

CONSTRUIRE L'ESPOIR

pour un Présent et un Futur désirables



Kit Pédagogique

En réponse à la démobilité et au sentiment d'impuissance des jeunes face aux enjeux sociaux et environnementaux actuels, ce kit pédagogique en 4 séances d'animation vise à instiller l'espoir pour un Présent et un Futur désirables.

A qui s'adresse-t-on ?

Ce kit est conçu pour accompagner des enfants et des jeunes de 9 à 99 ans.

Telles que présentées ci-contre, les séances visent un public en cycle 4.

Quelques adaptations seront utiles pour le cycle 3.

Nos intentions :

- ◇ Contribuer à construire l'espoir et l'optimisme.
- ◇ Développer une perception et un regard critique des enjeux.
- ◇ Transformer les sentiments d'impuissance et de peur en pouvoir d'agir pour une terre vivante et solidaire.
- ◇ Promouvoir le Convivialisme.

Une approche plurielle :

- ◇ Offrir un espace de réflexion et d'action.
- ◇ Apprendre aux jeunes à prendre soin d'eux et de ce qui fait sens pour eux.
- ◇ Apprendre à se connecter avec le présent.
- ◇ Favoriser l'expression individuelle et collective des émotions pour créer des conditions propices à l'émergence de la joie.
- ◇ Partir d'expériences concrètes vécues pour renforcer la motivation et un engagement positif.

Ce kit a été créé en collaboration avec Cécile Petit (Osm'Ose et FD MFR) et Laetitia Di Nunno (IREPS) toutes deux référentes départementales en ESE, Magali Grez (bain de forêt) et Charlotte Ogier (Travail Qui Relie).

1: Mes émotions face au monde

Cette séance vise le partage de ses ressentis et la prise de conscience de ses émotions liées au monde. Elle permet également de les identifier, de comprendre que **derrière chacune d'elles se cache un besoin** satisfait ou insatisfait. Et enfin, de comprendre qu'elles peuvent être ressources pour agir sur soi et sur le monde.

Il s'agit également de prendre conscience de la nécessité de créer de l'espace à l'intérieur de soi pour agir.

Approches : expression orale, respiration, co-écoute...



2: Mon rapport aux informations qui m'entourent

Cette séance aborde que nous sommes entouré.e.s d'informations en permanence qui peuvent impacter et générer des émotions mobilisatrices ou démobilisatrices.

Qu'est-ce que les informations nous font vivre ? Comment se positionne-t-on par rapport à elles et **quel tri pour se préserver?**

Cette séance se termine par l'expérimentation de sa capacité de choisir ce qu'on met dans notre cerveau et de ce qu'on en fait.

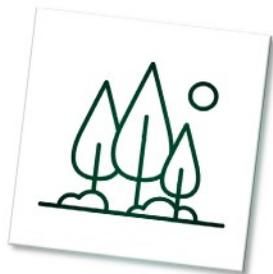
Approches : art-phonie®, débat...

3: Mon lien au vivant / à la nature

Cette séance a lieu en pleine nature. Cette expérience encourage chacun.e à se relier au Vivant. **Comprendre comment prendre soin de soi et écouter ses propres pensées profondes est la base essentielle** pour agir de manière éclairée.

Le bain de nature est une invitation à se rapprocher de soi, des autres et du vivant car après tout on ne protège que ce que l'on aime.

Approches: 5 sens, co-écoute, arts...



4 : Et après, je passe à l'action ?

Comment réaliser cette transition tout en maintenant mon propre cap ? Comment préserver ma motivation à agir, mon dynamisme ? Cela implique d'explorer les récits de personnes qui agissent au niveau local pour trouver inspiration. Il est crucial de comprendre que les petites actions, celles qui sont bénéfiques pour soi, sont pleines de sens.

Les grandes actions ne peuvent prendre forme sans être nourries par les petites. Elles permettent d'expérimenter notre capacité d'agir, d'oser imaginer de nouveaux récits pour bâtir une société résiliente.

Approches: Travail Qui Relie, arts, expression...



Format/durée des interventions :

Ces séquences prévues sur une durée minimale de quatre demi-journées peuvent s'inscrire dans un processus mêlant visites d'organisations et mise en pratique sur le terrain.

Le kit vise à travailler sur la motivation à agir, le sens, l'orientation et l'approche de l'action, à la fois individuellement et collectivement.

Nous recommandons donc que ce kit soit intégré en tant que support au sein d'une approche pédagogique axée sur des projets concrets, qui se matérialisent à travers des actions portées par les participants et leurs accompagnateurs.

Nous préconisons également que des temps de célébration des actions conduites par les publics puissent avoir lieu à un moment donné de votre projet pour renforcer le plaisir d'agir. (Ex. Festival, réunion de restitution de ce qui s'est vécu dans l'année, exposition, spectacle, forum, article de presse etc...)

Nous proposons et organisons des rencontres conviant les jeunes, les élus et les associations à se rencontrer par le biais de festivals ou de journées inter-établissements.

Pour des interventions ou une formation vous permettant de prendre en main ce kit par vous-même, contactez-nous:

Jean-Louis Virat : jlvpag@gmail.com

Cécile Petit : 06 60 61 01 58

www.lalaboratoirede.latransition.fr

Avec le soutien financier de



En collaboration avec

