

Fiche 1 : Oh la main !

Matériel

- Des stylos, des feutres
- Annexe

Introduction :

Cette activité permettra aux participants d'apprendre à mieux se connaître. Ils pourront également commencer à réfléchir sur leurs habitudes et comportements en matière d'hygiène de vie.

Objectifs :

- Se découvrir de manière ludique
- Apprendre à connaître le groupe

Hygiène de vie

Activité courte

Activité longue



7 ans et plus

Renforcer sa conscience de soi
Développer des relations constructives

Technique utilisée :

- Blason

Déroulé de l'animation :

10min Temps 1 : Blason main

L'animateur montre le modèle blason main (annexe 1.1). Ensuite, les participants complètent le leur individuellement (annexe 1.2). Ils peuvent choisir d'écrire ou de dessiner leurs réponses et ils indiquent leur prénom.

20min Temps 2 : Restitution collective

L'animateur propose aux participants de présenter chacun leur tour leur blason main. L'activité requiert l'écoute de chacun pour pouvoir réussir la tâche en coopérant. L'animateur observe ce qui se passe entre les participants pour animer le débriefing éventuel. Il peut leur proposer d'exposer leur blason pendant une certaine durée.



Pour aller plus loin :

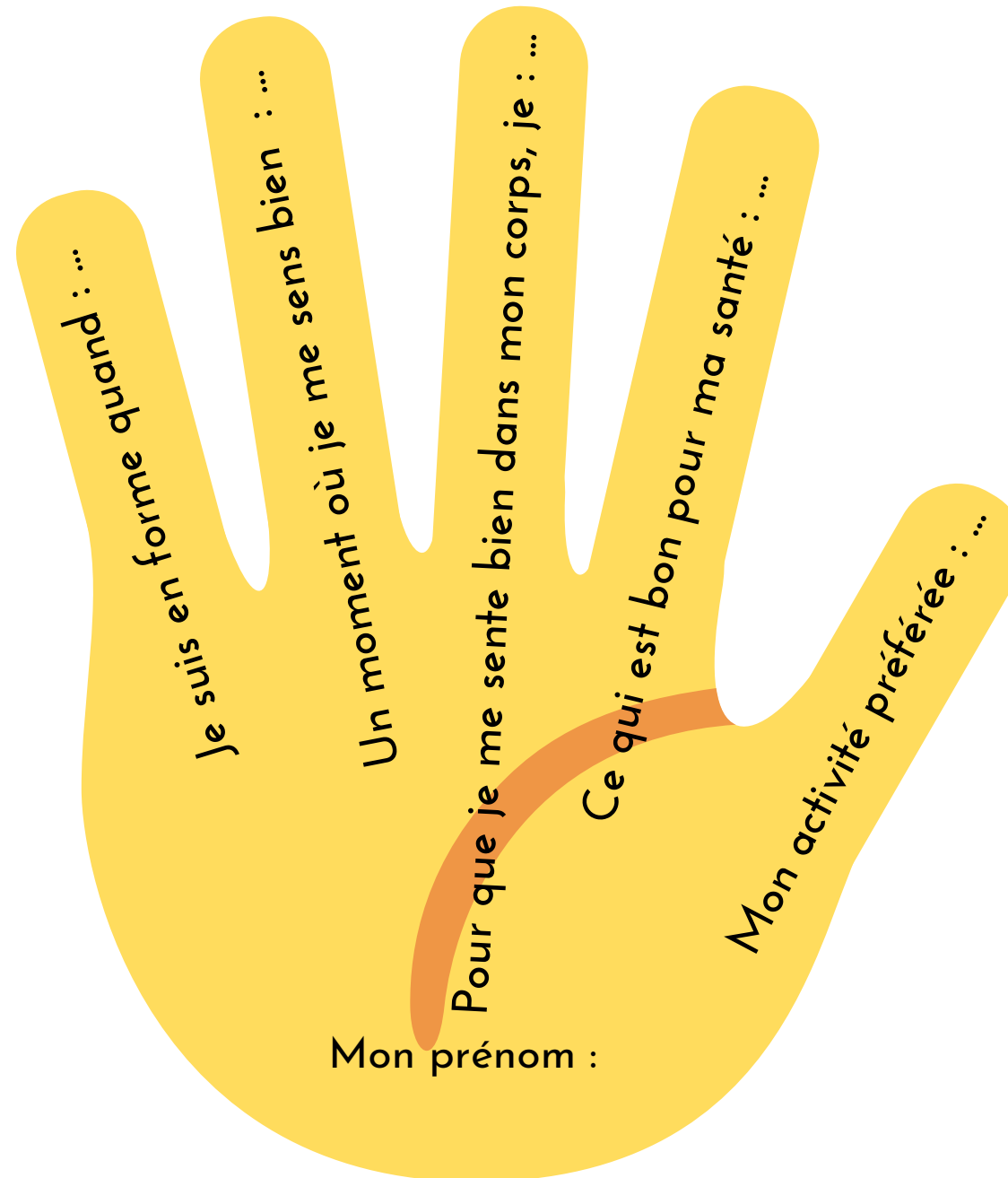
- Techniques d'animation en promotion de la santé (les techniques de présentation, p. 11)

Moi, l'hygiène de vie et les autres

Moi et l'hygiène de vie

C'est quoi un l'hygiène de vie ?

Annexe 1.1 : Blason main



Annexe 1.2 : Blason main vierge

