de recueillir d'autres points de vue sur les mesures de prévention, protection et d'inclusion dans vos programmes.

L'outil TLL consiste en un ensemble d'environ 30 cartes d'affirmation, chacune comportant une affirmation et un dessin correspondant (voir l'exemple ci-dessous). Chaque affirmation est lue à haute voix et fait l'objet d'une discussion au sein du groupe. Les personnes participantes sont invitées à partager leurs réflexions et à se mettre d'accord sur l'importance de cette affirmation particulière. Elles doivent placer la carte de l'affirmation dans l'une des trois colonnes : "Le plus important", "Important", "Moins important".

La difficulté de cette activité réside dans le fait que chaque colonne comporte un nombre maximum de cartes. Si vous jouez avec 30 cartes, un maximum de 10 cartes peut être placé dans chaque colonne (si vous utilisez moins de 30 cartes, un maximum d'1/3 du nombre total de cartes peut être placé dans chaque colonne). L'activité encourage les personnes participantes à discuter des raisons pour lesquelles elles pensent qu'une carte est plus ou moins importante qu'une autre. Il est important de se rappeler que toutes les questions de prévention et protection reflétées dans les affirmations sont importantes et que le but principal de l'activité est de créer un dialogue autour de ces sujets.



Aucune personne n'est exclue du sport en raison de son genre, de sa race ou de son origine ethnique, de sa religion, de sa situation financière, de son handicap, de son orientation sexuelle ou de ses problèmes de santé mentale*.



Exemple de cartes d'affirmation

Après avoir déterminé l'importance relative de toutes les affirmations, le groupe se concentrera sur les affirmations de la colonne "Le plus important" et déterminera s'il pense que l'organisation dispose actuellement de cet élément ou non. Vous "tracerez la ligne" entre les affirmations que votre organisation ou le programme possède et celles qu'elle ne possède pas. À l'issue de cette activité, vous et les personnes participantes aurez une idée claire des éléments de prévention et protection que les personnes participantes jugent prioritaires et de ceux qui, selon elles, font défaut dans l'organisation ou le programme.

Personnaliser Vos Cartes

Vous pouvez personnaliser les affirmations de l'activité « Tracer la Ligne » afin de les adapter à votre contexte culturel ou social. En personnalisant votre propre activité TLL, vous pouvez réfléchir aux affirmations les plus pertinentes pour votre groupe, votre programme ou votre communauté. Pour ce faire, vous pouvez demander aux personnes participantes de formuler des affirmations qui sont importantes pour elles dans le cadre des thèmes de prévention et protection telles que la sécurité émotionnelle, la sécurité physique et l'inclusion (ou d'autres thèmes de prévention et protection que vous avez ou qu'elles ont identifiés). Vous pouvez utiliser vos affirmations personnalisées en plus - ou à la place - des exemples d'affirmation figurant dans cette boîte à outils.

Une fois que les affirmations sont déterminées, vous pouvez demander aux personnes participantes de dessiner au dos de la carte des images qui, selon elles, correspondent à ces affirmations. Un modèle pour concevoir ces cartes est joint à cette boîte à outils.

En tant qu'accompagnateur·trice connaissant les communautés et les réalités des personnes participantes avec lesquelles vous travaillez, si vous examinez les exemples de cartes et que vous estimez qu'un sujet spécifique manque et est pertinent pour votre groupe et leur contexte culturel, religieux ou spirituel, c'est également une raison d'ajouter une nouvelle carte/affirmation.

Les exemples de cartes sont classés en trois thèmes : la sécurité émotionnelle, la sécurité physique et l'inclusion. Si votre groupe crée ses propres cartes, demandez-vous si elles correspondent à l'un de ces thèmes ou si elles représentent un autre thème de prévention et protection. Après l'activité, noter quels thèmes étaient les plus présents dans chacune des colonnes peut vous aider à discuter avec votre équipe des thèmes de prévention et protection sur lesquels votre organisation excelle, et de ceux qui pourraient être améliorés.

Mise En Place Et Préparation

PRÉPARATION

Impliquer les personnes participantes et les parents dans l'objectif de la session, les sujets de discussion, et répondre à leurs questions ou préoccupations.

Comprendre quel consentement peut être requis pour la session, et toute autre approbation administrative qui peut être nécessaire avant d'animer la session.

MATÉRIEL

Assurez-vous que vous disposez d'un jeu complet de cartes d'affirmation TLL. Ce jeu doit comprendre

- 30 cartes d'affirmation au total (y compris celles du jeu d'échantillons et les cartes personnalisées)
- 3 cartes d'évaluation : Le plus important - Important - Moins important
- 2 cartes de jugement : Nous avons ceci - Nous avons besoin de ceci

Vous devriez également disposer d'un carnet pour documenter les points de discussion intéressants et les cartes finales présentées à la fin de l'activité. Cela permettra à votre organisation d'apprendre et savoir comment améliorer ses programmes afin de garantir qu'ils sont sûrs et inclusifs pour tout le monde, sans exception.

TEMPS

La durée totale de l'activité « Tracer la Ligne » est d'environ 1,5 à 2,5 heures, y compris l'animation, l'activité et la discussion de groupe. La durée dépend souvent de

- l'âge du groupe avec lequel vous travaillez,
- du degré de connaissance des personnes participantes et des animateur-trices,
- du temps accordé à la discussion et au débat,
- de l'incorporation d'activités dynamiques basées sur le mouvement.

Il n'est pas recommandé de réaliser cette activité en moins d'une heure.

- **MOINS DE TEMPS** : Si vous disposez de peu de temps, vous pouvez décider de supprimer l'une des activités dynamiques ou de réduire le nombre de cartes d'affirmation dans le jeu. Si vous réduisez le nombre d'affirmations, identifiez celles qui sont moins pertinentes pour votre communauté ou votre organisation et qu'il n'est donc pas nécessaire d'inclure dans l'activité. Il est toutefois important de conserver au moins 15 cartes afin de garantir la discussion et la prise de décision. Vous pou-

vez également envisager de répartir l'activité sur deux sessions. Par exemple, vous pouvez réaliser la partie "établissement des priorités" au cours d'une session et la partie "tracer la ligne" au cours de la session suivante. Veillez à ce que ces sessions ne soient pas trop éloignées l'une de l'autre.

- **PLUS DE TEMPS** : Si vous disposez de plus de temps, il est préférable d'inclure toutes les cartes ou de consacrer du temps aux personnes participantes pour qu'elles créent leurs propres affirmations et images. Vous pouvez également réduire le nombre de cartes et incorporer davantage d'activités dynamiques ou jeux basés sur le mouvement pour que l'activité reste amusante et captivante.

LIEU

Choisissez un endroit privé où d'autres personnes ne pourront pas regarder ou écouter. Il est important de créer un espace sûr pour les personnes participantes afin qu'elles se sentent à l'aise de partager leurs pensées tout au long de l'activité. Voir les conseils pour créer un espace sûr ci-dessous.

PARTICIPANT·ES

La taille des groupes est très importante. Les groupes ne doivent pas dépasser 10 à 15 personnes. C'est essentiel pour que toutes puissent participer à l'activité et à la discussion.

Il est également important de tenir compte de l'âge des personnes participantes. L'activité TLL peut être animée avec des personnes âgées d'à peine 10 ans, mais elle devra peut-être être animée différemment pour s'adapter à des groupes d'âges différents.

Conseils pour travailler avec des **groupes plus jeunes**:

- **EXPLIQUEZ LES TERMES** : Les personnes participantes peuvent ne pas connaître certains des termes utilisés dans l'activité ou les cartes affirmation, par exemple "sensible au genre", "prévention et protection" ou "harcèlement émotionnel". Préparez-vous à décomposer ces termes ou concepts et les expliquer de manière plus simple. Faites en sorte que cela soit adapté et pertinent pour leur contexte, à leur âge et leur niveau de connaissances.
- **UTILISEZ DES EXEMPLES CONCRETS** : Les jeunes participant·es peuvent éprouver des difficultés avec des concepts plus abstraits. Passez en revue toutes les affirmations et préparez des exemples pratiques et simples qui aident à expliquer la signification de chaque affirmation.
- **FAITES EN SORTE QUE LES CHOSES BOUGENT** : Les jeunes participant·es peuvent perdre leur intérêt si les discussions durent trop longtemps. Veillez à être attentif·ve à leur niveau d'énergie et, en cas de baisse d'énergie, mélangez les élé-

ments énergisants, les activités dynamiques ou et les jeux basés sur le mouvement. Par exemple, passez de 5 à 7 affirmations et faites une pause pour jouer. Répétez ce cycle jusqu'à ce que vous ayez terminé toutes les affirmations.

- **UTILISEZ MOINS DE CARTES** : Pour maintenir l'intérêt du groupe, il est souvent préférable de réduire le nombre d'affirmations dans l'activité. Identifiez les affirmations les plus réalistes et les plus pertinentes par rapport à l'âge et aux caractéristiques du groupe.

Conseils pour travailler avec des **groupes plus âgés**:

- **ACCORDEZ DE L'ESPACE À LA DISCUSSION** : Les adolescent·es plus âgé·es peuvent avoir besoin de plus de temps et d'espace pour discuter et débattre. Si les joueur·euses veulent parler d'un sujet, ne les pressez pas de passer à autre chose. Cependant, soyez attentif·ve au rythme des discussions afin de vous assurer que l'activité puisse être terminée.
- **OBSERVEZ LA DYNAMIQUE DU GROUPE** : Les amitiés et l'opinion de leurs pair·es peuvent être particulièrement influentes chez les participant·es plus âgé·es. Soyez conscient·e de la dynamique du groupe. Si le temps le permet, co-élaborez des règles de base avec le groupe pour aider à garantir un espace sûr et de confiance.

FACILITATION

Idéalement, une session de TLL est dirigée par deux animateur·trices. Un·e troisième animateur·trice peut également s'avérer utile, en particulier lorsque les groupes sont nombreux. Les animateur·trices doivent déjà avoir établi une relation de confiance avec le groupe (par exemple, un·e coach, un membre du personnel du programme, un·e formateur·trice, un·e conseiller·e).

ANIMATEUR·TRICE 1: Guide la session, soutient la participation du groupe et maintient le flux général de l'activité.

ANIMATEUR·TRICE 2: Observe la session, note les conversations clés, relève les nuances, le langage corporel et les exemples donnés.

FACULTATIF - ANIMATEUR·TRICE 3: Surveille la session, en veillant à ce que l'espace reste sûr et privé d'observateur·trices externes, tout en aidant l'animateur·trice principal·e à minimiser les distractions telles que les conversations parallèles entre les personnes participantes.

L'un des rôles les plus importants d'un-e animateur·trice de TLL est de créer et maintenir un espace sûr pour que les personnes participantes expriment librement leurs points de vue. Écoutez autant que possible ce qui est dit, tout en évitant d'orienter la discussion vers un résultat particulier ou d'influencer les réponses de quelque manière que ce soit. Bien que cela soit souvent difficile, il est essentiel de poser des questions ouvertes pour approfondir un thème particulier.

CONSEIL D'ANIMATION : il peut être utile de pratiquer le plan de la session avec vos collègues animateur·trices avant d'organiser la session avec les personnes participantes. Cela vous permettra d'avoir une idée du déroulement de l'activité, d'identifier les moments où vous incorporerez des pauses et de vous familiariser avec les affirmations.

ESPACES SÛRS

Un espace sûr est essentiel à l'efficacité d'une séance de TLL. Dans un espace sûr, les filles se sentent libres de s'exprimer ouvertement dans un environnement confidentiel. Elles se sentent à l'aise de partager leurs préoccupations et poser des questions sensibles sans crainte de jugement ou d'intimidation. En tant qu'animateur·trice, cela nécessite un travail de préparation lors de la mise en place de l'espace, ainsi qu'à prendre des mesures pendant l'animation de la session. Vous trouverez ci-dessous quelques conseils pour créer des espaces physiquement et émotionnellement sûrs pour une session de TLL.

SÉCURITÉ PHYSIQUE:

- Tout d'abord, l'espace physique doit être sûr pour que les personnes participantes puissent s'y asseoir confortablement et participer sans être dérangées par l'extérieur.
- Aucune personne externe ne doit pouvoir écouter la session.
- Présentez aux personnes participantes leur environnement, où trouver de l'eau, où se trouvent les toilettes et où elles peuvent se rendre si elles ont besoin de faire une pause pendant la session (avec l'aide d'un-e animateur·trice).

SÉCURITÉ ÉMOTIONNELLE:

- Établissez des règles de base avec les personnes participantes afin de définir des lignes directrices de comportement pendant la session, que tout le monde respectera. Si les personnes participantes ne l'ont pas mentionné, assurez-vous d'in-

clure les règles de base suivantes:

- ◇ **Confidentialité.** Bien que les commentaires et contributions des personnes participantes puissent être utilisés dans le but d'améliorer le programme, ils seront partagés de manière anonyme. Ne partagez pas les détails ou les histoires avec d'autres personnes en dehors de cette salle. Notez qu'il existe une exception pour les animateur·trices qui peuvent être tenu·es de respecter les politiques de prévention et protection de l'organisation afin de garantir la sécurité et le bien-être d'un·e participant·e si ce·tte dernier·e révèle un problème de prévention ou protection.
- ◇ **Pas de jugement.** En insistant sur ce point, vous faites comprendre au groupe qu'il n'y a pas de mal à faire des erreurs, à poser des questions, être curieux·se et à clarifier les choses.
- Étant donné que de nombreux points abordés dans les affirmations concernent des questions de prévention et protection sensibles au genre, il est important que des **animatrices** soient présentes afin que les filles se sentent à l'aise pour discuter de leurs expériences et partager leurs points de vue sur ces questions.
- Si une personne participante raconte une histoire délicate, il est important de le reconnaître et de la remercier pour sa force, sa résilience, son courage et sa confiance. Ne demandez pas de détails personnels sur l'événement au sein du groupe et ne posez pas de questions sur les comportements d'abus, de violence ou de harcèlement.
- Gardez à l'esprit que les personnes participantes peuvent avoir vécu des traumatismes au cours de leur vie - harcèlement, oppression ou abus. Elles peuvent se sentir interpellées en entendant des récits ou en interagissant avec d'autres personnes qui leur rappellent l'événement traumatisant. Elles peuvent alors exprimer des émotions telles que l'anxiété, la peur, la honte, la colère et se montrer excessivement émotives, distraites, silencieuses, peu énergiques ou désengagées.
 - ◇ Si une personne participante se sent émotionnellement dépassée, il est important de lui permettre de faire une pause pour prendre l'air et de revenir lorsqu'elle est prête. Demandez à l'un·e des animateur·trices de l'accompagner et de la soutenir si nécessaire.
- Veillez à disposer de ressources ou de numéros de contact pour les services locaux de santé mentale ou de conseil afin d'aider les personnes participantes qui pourraient avoir des réactions émotionnelles à la conversation.

INCLUSION:

- Créez une atmosphère où la voix de chacun·e est valorisée et entendue.
- Les animateur·trices doivent encourager activement la participation de toutes les personnes présentes, en particulier celles qui sont plus réservées ou moins enclines à s'exprimer. Utilisez des techniques telles que la discussion en petits groupes pour faciliter un dialogue inclusif. Toutefois, il est important que les animateur·trices ne forcent jamais personne à participer.
- Certaines personnes peuvent bénéficier de l'usage de méthodes alternatives de participation, telles que des réponses écrites ou des expressions artistiques.
- Communiquez clairement une politique de tolérance zéro pour toute forme de discrimination ou de comportement d'exclusion.
- Veillez à ce que les animateur·trices représentent un éventail diversifié de milieux, y compris le sexe, l'ethnicité et les perspectives culturelles.

Plan De La Session

ACTIVITÉ DYNAMIQUE

1. Commencez la session par une activité dynamique et amusante afin de faire bouger les personnes participantes et de les enthousiasmer pour les activités à venir. L'annexe A présente quelques suggestions d'activités dynamiques qui favorisent la communication, la résolution de problèmes et la confiance.

* **CONSEIL D'ANIMATION:** *veillez à ce que tous et toutes les animateur-trices participent également ! C'est un bon moyen d'établir le ton de la session à venir. C'est particulièrement important si les animateur-trices n'ont jamais travaillé avec le groupe auparavant.*

INTRODUCTION

2. Après un jeu rapide, demandez aux personnes participantes de s'asseoir en cercle, y compris les animateur-trices, sur des chaises ou à même le sol. Présentez l'activité en expliquant l'objectif et en soulignant qu'il s'agit d'un espace où elles peuvent partager ce qu'elles pensent sans jugement. Le but est d'apprendre auprès d'elles comment elles pensent que les programmes auxquels elles participent peuvent devenir plus sûrs et plus inclusifs pour tout le monde.

* **CONSEIL D'ANIMATION:** *Essayez de vous asseoir au même niveau que les personnes participantes afin de créer un sentiment de camaraderie, de solidarité et de soutien, plutôt que de vous tenir au-dessus ou en face d'elles.*

3. Prenez quelques minutes pour expliquer le matériel aux personnes participantes.

INSTRUCTIONS

Commencez par les cartes d'affirmation. Expliquez que chaque carte a deux faces: une face avec une affirmation et l'autre face avec un dessin en rapport avec cette affirmation. Placez les trois cartes d'évaluation les unes à côté des autres sur le sol, de manière à ce que tout le monde puisse les voir. Précisez que vous allez examiner les cartes une à une et décider de leur degré d'importance. 3 colonnes seront créées, les cartes d'affirmation étant placées sous chacune des cartes d'évaluation.

* **CONSEIL D'ANIMATION:** *Expliquez aux personnes participantes qu'elles doivent s'efforcer de classer par ordre de priorité les éléments qui sont importants pour elles et qui sont déjà en place, ainsi que les éléments qui sont importants pour elles mais qui n'ont pas encore été mis en place.*

*

DÉROULEMENT DU JEU: PHASE DE PRIORISATION

4. Demandez à un-e participant-e de lire la première carte d'affirmation à haute voix et de montrer l'image au groupe. En groupe, les personnes participantes doivent décider si l'affirmation est très importante pour elles en tant que groupe, importante ou moins importante. Elles doivent y réfléchir dans le contexte du programme auquel elles participent. Une fois la décision prise, le ou la participant-e peut placer l'affirmation sous la carte d'évaluation correspondante. Encouragez les personnes participantes à lire les cartes une par une, afin que tout le groupe discute de la même carte. Il est également utile qu'elles les lisent à tour de rôle, en se passant le jeu de cartes d'une personne à l'autre.
 - * **CONSEIL D'ANIMATION:** *Si l'une des personnes participantes ne sait pas lire ou éprouve des difficultés, encouragez-la à décrire ce qu'elle voit sur l'illustration, si elle se sent à l'aise pour le faire.*

Les questions possibles pour évaluer la compréhension sont les suivantes:

 - ◇ *Comprenez-vous ce que signifie cette affirmation?*
 - ◇ *À quoi cela pourrait-il ressembler pour vous?*
 - ◇ *Pouvez-vous répéter cette affirmation avec vos propres mots?*
 - * **CONSEIL D'ANIMATION:** *Soyez conscient-e de la dynamique du groupe et assurez-vous de manière proactive à ce que tout le monde soit inclus et participe, et qu'il n'y ait pas une ou deux personnes qui prennent le dessus et qui décident tout elles-mêmes.*
 - * **CONSEIL D'ANIMATION:** *Bien que l'animateur-trice puisse avoir sa propre opinion sur un sujet ou sur l'emplacement d'une carte, il est important de ne pas influencer la décision du groupe. L'animateur-trice peut apporter son soutien en fournissant des informations ou des exemples supplémentaires sur la carte si quelque chose n'est pas clair, mais ne doit pas faire de suggestions sur l'importance ou non de la carte.*
5. Passez la pile de cartes d'affirmation à la personne participante suivant dans le cercle et demandez-lui de nouveau de lire l'affirmation suivante. Déterminez son niveau d'importance en groupe. Continuez ainsi jusqu'à ce que toutes les cartes aient été placées dans une colonne d'évaluation. Au fil de la discussion, les cartes peuvent être déplacées d'une colonne à l'autre si le groupe décide de modifier son évaluation.

Note: Il ne peut pas y avoir plus de 10 cartes dans chacune des colonnes (ou 1/3 du nombre total de cartes s'il a été décidé de jouer avec moins de 30 cartes). Cela permet aux personnes participantes de discuter des raisons pour lesquelles elles pensent qu'une carte est très importante ou non, et de prendre une décision en groupe. De nombreuses informations très importantes pour la collecte de données proviendront de cette partie de la discussion, en particulier sur les raisons pour lesquelles une carte est jugée plus importante qu'une autre.

- * **CONSEIL D'ANIMATION:** Les questions directrices pour aider les personnes participantes à déterminer l'importance relative d'une carte sont les suivantes:
 - ◇ Est-ce important pour votre sentiment de sécurité et de bien-être ?
 - ◇ Est-elle plus ou moins importante que... (comparer la carte à une carte qui a déjà été placée dans une autre pile)?
- * **CONSEIL D'ANIMATION:** Si les personnes participantes ont du mal à déterminer quelles sont les 10 cartes "les plus importantes", rappeler que tout est important et demander d'y réfléchir:
 - ◇ Quelles sont les cartes qui ont le plus d'impact sur votre sentiment de sécurité et de bien-être dans notre programme?
 - ◇ Si vous disposiez de ressources limitées et ne pouviez pas traiter toutes ces questions, quelle serait votre priorité principale?
- * **CONSEIL D'ANIMATION:** Ne vous préoccupez pas trop de trouver un consensus et de savoir où va chaque carte. En effet, cela peut créer une pression inutile pour choisir et entraver l'ouverture de la conversation. S'il est difficile pour le groupe de placer l'une des cartes dans une pile spécifique, il est possible de mettre la carte de côté et y revenir à un stade ultérieur.

6. Une fois que toutes les cartes d'affirmation ont été placées dans une colonne, passez à la phase suivante. Maintenant que les personnes participantes ont identifié les éléments qu'elles considèrent comme les plus importants pour un programme sûr et inclusif, il est temps de définir ce qu'elles ont déjà au sein de leur programme et ce qu'elles n'ont pas mais dont elles ressentent clairement le besoin.

Notez quelles cartes se trouvent dans les colonnes "Important" et "Moins important", puis les mettre de côté. Seules les cartes de la colonne "Le plus important" doivent être présentées aux personnes participantes.

ACTIVITÉ DYNAMIQUE

7. S'il reste du temps, organisez une autre séance de stimulation rapide pour préparer les personnes participantes à la suite de la partie suivante.
- * **CONSEIL D'ANIMATION:** Veillez à bien gérer le temps. S'il est limité, supprimez l'activité dynamique ou essayez d'accélérer quelque peu le processus de placement des cartes.

DÉROULEMENT DU JEU : COMPRENDRE CE QUE NOUS AVONS ET CE DONT NOUS AVONS BESOIN

8. Placez les deux cartes de jugement au milieu du cercle. Comme lors du tour précédent, demandez à une personne participante de lire une à une les cartes d'affirmation "Le plus important" et de décider en groupe s'il s'agit de quelque chose qu'elles ont déjà dans leur programme/organisation ou qu'elles n'ont pas mais dont elles ont besoin. Chaque carte doit être placée sous l'une des cartes suivantes : "Nous avons ceci" ou "Nous avons besoin de ceci".
 9. Pour terminer l'activité, il est important de mener une discussion plus approfondie sur la manière dont les personnes participantes peuvent jouer un rôle dans l'intégration de certaines des composantes manquantes en matière de prévention et protection ainsi que d'inclusion dans leurs programmes. En grand groupe ou en petits groupes, utilisez les cartes "Nous avons besoin de cela" et demandez aux personnes participantes de réfléchir à la manière dont elles peuvent être proactives pour obtenir ce dont elles ont besoin, à la manière dont le groupe pourrait travailler ensemble pour apporter ces changements et aux autres solutions qui pourraient être introduites ou explorées. Notez certains de ces points et partagez-les avec votre équipe après l'activité.
- * **CONSEIL D'ANIMATION:** *Consignez les notes de cette conversation dans le modèle de prise de notes. Lorsqu'une carte est placée dans la colonne "Nous avons besoin de ceci", veillez à poser des questions supplémentaires, telles que:*
- ◇ À quoi cela ressemblerait-il idéalement dans notre programme/organisation?
 - ◇ Comment pourrions-nous travailler ensemble pour faire évoluer la situation sur ce sujet?
 - ◇ De quoi avez-vous besoin pour que cela change ?

CONCLUSION

10. Résumez certains des thèmes ou des points de discussion de l'activité et demandez aux personnes participantes si elles ont l'impression qu'il manque quelque chose dans la conversation.

Remerciez-les pour leur temps et pour avoir partagé ouvertement leurs perspectives, leurs opinions et leurs expériences. Répétez que tous les détails qui ont été partagés doivent rester anonymes.

Terminez la session par une activité de clôture ou un exercice d'ancrage afin que les personnes participantes puissent passer de cette activité au reste de leur journée en toute sérénité.

- * **CONSEIL D'ANIMATION:** *N'oubliez pas de gérer les attentes des personnes participantes, en veillant à préciser que toutes les questions ne pourront pas être abordées dans les mois à venir et à ne pas faire de promesses qui ne pourront peut-être pas être tenues.*

Résumé Et Suivi

Une fois l'activité TLL terminée, vous aurez une idée claire de ce dont les personnes participantes estiment manquer dans le programme et de ce qu'il est important d'y inclure. Le document suivant vous permet d'enregistrer les idées, les notes et les prochaines étapes de la session.

1. HIÉRARCHISATION DES AFFIRMATIONS

Après la session, notez les affirmations jugées les plus importantes, importantes ou les moins importantes en cochant la colonne correspondante à droite.

Sécurité Émotionnelle

AFFIRMATIONS	LE PLUS IMPORTANT	IMPORTANT	MOINS IMPORTANT
Nous savons vers quelle personne adulte nous tourner lorsque nous avons un problème.			
Nos familles nous soutiennent et nous encouragent à faire du sport.			
Nous nous sentons en sécurité sur le plan émotionnel avec nos entraîneur-es (par exemple, nous avons des canaux de communication ouverts et honnêtes, nous nous sentons respecté-es).			
Les erreurs sont considérées comme des opportunités d'apprentissage plutôt que comme des motifs de punition (par exemple, les entraîneur-es ne nous crient pas dessus pour des raisons disciplinaires).			
Nous nous sentons à l'aise de signaler les comportements inacceptables.			
Les coéquipier-es se soutiennent mutuellement dans les victoires comme dans les défaites.			
Nous avons un espace pour jouer sans craindre le harcèlement émotionnel (intimidations, abus émotionnels, humiliations, insultes, menaces, plaisanteries blessantes).			
Nous participons toutes et tous à la définition des valeurs de notre équipe ou des règles de base de notre communauté.			
Nous nous sentons à l'aise d'être pleinement nous-mêmes lors de nos séances de sport.			
Notre santé mentale est priorisée et soutenue par nos entraîneur-es et nos coéquipier-es.			

Sécurité Physique

AFFIRMATIONS	LE PLUSIM- PORTANT	IMPORTANT	MOINS IMPORTANT
Le transport, déplacement vers nos aires de jeux ou nos terrains est facile et sûr.			
Les aires de jeux, les terrains et les installations sont sûrs et accessibles aux personnes de toutes capacités.			
Nous disposons d'un espace pour jouer sans craindre le harcèlement physique (pousser, frapper, bousculer).			
Nous disposons d'un espace privé et sûr pour nous changer.			
Nos aires de jeu ou nos terrains sont bien éclairés, ce qui nous permet de jouer aussi après la tombée de la nuit.			
Il y a des toilettes que toutes les personnes participantes peuvent utiliser confortablement et en toute sécurité.			
Nous disposons d'équipements et uniformes appropriés et de qualité pour pouvoir jouer en toute sécurité.			
Les entraîneur-es ne recourent pas à la violence physique pour des raisons disciplinaires (coups, gifles, punitions par des exercices excessifs).			
Nous sommes libres de contacts physiques qui nous mettent mal à l'aise.			
Nos blessures sont prises au sérieux et notre rétablissement est soutenu par notre équipe et notre entraîneur-e.			

Inclusion

AFFIRMATIONS	LE PLUS IM- PORTANT	IMPORTANT	MOINS IMPORTANT
Aucune personne n'est exclue du sport en raison de son genre, de sa race ou de son origine ethnique, de sa religion, de sa situation financière, de son handicap, de son orientation sexuelle ou de ses problèmes de santé mentale*.			
Aucune personne n'est exclue du sports en raison d'un manque de compétences.			
Nous sommes autorisé-es à jouer en tenue ou vêtements culturellement acceptables.			
Tout le monde a un uniforme/un équipement adapté à sa taille.			
Nous sommes autorisé-es à communiquer sur des sujets sensibles dans notre langue maternelle.			
Nos pronoms personnels sont respectés et utilisés correctement.			
Nous avons des femmes entraîneures**			
Nous avons accès à des serviettes hygiéniques ou à d'autres produits menstruels, ainsi qu'à un endroit privé pour les jeter.			
Notre droit de faire du sport est clairement valorisé, respecté et considéré comme une priorité par l'organisation.			
Les garçons et les hommes soutiennent notre droit à faire du sport (ils nous encouragent, croient en nos capacités, nous incitent à jouer, etc).			

Les exemples de cartes sont classés par thèmes : sécurité émotionnelle, sécurité physique et inclusion. Dans le tableau ci-dessous, notez les thèmes abordés en comptant le nombre d'affirmations dans chaque catégorie et leur priorité relative. Cela peut vous aider à discuter avec votre équipe des thèmes de protection que vos personnes participants jugent les plus importants pour elles.

THÈME	LE PLUS IMPORTANT	IMPORTANT	MOINS IMPORTANT
SÉCURITÉ ÉMOTIONNELLE			
SÉCURITÉ PHYSIQUE			
INCLUSION			

Pour chacune des affirmations que votre groupe a sélectionnées “Nous en avons besoin de ceci”, veuillez inclure des notes sur les idées que les personnes participantes ont partagées et qui pourraient renforcer leur sentiment de sécurité et de bien-être dans le cadre de votre programme sportif. Il peut s’agir de recommandations de changements qu’elles aimeraient voir dans leur équipe ou dans l’organisation, ou d’actions possibles pour les participant·es, les entraîneur·es ou le personnel du programme afin de répondre à un problème ou à un besoin de protection spécifique. Cela vous aidera à partager les enseignements tirés de la discussion avec votre organisation et à créer un plan d’action pour mettre en œuvre les changements nécessaires.

NOUS AVONS BESOIN DE CECI	
AFFIRMATION	
NOTES	

NOUS AVONS BESOIN DE CECI	
AFFIRMATION	
NOTES	

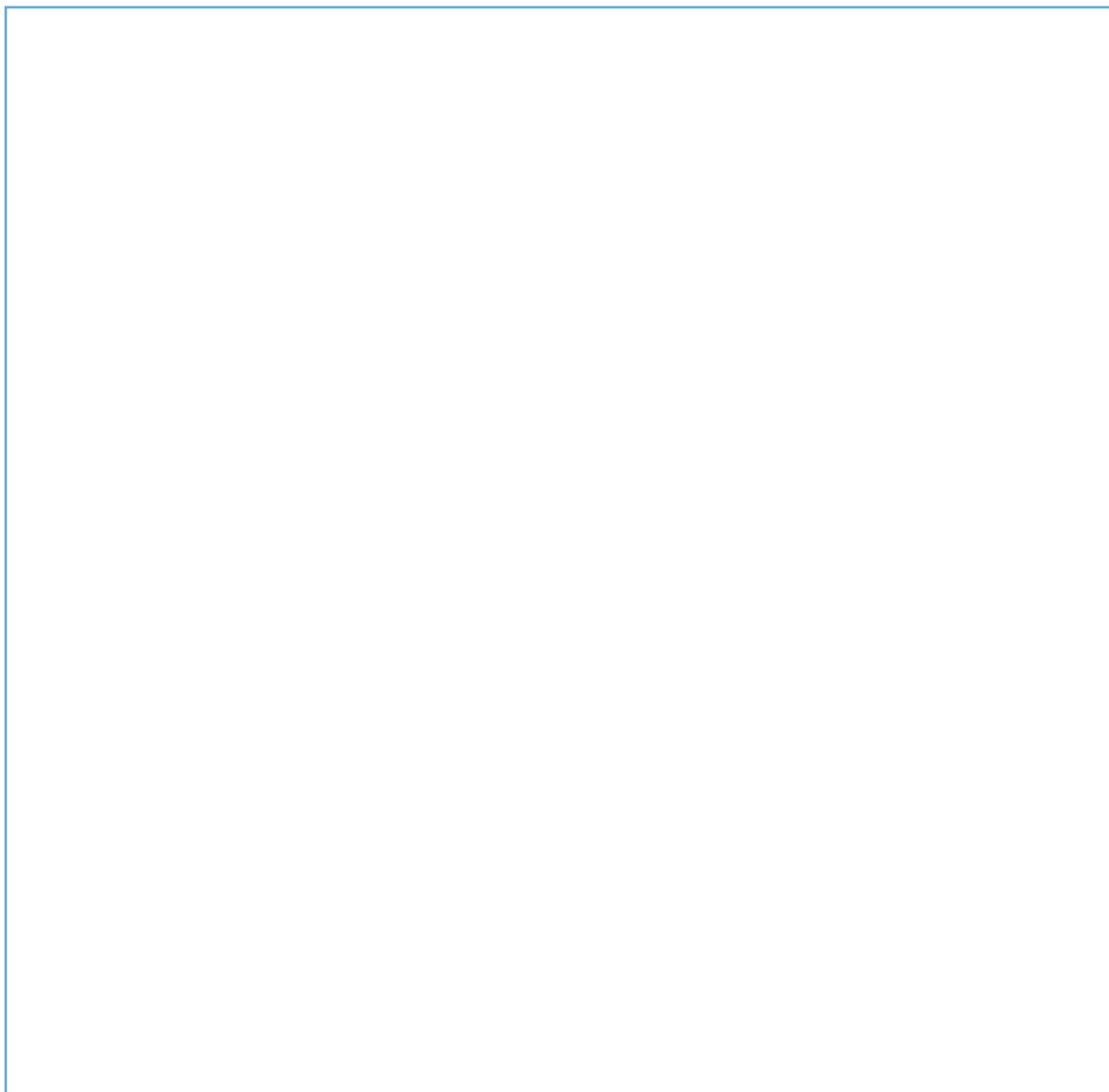
NOUS AVONS BESOIN DE CECI	
AFFIRMATION	
NOTES	

NOUS AVONS BESOIN DE CECI	
AFFIRMATION	
NOTES	

NOUS AVONS BESOIN DE CECI	
AFFIRMATION	
NOTES	

3. AUTRES NOTES

Cet espace est réservé aux notes supplémentaires. Notez tout ce que vous avez retenu pendant la session et qui est pertinent pour mieux comprendre le contexte de la discussion ou des décisions. *Par exemple : Comment est l'espace? Comment s'est déroulée l'interaction entre les personnes participantes en tant que groupe? Comment s'est déroulée l'interaction entre les personnes participantes et l'animateur·trice ? Tout le monde s'est-il senti en sécurité pour partager? Tout le monde a-t-il eu la même possibilité de partager?*



ANNEXE 1 : Cartes d'affirmation du jeu

« Tracer la Ligne »

SÉCURITÉ ÉMOTIONNELLE

AFFIRMATION	Numéro
Nous savons vers quelle personne adulte nous tourner lorsque nous avons un problème.	1
Nos familles nous soutiennent et nous encouragent à faire du sport.	2
Nous nous sentons en sécurité sur le plan émotionnel avec nos entraîneur-es (par exemple, nous avons des canaux de communication ouverts et honnêtes, nous nous sentons respecté-es).	3
Les erreurs sont considérées comme des opportunités d'apprentissage plutôt que comme des motifs de punition (par exemple, les entraîneur-es ne nous crient pas dessus pour des raisons disciplinaires).	4
Nous nous sentons à l'aise de signaler les comportements inacceptables.	5
Les coéquipier-es se soutiennent mutuellement dans les victoires comme dans les défaites.	6
Nous avons un espace pour jouer sans craindre le harcèlement émotionnel (intimidations, abus émotionnels, humiliations, insultes, menaces, plaisanteries blessantes).	7
Nous participons toutes et tous à la définition des valeurs de notre équipe ou des règles de base de notre communauté.	8
Nous nous sentons à l'aise d'être pleinement nous-mêmes lors de nos séances de sport.	9
Notre santé mentale est priorisée et soutenue par nos entraîneur-es et nos coéquipier-es.	10

SÉCURITÉ PHYSIQUE

AFFIRMATION	Numéro
Le transport, déplacement vers nos aires de jeux ou nos terrains est facile et sûr.	11
Les aires de jeux, les terrains et les installations sont sûrs et accessibles aux personnes de toutes capacités.	12
Nous disposons d'un espace pour jouer sans craindre le harcèlement physique (pousser, frapper, bousculer).	13
Nous disposons d'un espace privé et sûr pour nous changer.	14
Nos aires de jeu ou nos terrains sont bien éclairés, ce qui nous permet de jouer aussi après la tombée de la nuit.	15
Il y a des toilettes que toutes les personnes participantes peuvent utiliser confortablement et en toute sécurité.	16
Nous disposons d'équipements et uniformes appropriés et de qualité pour pouvoir jouer en toute sécurité.	17
Les entraîneur-es ne recourent pas à la violence physique pour des raisons disciplinaires (coups, gifles, punitions par des exercices excessifs).	18

Nous sommes libres de contacts physiques qui nous mettent mal à l'aise.	19
Nos blessures sont prises au sérieux et notre rétablissement est soutenu par notre équipe et notre entraîneur-e.	20

AFFIRMATION	Numéro
Aucune personne n'est exclue du sport en raison de son genre, de sa race ou de son origine ethnique, de sa religion, de sa situation financière, de son handicap, de son orientation sexuelle ou de ses problèmes de santé mentale*.	21
Aucune personne n'est exclue du sports en raison d'un manque de compétences.	22
Nous sommes autorisé-es à jouer en tenue ou vêtements culturellement acceptables.	23
Tout le monde a un uniforme/un équipement adapté à sa taille.	24
Nous sommes autorisé-es s à communiquer sur des sujets sensibles dans notre langue maternelle.	25
Nos pronoms personnels sont respectés et utilisés correctement.	26
Nous avons des femmes entraîneures**.	27
Nous avons accès à des serviettes hygiéniques ou à d'autres produits menstruels, ainsi qu'à un endroit privé pour les jeter.	28
Notre droit de faire du sport est clairement valorisé, respecté et considéré comme une priorité par l'organisation.	29
Les garçons et les hommes soutiennent notre droit à faire du sport (ils nous encouragent, croient en nos capacités, nous incitent à jouer, etc).	30

*Nous vous encourageons à adopter une approche intersectionnelle lors de la mise en œuvre de cette activité et de l'animation de discussions sur la prévention et la protection. L'intersectionnalité fait référence à la manière dont les différentes formes d'inégalité et d'oppression fonctionnent souvent ensemble et créent des expériences de discrimination qui s'additionnent. Par exemple, les obstacles auxquels les filles et les femmes sont confrontées pour accéder au sport peuvent être différents si l'on tient compte des identités croisées telles que la race, la religion, l'appartenance ethnique, la classe sociale, les capacités, etc.

En tenant compte du contexte local, des codes culturels ou des lois locales, réfléchissez à la manière dont vous pouvez encourager les personnes participantes à réfléchir à la sécurité, la protection et à l'inclusion d'une manière intersectionnelle. Invitez vos participant-es à réfléchir à l'impact de ces questions de prévention et protection sur les personnes de sexe différent, ainsi que sur les groupes et communautés marginalisés tels que les indigènes, les métis, les personnes de couleur, les LGBTQIA+, les réfugiés, les filles et les femmes migrantes, avec ou sans handicap.

** La présence de femmes entraîneuses, en particulier lorsqu'elles travaillent avec des filles, est un élément clé d'une approche de prévention et protection sensible au genre pour toute organisation sportive. En tenant compte de l'âge de votre groupe et du contexte local, envisagez d'ouvrir la discussion à une plus grande diversité de genres. Demandez aux participant·es de réfléchir à la manière dont le fait d'avoir des entraîneurs non binaires ou transgenres pourrait avoir un impact sur le sentiment de sécurité et de bien-être des jeunes non binaires et/ou transgenres. Est-ce quelque chose d'important pour elles et eux aussi?

ANNEXE 2 : Cartes d'évaluation et de jugement

(Imprimez et découpez les cartes ci-dessous pour les utiliser dans l'activité)

LE PLUS IMPORTANT

IMPORTANT

MOINS IMPORTANT

NOUS AVONS CECI

**NOUS AVONS BESOIN
DE CECI**

Modèle de carte d’Affirmation

Utilisez le modèle ci-dessous pour créer vos propres cartes. Vous pouvez remplir vos priorités en matière de prévention et protection dans les cases, les imprimer, puis les découper en laissant l’espace au dos libre pour faire un dessin. Vous pouvez également imprimer des cartes vierges et laisser un espace pour que les participant·es puissent écrire leurs propres priorités au cours de l’activité.

The image shows a template for affirmation cards. It consists of two large, vertically oriented rectangular boxes. Each box is defined by a dashed border. The top box is positioned above the bottom box, with a clear gap between them. The boxes are intended for participants to write their priorities in prevention and protection, and to draw on the back of the cards.

Annexe 3: Jeux et activités dynamiques

1. Nœud humain

Objectif: Encourager la communication et le d'équipe.

Durée: 5-10 min

Instructions pour l'activité:

- Les personnes participantes saisissent la main de n'importe quelle personne du groupe, à l'exception des personnes qui se trouvent à côté d'elles.
- Les personnes participantes saisissent avec leur autre main, la main de n'importe quelle personne du groupe, à l'exception des personnes qui se trouvent à côté d'elles et de la personne à qui elles tiennent déjà la main.
- Le défi consiste à se démêler sans se lâcher les mains.

Augmentez le défi:

- Agrandissez les groupes et/ou imposez des restrictions à leurs méthodes de communication.

2. Ligne silencieuse

Objectif: Promouvoir la communication non verbale et le travail d'équipe.

Durée: 5-15 min

Instructions pour l'activité :

- Les participant-es doivent s'organiser en ligne selon un certain critère (par exemple la taille) sans parler.

Augmentez le défi:

- Répétez le défi deux ou trois fois avec des tâches de plus en plus difficiles (par exemple, la date de naissance).

3. Debout dos à dos

Objectif: Pratiquer la communication, l'instauration de la confiance et la réflexion stratégique.

Durée: 5-10 min

Instructions pour l'activité:

- Divisez le groupe en paires.
- Demandez à tout le monde de se mettre dos à dos.
- Demandez aux partenaires de coopérer en pressant leur dos l'un contre l'autre, puis demandez-leur d'essayer de s'asseoir lentement, sans utiliser leurs mains.
- Une fois les paires assises, demandez-leur d'essayer de se relever tout en continuant à presser leur dos.

Augmentez le défi:

- Augmentez la taille du groupe travaillant ensemble.

4. Course à la balle

Objectif: Faciliter la constitution d'équipes, la résolution de problèmes et la communication.

Durée: 5-10 min

Instructions pour l'activité:

- Demandez au groupe de se mettre en cercle et préparez un ou plusieurs ballons (de taille appropriée pour le lancer et l'attraper).
- Faites le tour du cercle en permettant à chacun·e de dire son nom pour que les autres puissent l'entendre.
- Le meneur ou la meneuse commence par lancer, faire rouler ou rebondir une balle (en fonction de l'âge et du niveau de compétence) vers un·e autre joueur·euse tout en prononçant le nom de l'autre personne à voix haute.
- Expliquez qu'il est très important de se rappeler à qui vous avez passé le ballon.
- Continuez à faire circuler le ballon autour du cercle de façon à ce que tout le monde ait reçu le ballon une fois. Vous pouvez demander aux joueur·euses de s'asseoir ou de croiser les bras une fois qu'ils ou elles ont reçu le ballon, afin de vous assurer que personne ne le reçoit deux fois.
- Lorsque la dernière personne reçoit le ballon, demandez-lui de le repasser au meneur·euse.
- Maintenant, sans le ballon et dans le même ordre, demandez à chaque joueur·euse de dire à haute voix à qui il ou elle va passer le ballon afin que le mouvement du ballon soit établi.
- Une fois que tout le monde s'est souvenu à qui faire la passe, essayez à nouveau avec le ballon et voyez à quelle vitesse le groupe peut aller.

Augmentez le défi:

- Après avoir essayé plusieurs fois, posez la question au groupe :
 - Qui a une idée pour que le ballon parvienne plus rapidement à tout le monde ?
 - Que pensez-vous de l'ajout d'une deuxième balle ?
 - Devons-nous nous chronométrer et essayer ensuite de battre notre temps ?
 - Permettez au groupe d'essayer à nouveau avec leurs nouvelles idées.