

Les communs des rencontres Oasis 2019



Compilation des pépites collectées au cours des rencontres Oasis

Janville 2019

Ils l'ont fait c'est possible



expériences, témoignages, petites astuces

EMOTION

Description courte de la pépite :

De belles rencontres, de discussions, de réflexions, de moments forts émouvants, de joie, de danses, d'expressions lors de ce chouette festivals, être avec un rassemblements de colibris quelle belle aventure qui aide a regonfle le moral pour retourner dans sa campagne MERCI a bientôt bisous

En quoi c'est un pépite ? :

colibris fait sa part en partageant

Type de pépite :

Ils l'ont fait c'est possible

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis, Accompagnateur, Élu

Gérer la dépression post-partum souvent vécue quand enfin le groupe entre dans son oasis

Description courte de la pépite :

Quand enfin les maisons de l'oasis sont construits, on remarque souvent une petite phase de dépression collective du groupe, idée de repérer ce moment, le prendre en compte, le gérer

En quoi c'est un pépite ? :

astuce partagée, lors de la remise des clef, tout le groupe part en vacance et se ressource ensemble,

parle de ses souvenirs de gamins...



Type de pépite :

Ils l'ont fait c'est possible

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis

partage sur les difficultés et souffrances

Description courte de la pépite :

se partager les difficultés et souffrances quand on fait et on vit projet ensemble: séparations, problèmes financiers, exclusions même...

que de raisons pour abandonner....faire effondrer un projet. Partage de communautés de leur traversées...avec réconciliations (merci l'Arche de St Antoine).

En quoi c'est un pépite ? :

j'ai découvert avec joie cette capacité de regarder la réalité en face, de l'assumer et traverser avec intelligence et humanité, humour et audace.

Type de pépite :

Ils l'ont fait c'est possible

Autre sujet de pépite :

vivre ensemble

Concerne :

Habitant d'un oasis

Quelques personnes remarquables



Celle qui file la pépite

Description courte de la pépite :

Arrivé à Jamville après 7 h de route avec le groupe de l'oasis du coq à l'âme (7 personnes dans la voiture ..) où nous nous sommes amusés, nous avons fait des réunions, ect ...

Et arrivé à l'accueil du festival, voir Gabrielle, que je n'avais pas vu depuis un bon moment, la prendre dans mes bras, et voir la joie partagée de se retrouver.

En quoi c'est un pépite ? :

La pépite est cette femme, et toute l'énergie qu'elle met dans le projet Oasis de Colibris, toujours avec le sourire.

Type de pépite :

Personne remarquable

Autre type de pépite :

Passer ce week end avec 6 habitants de notre futur Oasis

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe

Autre sujet de pépite :

Rencontre avec Noemie et Blaise ... en 3 mn nous nous sommes souvenus que nous nous étions rencontrés à Bordeaux, pour un week end animé par Dominic Barter sur "les cercles restauratif". Trop cool de se retrouver là !!!s

Concerne :

Habitant d'un oasis

Des humains magnifiques

Description courte de la pépite :

Se retrouver entouré de personnes qui partagent les mêmes valeurs, qui sont actives pour concrétiser un changement dans le monde, et qui sont bienveillantes et pleines d'amour.

En quoi c'est un pépite ? :

En plus de me remplir de joie, cela m'a aidé à m'affirmer et oser afficher qui je suis sans filtre, et sans avoir peur d'être jugé !

Type de pépite :

Personne remarquable

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis

Florian Schmitt, Monsieur Outils Libres de colibris

Description courte de la pépite :

Florian est salarié des colibris, c'est un développeur social. Il concocte, adapte des outils numériques au service de nos collectifs

En quoi c'est un pépite ? :

C'est rare de pouvoir demander à un développeur de trouver / développer des outils au service de nos usages. Et en plus c'est un excellent pédagogue. Son plus gros défaut, il est trop gentil.

**Lien internet :**

<https://www.colibris-outilslibres.org>

Type de pépite :

Personne remarquable

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe, Education

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis, Accompagnateur

LE COQUELICOTS DANS LE CHAMPS DE MAIS

Description courte de la pépite :

Se sentir un coquelicots plutôt qu'une mauvaise herbes, je me suis reconnu dans ton histoire qui m'a touché au cœur Merci Franck

En quoi c'est un pépite ? :

L'amour de soie et la transmission de l'amour aux autres

Type de pépite :

Personne remarquable

Autre type de pépite :

reconnexion à soie par ou avec la nature

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis, Accompagnateur, Élu

Margalida Reus de la Communauté de l'Arche

Description courte de la pépite :

Margalida Reus est née en Espagne où elle a passé son enfance et une partie de sa jeunesse sous la dictature de Franco. À quinze ans, elle rejoint les groupes de jeunes qui s'opposent à la dictature, dans la clandestinité. À l'âge adulte, elle suit des études de philologie hispanique. En 1982, elle rejoint une communauté de l'Arche de Lanza del Vasto.

En quoi c'est un pépite ? :

Margalida incarne et témoigne autour de la notion de "seulitude" Elle apporte des clefs pour travailler à ne pas se sentir seul avec soi-même, mais aussi de l'intérêt de la communauté pour ne pas se sentir seul. Personne rayonnante et inspirante.

**Type de pépite :**

Personne remarquable

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe, Education

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis, Accompagnateur

Rencontre incroyable

Description courte de la pépite :

Nous avons fait une magnifique rencontre avec un couple(Emile et Thibault) en recherche de création d'un lieu durant ce week-end oasis, comme si nous avions retrouvés des frères et soeurs d'âmes d'une autre vie à qui nous avons pleins de choses à raconter et à échanger... bref une rencontre de coeur très puissante.

En quoi c'est un pépite ? :

C'est une pépite car cette rencontre a illuminé notre week-end et nous a rempli d'amour et de gratitude.

Type de pépite :

Personne remarquable

Autre sujet de pépite :

lien au coeur

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis, Accompagnateur, Élu

Retrouvailles inattendues

Description courte de la pépite :

Deux étudiants en BTS se retrouvent au festival dix ans après s'être perdus de vue !

En quoi c'est un pépite ? :

Ces retrouvailles inattendues sont peut-être la naissance d'une oasis, en tous cas le renouveau d'une amitié.

Type de pépite :

Personne remarquable

Autre type de pépite :

Convergence de vision

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis

Une parenthèse de douceur

Description courte de la pépite :

Un bal folk, tous ensemble ; puis une mélodie, aux vibrations invitant à un moment de respiration, deux inconnus, un slow/câlin, pour le plaisir d'être pleinement humain

En quoi c'est un pépite ? :

La magie d'un moment inattendu et suspendu, entre deux êtres, présents à soi et à l'autre.

Type de pépite :

Personne remarquable

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe

Une parenthèse de douceur

Description courte de la pépite :

Un bal folk, tous ensemble ; puis une mélodie, aux vibrations invitant à un moment de respiration, deux inconnus, un slow/câlin, pour le plaisir d'être pleinement humain

En quoi c'est un pépite ? :

La magie d'un moment inattendu et suspendu, entre deux êtres, présents à soi et à l'autre

Type de pépite :

Personne remarquable

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe

rencontre inattendue avec Georges-Igor

Description courte de la pépite :

À midi j'ai vu arriver quelqu'un à table que je n'avais pas vu depuis 4 ans : Georges-Igor

Type de pépite :

Personne remarquable

un regard, des mots, des instants

Description courte de la pépite :

notre chemin peut être clair, centré et juste, nous pouvons être ancré dans notre quotidien avec justesse. parfois le regard, les mots d'une personne nous font tellement de bien. je suis remplie de gratitude de ces instants autour de la danse que nous avons partagés. Il est tellement important de dire aux personnes qu'on aime qu'on les aime et leur partager l'impact qu'ils ont dans nos vies.

En quoi c'est un pépite ? :

le regard et la reconnaissance des personnes qui nous entourent, est aussi une prise de recul nécessaire, et un gros chaudoudoux dans notre quotidien

Lien internet :

<https://www.youtube.com/watch?v=W5eDAne7nI0>

Type de pépite :

Personne remarquable

Autre type de pépite :

bonne pratique

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe

Concerne :

Accompagnateur

Éric danse

Description courte de la pépite :

À 65 ans et après 25 ans de vie commune, Danielle a enfin eu la joie incroyable de voir Éric se lancer à danser pour la première fois au bal folk : valse, mazurka, polka...

Vive le festival, vive les colibris

Type de pépite :

Personne remarquable

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe

émotions

Description courte de la pépite :

repas du samedi soir

En quoi c'est un pépite ? :

belles retrouvailles, belles rencontres, beaux échanges lors du repas du samedi soir, être entouré de personnes qui partagent des convictions similaires et qui aspirent à vouloir vivre en cohérence sans colère,

et curieux de découvrir des lieux c'était très chouettes et émouvants pour moi j'en ai le coeur encore chaud de tous ce week-end riche a tous moments Merci a tous



Type de pépite :

Personne remarquable

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis

Outils et méthodes pour...



Des outils d'animation, des outils numériques, des outils pour...

Besoin d'un apprentissage de vivre en groupe

Description courte de la pépite :

Ces dernières années, il était question de se recentrer sur soi, sur ses besoins avec peu ou pas de considération sur les contraintes que la société nous demande car "il faut d'abord prendre soin de soi". Aujourd'hui, on voit une tendance à vouloir faire en groupe et donc à reconsidérer que l'on peut être soumis à des contraintes pour participer à quelque chose de plus grand que soi.

En quoi c'est un pépite ? :

Cela montre que le mouvement monte en maturité. Nous avons besoin de prendre soin de soi mais aussi des autres. Lors de l'atelier sur "comment ne pas s'épuiser sur la durée", beaucoup d'éléments sur le groupe sont apparus alors qu'ils étaient peu visibles l'année dernière.

Cela revalorise l'engagement, les paroles que l'on emploie dans le "faire".

Type de pépite :

Bonne pratique

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis

C'est mieux quand ça glisse !

Description courte de la pépite :

Gabrielle Paoli, en ouverture du festival Oasis 2019, à propos du fait que les jeux risquaient d'avoir lieu à l'extérieur sous la pluie

Type de pépite :

Bonne pratique

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe

Clôture d'un accélérateur de projet

Description courte de la pépite :

Suite à un accélérateur de projet, la personne qui a fait la demande pleure de tout ce qu'elle a reçu. L'accélérateur de projet consiste à présenter son projet puis à demander au groupe à nous aider à résoudre un problème, à nourrir le projet. Lorsque le groupe amène des réponses, le porteur de projet doit se taire, écouter et recueillir précieusement les bonnes idées. Elle se trouve nourrie par l'intelligence du groupe. ça peut être fort en émotions.

En quoi c'est un pépite ? :

Ça montre l'utilité et la beauté d'un festival comme celui-ci.



Lien internet :

<https://www.metacartes.cc/faire-ensemble/recettes/accelerateur-de-projet/>

Type de pépite :

Bonne pratique

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe

Autre sujet de pépite :

Sur le festival

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis

Comment ne pas s'épuiser dans le projet, la métaphore de la balance

Description courte de la pépite :

On dépense son énergie proportionnellement à ce qu'on reçoit et vice et versa. Il faut chercher cet équilibre.

Par rapport à la métaphore de la balance, l'idée d'être toujours vigilant au ratio énergie reçue / énergie donnée. Si vous êtes dans un groupe qui vous donne beaucoup, vous pourrez beaucoup donner. Si par contre vous ne faites que donner, ça risque de vous épuiser et de ne pas pouvoir continuer longtemps.

En quoi c'est un pépite ? :

Ce principe illustre bien le cercle vertueux de l'oasis.



Type de pépite :

Bonne pratique

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis

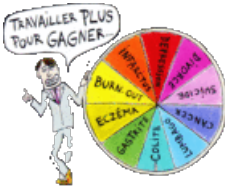
Comment ne pas s'épuiser dans nos groupes

Description courte de la pépite :

Il s'agit des ressources produites durant l'atelier des festivals 2018 et 2019

En quoi c'est un pépite ? :

Plein de bonnes idées pour s'épuiser encore plus mais aussi pour s'en sortir, individuellement et collectivement.



Lien internet :

<https://www.mindmeister.com/fr/1341445950/comment-ne-pas-s-puiser-en-montant-un-projet-oasis>

Type de pépite :

Bonne pratique

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis, Accompagnateur

Communiquer sur mon projet

Description courte de la pépite :

Si je ne sais pas et je n'aime pas faire de la comm', je ne la fais pas, je trouve quelqu'un qui sait faire. Ça n'est pas parce qu'on doit de toute façon communiquer sur son projet, qu'il faut le faire soi-même alors qu'on ne sait pas le faire.

En quoi c'est un pépite ? :

C'est du bon sens mais ça m'a libérée d'un poids : contrairement au reste des choses, la comm', ça n'est pas parce que ça doit être fait que je dois le faire.



Type de pépite :

Bonne pratique

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe

Concerne :

Habitant d'un oasis

Création d'un food-lab

Description courte de la pépite :

A l'image d'un fab-lab, proposer au sein d'une oasis un espace de « co-cuisine » dans l'esprit des tiers-lieux

En quoi c'est un pépite ? :

Je n'en avais pas encore entendu parler et j'y vois un intérêt pour créer du lien social de proximité tout en proposant un modèle économique viable.



Type de pépite :

Bonne pratique

Sujet de la pépite :

Lien au territoire, Education

Concerne :

Habitant d'un oasis

Autre public concerné :

Porteurs de projet, habitants locaux, associations, etc.

Créer des espaces de remerciement

Description courte de la pépite :

Il peut-être chouette de créer un espace / temps de remerciement entre les membres d'un collectif, pour fêter l'investissement de chacun dans le projet, à des échelles et des thématiques différentes. Par exemple organiser une fête à la fin de chaque mois on l'on célèbre le travail fourni par chacun durant le mois écoulé.



Type de pépite :

Bonne pratique

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis

Découverte du bail emphytéotique

Description courte de la pépite :

L'atelier sur l'habitat réversible et l'urbanisme proposé par Hameaux Légers m'a fait découvrir l'existence du bail emphytéotique.

En quoi c'est un pépite ? :

C'est une pépite car c'est une solution potentielle pour une mise à disposition d'un terrain à un collectif, notamment dans le cas d'une indivision



Type de pépite :

Bonne pratique

Sujet de la pépite :

Habitat léger, Juridique

Concerne :

Habitant d'un futur oasis

Eviter l'hyper-spécialisation dans un collectif

Description courte de la pépite :

Afin d'éviter de s'isoler les uns des autres, il est intéressant d'éviter de se spécialiser (le jardinier, le maçon, le secrétaire). Il est nécessaire de se "forcer" à faire tourner les rôles (secrétaire, facilitateur ...), et à participer à plusieurs commissions/groupes de travail.

Type de pépite :

Bonne pratique

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis

Il y a des personnes lierres et des personnes arbres, des coquelicots et des marguerites...

Description courte de la pépite :

C'est important pour fonder une oasis qu'il y ait des arbres solides. On ne peut accueillir du lierre que lorsque la forêt est suffisamment solide. Les lierres peuvent aussi devenir des arbres dans un autre temps ou un autre lieu.

En quoi c'est un pépite ? :

Merci à Gwendavire de l'oasis "Les Âges" pour cette pépite.



Type de pépite :

Bonne pratique

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis

Installer une activité maraîchère au sein d'une oasis

Description courte de la pépite :

L'idée ici est de profiter de la présence d'habitants non agriculteurs installés sur l'oasis pour **faciliter** l'installation puis la durabilité d'un paysan maraîcher en apportant une aide ponctuelle régulière (2h/semaine contre panier, assurer les astreintes en congés, etc). Ces derniers ne sont pas ici des associés au sein d'une société agricole.

En quoi c'est un pépite ? :

On voit finalement peu d'activités agricoles « soutenues » ou facilitées par les habitants dans les montages d'oasis mais plutôt des sociétés agricoles avec plusieurs activités associées. Ça encouragerait les porteurs de projet à s'installer par un engagement à un soutien sur place permanent des habitants.

**Type de pépite :**

Bonne pratique

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe, Agriculture

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis

Autre public concerné :

Porteur de projet agricole

La gestion des tensions au village de Pourgues

Description courte de la pépite :

La manière dont le collectif gère les tensions notamment par l'entraide apportée à la personne qui éprouve les tensions.

En quoi c'est un pépite ? :

Une tension est c'est ce qui est et ce qui pourrait être. Dans le cadre d'une réunion, partir du moment où une personne fait état d'une tension, un groupe d'individus se propose pour contribuer à éliminer cette tension.

**Type de pépite :**

Bonne pratique

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis

La tendresse et le soin

Description courte de la pépite :

C'est en se donnant de la tendresse que l'on peut prendre soin de l'autre. C'est une phrase glanée dans une conversation.

En quoi c'est un pépite ? :

C'est une expression synthétique qui rejoint mon expérience personnelle. Elle décrit le point de départ de sa croissance intérieure.

Type de pépite :

Bonne pratique

Autre sujet de pépite :

Vivre

Concerne :

Habitant d'un oasis

Madeleine de Proust

Description courte de la pépite :

Partage d'un replay du match de rugby France-Tonga à l'orangerie avec Mathieu!

En quoi c'est un pépite ? :

Complètement inattendu!

Type de pépite :

Bonne pratique

Autre type de pépite :

Les belles images métaphotique de Franck NATHIE

Sujet de la pépite :

Agriculture

Autre sujet de pépite :

Magnifique projet porté par l'Oasis des 7 cercles

Concerne :

Habitant d'un oasis

Nos corps = autant d'atouts

Description courte de la pépite :

Notre façon de nous former là, ne sollicite pas seulement notre intellect, nos échanges d'idées, de convictions mais aussi nos corps !

En quoi c'est un pépite ? :

Nous avons sollicité nos corps et nous nous sommes fais confiance.

Alors "faire corps" devient possible...

...et la puissance lumineuse, féconde, joyeuse du collectif est à l'oeuvre.

C'est un atout considérable de notre mouvement.

De fait c'est requis pour être entier, incarné et dans le mouvement.

Bravo aux facilitateurs Laurent et Lydia pour l'atelier dans la grande tente, sur l'expérience corporelle autour du collectif et de la gouvernance partagée.

J'ai compris par mon corps, comme dans un banc de poisson, que la gouvernance partagée est possible. Le leadership tournant est une superbe possibilité.

(et plus résilient que le leadership pyramidal qui peut être laissé aux structures du passé)

**Type de pépite :**

Bonne pratique

Autre type de pépite :

cultivons nos atouts bien spécifiques

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis, Accompagnateur, Élu

On est vraiment prêt à travailler quand on a bien joué avant

Description courte de la pépite :

Jouer nous implique émotionnellement, physiquement, dans l'espace. Cela met les deux hémisphères cérébraux en synergie et on a un accès clair à toutes nos ressources : centrage, écoute, réflexion, maîtrise douce de soi.

En quoi c'est un pépite ? :

Ça sert vraiment un collectif et de manière joyeuse

**Type de pépite :**

Bonne pratique

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis, Accompagnateur

Place des nouveaux par rapport aux anciens

Description courte de la pépite :

"Les nouveaux marchent dans les pas des anciens mais les anciens acceptent que les choses changent"
- phrase inscrite sur un mur de l'Arche de St Antoine

En quoi c'est un pépite ? :

Faire entrer des nouveaux dans un projet peut provoquer des chamboulements : ils ont plein d'idées, plein d'énergie. Cette phrase offre aux nouveaux la possibilité de remettre certaines choses en cause, mais pas sans avoir pris le temps de découvrir et d'apprécier ce que les anciens ont créé avant eux.

Type de pépite :

Bonne pratique

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis

Prendre du temps quand on n'a pas le temps

Description courte de la pépite :

Dans une phase très active, très chargée (chantier par exemple), il est indispensable de s'accorder des temps de parole et d'échanges, hors des plénières très opérationnelles. Ceci afin de traiter les tensions qui peuvent s'accumuler et rester sous-jacente dans ces périodes d'activités frénétiques (et notamment les différences d'investissements en énergie et en temps).

En quoi c'est un pépite ? :

Parce que quand on a la tête dans le guidon, on peut avoir du mal à voir qu'on a besoin de ces moments de respiration et d'échanges.

**Type de pépite :**

Bonne pratique

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis

Qu'est-ce qu'être responsable ?

Description courte de la pépite :

définition habituelle : répondre de quelque chose

dans un groupe : répondre au groupe de quelque chose qu'on doit faire

Partage de Joseph de l'Arche de Saint Antoine

En quoi c'est un pépite ? :

- Obéir (mettre en ?uvre notre responsabilité)
 - Écouter le groupe, l'environnement (récupérer les éléments nécessaires)
 - Faire un choix
 - Agir
- Recevoir les reproches (c'est difficile)
 - Organiser l'expression et la réception des reproche
 - Préciser les raisons des choix
 - Reconnaître ses erreurs et éventuellement les corriger

Type de pépite :

Bonne pratique

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis, Élu

Quand tu es une fleur fanée, c'est peut-être que tu n'es pas dans ton biotope

Description courte de la pépite :

Les plantes vivent dans un écosystème qui correspondent à leurs besoin, ce n'est pas cohérent de vouloir faire pousser de l'ail des ours dans un milieu aride.

Comme les plantes nous avons des besoins et il est important de les respecter en trouvant un endroit où s'épanouir, et ne pas insister si on sent que ce n'est pas le bon

**Type de pépite :**

Bonne pratique

Autre sujet de pépite :

développement personnel

Autre public concerné :

tout le monde

Rétrospective au sein d'un groupe

Description courte de la pépite :

4 questions à se poser (Dixit Laurent Marsault) :

- Qu'est qu'on a dit qu'on ferait?
- Qu'est qu'on a fait réellement?
- pourquoi ça s'est passé comme ça?
- et si c'était à refaire?

En quoi c'est un pépite ? :

Une technique efficace pour jeter un regard dans le rétroviseur et ne pas reproduire les erreurs.

Type de pépite :

Bonne pratique

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis

Rétrospective. Et si c'était à refaire ?

Description courte de la pépite :

Méthodologie pour faire une rétrospective sur un projet (ou une étape)

Reflecher sur 4 étapes

1. Ce que l'on voulait faire
2. Ce qui a été réellement fait
3. Ce qui n'a pas marché
4. Et si c'était à refaire ?

En quoi c'est un pépite ? :

Aide précieuse pour remettre en cause les projets en cours d'avancement

Type de pépite :

Bonne pratique

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis, Accompagnateur

Travailler sur soi

Description courte de la pépite :

Lors d'un accélérateur de projet quelqu'un a dit "Je suis la seule personne qui peut décider de travailler sur moi"

En quoi c'est un pépite ? :

Certains groupes demandent aux nouveaux entrants de faire une démarche de développement personnel hors c'est intrusif et parfois mal vécu des postulants. Je pense que le cheminement personnel est essentiel pour bien vivre en collectif, mais effectivement cela ne peut pas se demander. Par ailleurs chacun a son propre chemin personnel, et pas forcément en faisant des formations ou des stages.

Type de pépite :

Bonne pratique

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe

Autre sujet de pépite :

Développement personnel

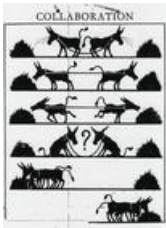
Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis

Travaillez vos divergences

Description courte de la pépite :

dans un collectif , le plus important est de se mettre d'accord sur les impondérables de chacun (ce qui n'est pas négociable), à partir de ce moment on peut voir s'il est possible de faire un projet ensemble

**Type de pépite :**

Bonne pratique

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis

anges gardiens

Description courte de la pépite :

quelques personnes avaient pour mission de prendre soin des esseulés

En quoi c'est un pépite ? :

cette initiative a permis des rencontres improbables, l'ange gardien allant vers des personnes isolées et peu communicatives, leur ouvrant ainsi une brèche pour davantage de convivialité

Type de pépite :

Bonne pratique

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe

Concerne :

Habitant d'un futur oasis

le silence

Description courte de la pépite :

les mains levées pour faire silence ainsi que le temps de silence en clôture du festival: silence pour mieux écouter (et c'est possible de faire taire 300 personnes...) et silence -recueillement.

En quoi c'est un pépite ? :

un fameux challenge ...qui inscrit au centre même du foisonnement de vie ...ce qui la fonde, nous relie

Type de pépite :

Bonne pratique

Autre sujet de pépite :

aller à l'essentiel et l'expérimenter

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis, Accompagnateur

les anges gardiens

Description courte de la pépite :

On m'avait demandé d'être 'ange gardien' dans le cadre du festival: repérer et veiller sur des personnes seules, faire le lien, inclure...

En quoi c'est un pépite ? :

l'expérience était belle en rencontres...et en plus, la mission confiée m'a provoquée en 'attention aux autres' et de ce que nous sommes chacun et chacune invité 'en oasis', "aller vers"!

Type de pépite :

Bonne pratique

Autre sujet de pépite :

vivre ensemble

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis, Accompagnateur

les danses trad

Description courte de la pépite :

Cirque circassien, schotish etc..

En quoi c'est un pépite ? :

Un gros moment de communion, jamais vu autant de sourires !!

Type de pépite :

Bonne pratique

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe

Concerne :

Habitant d'un oasis, Accompagnateur

nous = frères et soeurs :

Description courte de la pépite :

se reconnaître non pas comme des compétiteurs
mais comme des frères et soeurs,

En quoi c'est un pépite ? :

alors nous partageons
alors il y en a pour chacun
alors nous sommes heureux



Type de pépite :

Bonne pratique

Autre type de pépite :

Etat d'esprit, état de coeur, ..

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe, Education

Autre sujet de pépite :

ensemble, bien résilient

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis, Accompagnateur, Élu

Autre public concerné :

tous

procédure de sortie/exclusion

Description courte de la pépite :

chaque personne écrit comment elle aimerait que ça se passe pour elle si elle voulait partir ou si on devait l'exclure...

En quoi c'est un pépite ? :

c'est juste génial de prendre en compte la diversité des situations dès le départ et d'ensuite réfléchir en groupe quoi en faire...

Type de pépite :

Bonne pratique

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe, Juridique, Financier

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis

Trucs et astuces, bonnes pratiques



tout est dans le titre

Couch'libris

Description courte de la pépite :

Inscrivons-nous tous sur Couch'libris pour proposer des escales solidaires aux actrices et acteurs de la transition

En quoi c'est un pépite ? :

Pour que nos déplacements soient l'occasion de renforcer le réseau



Lien internet :

<https://colibris-wiki.org/couchlibris/>

Type de pépite :

Ressource

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe, Lien au territoire

Autre sujet de pépite :

Réseau

Concerne :

Habitant d'un oasis

J'ai eu BEAUCOUP de pistes pendant ce festival !

Description courte de la pépite :

Lors de la présentation d'une oasis, le porteur de projet souligne que le festival a été l'occasion pour lui de collecter un grand nombre de pistes pour son projet d'école alternative pour des familles à loyers modestes.

En quoi c'est un pépite ? :

C'est la force du festival !!

Type de pépite :

Ressource

Sujet de la pépite :

Education

Concerne :

Habitant d'un oasis

Autre public concerné :

Tous les participants du festival !

Jouer pour apprendre à grandir

Description courte de la pépite :

Durant la matinée des ateliers jeux, Pascal nous a ramené au corps pour grandir en nous. Reprendre confiance, retrouver la chaleur du jeu à plusieurs, contempler la beauté de la force du groupe. Des pépites que Pascal nous a transmis en douceur et par le jeu.

En quoi c'est un pépite ? :

C'est une pépite car c'est un beau cadeau que l'on pourra offrir à notre tour à nos enfants et aux plus grands.

Lien internet :

<https://pascaldery.com/>

Type de pépite :

Ressource

Autre sujet de pépite :

Dansons autrement, belle rencontre avec Ludo des choux lents !

Concerne :

Habitant d'un oasis

Outils numériques libres pour collaborer

Description courte de la pépite :

Les colibris proposent toute une série d'outils numériques pour que les groupes puissent collaborer, coopérer, travailler ensemble. de quoi co-écrire, de quoi choisir et hiérarchiser, de quoi suivre l'avancé d'un chantier de quoi réaliser la "gare centrale" de votre groupe...

En quoi c'est un pépite ? :

il s'agit d'outils simples, beaux et fonctionnels

**Lien internet :**

<https://colibris-outilslibres.org/>

Type de pépite :

Ressource

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe, Education

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis, Accompagnateur, Élu

Présentation Finance solidaire Oasis 2019

Description courte de la pépite :

Présentation issue de l'atelier Finance solidaire Oasis 2019

En quoi c'est un pépite ? :

Ce document contient des liens a la fin vers un annuaire de toutes les structures de la finance solidaire

Télécharger le fichier :

[PresentationFinanceSolidaireOasis2019_pj_finance-solidaire-oasis-20191006.ppt](#)

Type de pépite :

Ressource

Sujet de la pépite :

Juridique, Financier

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis, Accompagnateur

Présentation outils de communication

Description courte de la pépite :

un document qui vous donne des outils pratiques pour communiquer sur vos projets (vidéo, photo, site internet, réseaux sociaux...) par Edouard Marchal des Colibris

En quoi c'est un pépite ? :

belle synthèse des outils du moment.

en cas de besoin contacter Edouard edouard@colibris-lemouvement.org



Télécharger le fichier :

[PresentationOutilsDeCommunication_pj_prez-com-festival-oasis.pdf](#)

Type de pépite :

Ressource

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe, Education

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis, Accompagnateur

les films documentaires pour forger nos consciences

Description courte de la pépite :

Les films documentaires de la boutique Colibris

En quoi c'est un pépite ? :

Les films documentaires sont aujourd'hui nombreux et exposent les enjeux sur quasi tous les sujets de transition.

J'en ai découvert que je ne connaissais pas encore !

Autant de nouvelle occasion de me former.

Deux sites web
une belle sélection :

plus de 35 sujets sur
<https://www.colibris-laboutique.org/14-cddvd>
Merci à Nicolas d'avoir tenu le coin boutique.

plus de 140 sujets
<https://www.nosmeilleurescourses.com/fr/692683-dvd>
avec même un bon de réduction "oasis" prévu

Plus je sais,
plus je suis conscient,
plus je suis déterminé
plus je peux contribuer.

Lien internet :

<https://www.nosmeilleurescourses.com/fr/692683-dvd>

Type de pépite :

Ressource

Autre type de pépite :

au fil des jours se former,

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe, Education

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis, Accompagnateur, Élu

rencontre marquante

Description courte de la pépite :

rencontre marquante avec Joseph et Magdalida, de l'Arche de St Antoine, où nous avons partagé nos expériences d'Habitat/groupé/ participatif, et où une démarche de pardon peut être nécessaire quand on a vécu des blessures, des séparations.

En quoi c'est un pépite ? :

c'est une pépite parce qu'elle va nourrir ma vie dans l'Habitat Groupé de la Grande Maison. Marc

Type de pépite :

Ressource

Autre type de pépite :

xxxxx

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe

Ressources partagées



Un site web, un bouquin, une référence...

Cercle samoan

Description courte de la pépite :

Deux cercles pour débattre, avec la parole au centre, une chaise vide disponible aux participants pour entrer dans le débat.

En quoi c'est un pépite ? :

Format participatif avec excellente qualité d'écoute.



Lien internet :

<https://www.metacartes.cc/faire-ensemble/recettes/cercle-samoan/>

Type de pépite :

Outil / méthode

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe, Education

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis, Accompagnateur, Élu

Il faut accepter de souffrir

Description courte de la pépite :

Lors d'une exclusion l'expérience montre qu'il faut accepter la souffrance, les deux parties doivent se faire accompagner autant les excluants que l'exclu

En quoi c'est un pépite ? :

parce que tout le monde essaye d'éviter la souffrance



Type de pépite :

Outil / méthode

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe

Concerne :

Habitant d'un oasis

Prendre soin

Description courte de la pépite :

Comment se sentir bien dans un festival de 350 personnes?

En quoi c'est un pépite ? :

Une organisation impeccable, un accueil chaleureux, des techniques d'animation bien choisies, des ateliers en plus petits groupes pour favoriser l'émergence de la réflexion dans un cadre bienveillant. On se sent entouré de bonnes personnes à l'écoute, empathiques, dans un lien sincère... Un bel exemple de "prendre soin de chacun, c'est favoriser les relations dans un groupe". Pas seulement avec les mots mais par les actions, les émotions vécues qui seules peuvent faire changer quelqu'un en profondeur (théorie de l'engagement?). Ces émotions fortes et positives m'ont tiré plus d'une larme dans ce weekend. Merci!



Type de pépite :

Outil / méthode

Rencontre avec la 7e génération

Description courte de la pépite :

J'ai vécu un atelier très fort pour accueillir nos émotions face à l'effondrement : gratitude, deuil, etc. L'atelier s'inspire de ce que Joanna Macy propose dans son livre Active Hope sur le Travail qui relie. Nous avons fait un voyage hors du temps pour rencontrer la 7e génération après nous. Un dialogue s'est instauré entre les participants qui représentaient les ancêtres (nous) et la 7e génération (nos descendants). Grâce à des questions posées de part et d'autres nous avons pu toucher à l'importance de nos actes d'aujourd'hui pour demain et puiser dans le soutien et les encouragements de nos descendants en se mettant à leur place.

En quoi c'est un pépite ? :

Un exercice très puissant émotionnellement, qui permet de poser sa colère, son désespoir, puis de se nourrir des encouragements et de la gratitude.

Type de pépite :

Outil / méthode

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe, Education

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis, Accompagnateur

le cadeau d'être soi-même et du duo masculin-féminin

Description courte de la pépite :

Merci Gabrielle et Mathieu d'avoir accepté d'être vous-même dans vos manières de présenter, et de le faire en duo avec chacun vos composantes féminines et masculines.

En quoi c'est un pépite ? :

C'était plein de relief, de vie, de complicité, de joie.

Par exemple lorsque vous avez parlé de Couch'libris, très complémentirement

Vive la spontanéité et l'audace.

Les alchimies et la grâce agissent dans le présent et dès la confiance.

**Type de pépite :**

Outil / méthode

Autre type de pépite :

cadeau à soi-même et pour les autres

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis, Accompagnateur, Élu

Être clair avec la définition du projet

Description courte de la pépite :

C'est comme si une oasis était un grand jeu avec ces règles du jeu, même si elles sont évolutives. Notre Oasis c'est par exemple le jeu de l'Oie, si tu viens dans notre oasis tu joues au jeu de l'Oie. Sinon c'est super si toi tu veux jouer aux échecs ou au mikado, mais c'est un autre jeu, une autre oasis.

Merci à Gwendavire de l'oasis "Les Âges" pour cette pépite.

**Type de pépite :**

Outil / méthode

Sujet de la pépite :

Dynamique de groupe

Concerne :

Habitant d'un futur oasis, Habitant d'un oasis

Jeux collaboratifs



Parce que jouer c'est aussi bon pour les groupes, des ressources partagées par les compagnons oasis

ASCENCEUR

Objectif(s) du jeu :

Faire connaissance, Dynamiser / Eveiller / Réveiller / Bouger, Développer l'esprit de collaboration



Durée :

2 minutes

Nombre de participants :

2, entre 3 et 5, entre 6 et 10, entre 11 et 20, entre 21 et 50, > à 50

Matériel / surface nécessaire :

- Quadiceps
- Abdos

Descriptif du jeu :

Dos à dos, deux participants se croisent les bras et descendent jusqu'au sol.

Ils doivent parvenir à remonter droit sur leurs jambes, tout simplement!

Jeu excellent pour apprécier les capacités de gainage!!!

Variante : Vous pouvez faire de même en partant avec un groupe d'individus que vous placez en cercle, assis par terre, les bras croisés. Ils devront trouver la manière de faire monter leur structure humaine debout



Auteur de la fiche :

Jean-marie

BASKETBOTTE

Objectif(s) du jeu :

Dynamiser / Eveiller / Réveiller / Bouger, Travailler sur la conscience / Créer du nous



Durée :

30 - 40min

Nombre de participants :

entre 11 et 20, entre 21 et 50, > à 50

Matériel / surface nécessaire :

- De la rubalise pour marquer la ligne de jeu
- X poubelles pour les X équipes
- X x3 bottes

Descriptif du jeu :

Préparation : Marquer une ligne sur le sol avec de la ficelle ou de la rubalise. Pour chaque équipe, prévoir 3 bottes et une poubelle. Les poubelles sont disposées à 5 - 7 mètres de la ligne de jeu.

Mise en place : Chaque équipe fait une ligne avec ses coéquipiers - La première personne se place derrière la ligne et essaye de lancer une botte dans la poubelle. Chaque personne à droit à 3 essais. L'équipe qui à réussi à faire rentrer le plus de bottes dans les poubelles gagne.

Nota : Pour corser la chose, choisir des bottes de différentes tailles et poids



Auteur de la fiche :

Jean-marie

Banquise

Objectif(s) du jeu :

Travailler sur la conscience / Créer du nous, Développer l'esprit de collaboration



Durée :

30 - 60 minutes

Nombre de participants :

entre 6 et 10, entre 11 et 20, entre 21 et 50, > à 50

Matériel / surface nécessaire :

Drap ou couverture

Descriptif du jeu :

L'équipe démarre avec une énorme banquise (drap dans sa longueur et largeur maximum) sur laquelle l'ensemble des pingouins/manchots empereurs vont se positionner.

La **consigne** est la suivante : **retourner la banquise "recto-verso" sans qu'aucun des pingouins/manchots empereurs ne tombe dans la mer.**

Solution possible : il faut qu'un joueur proche de l'un des coins du draps retourne le coin de façon à pouvoir poser un de ses pieds, puis l'autre, sur ce coin retourné. Petit à petit la zone retournée s'agrandit et permet aux autres joueurs d'y poser leurs pieds. L'animateur ne donne pas la solution mais laisse le groupe trouver sa propre solution.

Une fois que le groupe a réussi à réaliser l'exercice, l'animateur **réduit la banquise** du **1/4** ou du **1/3** voir de la **moitié de sa surface** en fonction du temps imparti et du niveau du groupe.

L'exercice peut être répété plusieurs fois avec une banquise qui s'amenuise de plus en plus. La **consigne** reste toujours la même : **retourner ladite banquise sans perdre aucun des participants.**

Le jeu peut être pimenté par une contrainte de temps et un délai imparti à respecter qui pourra être amené par un **"Timer"** ou une **musique** qui s'arrête.

Ne pas hésiter à prendre un temps à la fin de l'exercice pour que les participants s'expriment sur leur ressenti -

Auteur de la fiche :

Jean-marie

Bâton d'Hélium

Objectif(s) du jeu :

Faire connaissance, Dynamiser / Eveiller / Réveiller / Bouger, Travailler sur la conscience / Créer du nous, Développer l'esprit de collaboration



Durée :

15 - 20min

Nombre de participants :

entre 3 et 5, entre 6 et 10

Matériel / surface nécessaire :

Une feuille de paperboard roulée et scotchée (en long) ...
ou un grand bâton / bambou

Descriptif du jeu :

Roulez un long pan de paperboard pour en faire un **rouleau long et léger**.

Demandez ensuite aux participants de **soutenir collectivement le tube** en utilisant **uniquement 1 point de contact chacun, sur 1 index**. Si l'entreprise est trop compliquée, permettez aux joueurs d'utiliser leur deux index.

L'objectif est alors de **poser le tube au sol**, tout en conservant ces mêmes points de contact (qui peuvent être l'un en face de l'autre).

Ne vous fiez pas à l'apparente simplicité de l'exercice. Le tube a tendance à monter et il faut énormément de synchronisation pour réussir à le poser au sol.

Cet icebreaker en dit long sur le syndrome du "c'est pas moi, c'est l'autre".

Auteur de la fiche :

Jean-marie

CERCLE PORTANT

Objectif(s) du jeu :

Travailler sur la conscience / Créer du nous, Développer l'esprit de collaboration, Ouverture / Fermeture

**Durée :**

1 minute

Nombre de participants :

entre 3 et 5, entre 6 et 10, entre 11 et 20, entre 21 et 50, > à 50

Matériel / surface nécessaire :

- A l'intérieur ou à l'extérieur

Descriptif du jeu :

Les personnes se mettent en cercle.

Les personnes **se tiennent par la main , se regardent.**

Puis les personnes lachent les mains, et **vont chercher devant eux** les mains des personnes à coté (à 1 personne d'eux) -

Puis les personnes **lèvent** les mains et une des rangées de personne **passe devant** l'autre (sous les mains des autres personnes) -

Les personnes peuvent se laisser aller vers l'arrière : **la structure ainsi créé est auto-portante.**

Auteur de la fiche :

Jean-marie

CHAISES MYSTERIEUSES

Objectif(s) du jeu :

Travailler sur la conscience / Créer du nous, S'exprimer, Développer l'esprit de collaboration

**Durée :**

15 minutes

Nombre de participants :

entre 3 et 5, entre 6 et 10, entre 11 et 20

Lieu où l'on peut jouer :

Intérieur, Extérieur

Matériel / surface nécessaire :

4 chaises

Descriptif du jeu :

Avant de commencer le jeu, l'organisateur dispose quatre chaises de manière anarchique dans l'espace. Le groupe est ensuite séparé en trois équipes de quatre personnes (la taille et le nombre des équipes pourra varier).

Chaque équipe choisit un cri de guerre et un nom. Disons l'équipe A, B et C.

L'organisateur confie à chaque équipe de manière secrète une mission, dont les autres équipes ne sont pas informées. Il indique à chaque équipe que pour gagner elle aura 1 minute pour remplir sa mission, au bout d'une minute on arrête tout et on constate.

Pour l'équipe A : sa mission sera de rester assis à tous prix sur les chaises.

Pour l'équipe B : sa mission sera que les chaises soient à l'intérieur.

Pour l'équipe C : sa mission sera que les chaises soient disposées de manière à ce qu'aucun dossier ne se regarde.

L'organisateur donne le top départ de la minute. Il arrête le jeu au bout d'une minute, et on fait le constat tout ensemble si les missions ont été un succès ou pas.

Il sera intéressant d'observer l'esprit compétitif ou non des équipes, dont les missions sont compatibles.

Il sera possible d'augmenter le nombre d'équipes et le nombre de missions, en gardant des missions qui soient compatibles entre elles.

Auteur de la fiche :

Léa Bourgès

CLEF GLACEE

Objectif(s) du jeu :

Dynamiser / Eveiller / Réveiller / Bouger, Travailler sur la conscience / Créer du nous, Développer l'esprit de collaboration



Durée :

30 minutes

Nombre de participants :

entre 21 et 50, > à 50

Lieu où l'on peut jouer :

Extérieur

Matériel / surface nécessaire :

- Bac à glace rempli de glaçons
- X clefs (x étant le nombre d'équipes)
- 20 mètres de ficelle pour chaque équipe
- Y chaises (Y étant le nombre de participants par équipe)

Descriptif du jeu :

Préparation :

Pour X équipes, prévoir X clefs que l'on dépose dans un verre d'eau de cuisine et que l'on fait **geler** au congélateur. Détacher les clefs des verres d'eau et disposer l'ensemble dans un bac à glace pour le transporter sur le site. **Accrocher une ficelle de 20 mètres à chaque clef.**

Mise en place :

Chaque équipe fait une ligne avec tous ses coéquipiers - La première personne fait passer la **clef gelée** dans son **teeshirt** puis dans son **pantalon**, le **long de sa jambe** pour arriver au niveau des chevilles.

La clef gelée est alors passée à la personne suivante qui doit faire de même. L'action est répétée jusqu'à

au dernier participant.

La première équipe ayant réalisé la "chaîne gelée" a gagné!

Auteur de la fiche :

Jean-marie

Chaise Humaine

Objectif(s) du jeu :

Dynamiser / Eveiller / Réveiller / Bouger, Développer l'esprit de collaboration



Durée :

10 - 15 minutes

Nombre de participants :

entre 6 et 10, entre 11 et 20, entre 21 et 50, > à 50

Matériel / surface nécessaire :

Sifflet / bol tibétain / Cloche / Appareil donnant un signal

Descriptif du jeu :

Les participants sont en cercle et se rapprochent jusqu'à être épaule contre épaule.

Les participants prennent le temps de ressentir le "container" ainsi formé et la solidité du groupe en regardant dans les yeux les membres du cercle.

L'animateur demande aux participants d'effectuer un **quart de tour vers la droite**, puis un **petit pas vers l'intérieur du cercle**. L'ensemble du groupe forme un cercle constitué de personnes disposées en file indienne.

L'animateur explique la prochaine étape : **au signal sonore**, l'ensemble des participants devront, avec foi et confiance, **s'asseoir sur les genoux** de la personne positionnée derrière eux. =)

L'animateur laisse le groupe apprécier pendant quelques dizaines de secondes le joli ensemble ainsi formé.

L'animateur propose ensuite, toujours **au signal** qu'il donnera, de **lever tous ensemble la jambe extérieure au cercle** - même exercice avec la jambe intérieure au cercle.

Enfin, l'animateur propose au groupe d'**essayer de marcher en avant**. L'animateur peut aider la coordination du groupe en ponctuant son signal d'un "jambe droite", "jambe gauche", ...
Si le groupe est à l'aise, le rythme donné par l'animateur peut s'accélérer quelque peu.

Pour sortir de cette position, les participants stabilisent leur appui puis au signal, se lèvent tous en même temps.

Auteur de la fiche :

Jean-marie

ClacFeu

Objectif(s) du jeu :

Dynamiser / Eveiller / Réveiller / Bouger, Ouverture / Fermeture



Durée :

1 min

Nombre de participants :

2, entre 3 et 5, entre 6 et 10, entre 11 et 20, entre 21 et 50, > à 50

Matériel / surface nécessaire :

Néant

Descriptif du jeu :

Le groupe se place en cercle.

L'animateur initie un **frottement de main**.

Chacun imite l'initiateur du jeu et cherche le regard de l'ensemble des participants au cercle.

Quand tous les participants se frottent les mains, l'animateur **compte "1, 2, 3"** dans la langue de son choix, et **claque des mains** (l'objectif étant un claquement simultané de l'ensemble du groupe).

Auteur de la fiche :

Jean-marie

Constellation

Objectif(s) du jeu :

Faire connaissance



Durée :

15 - 20min

Nombre de participants :

entre 11 et 20, entre 21 et 50, > à 50

Matériel / surface nécessaire :

Aucun

Descriptif du jeu :

Poser une série de questions à l'auditoire.

Chaque participant doit y **répondre en se positionnant physiquement** à une certaine **distance du centre** du cercle.

Vous pouvez faire le même exercice en vous positionnant par rapport à un mur.

Par exemple, si vous posez la question : **Vous aimez le chocolat ?**

- Les personnes positionnées au centre seront des inconditionnels du chocolat.
- Les personnes qui seront toujours positionnées sur le cercle initial seront celles qui détestent le chocolat.

Type de questions possibles :

- **origine géographique : distances par rapport au lieu où l'on se trouve...**
- **goûts**
- **expériences passées**
- **affirmations que l'on trouve plus ou moins vraies**

Auteur de la fiche :

Jean-marie

Cornflake Box

Objectif(s) du jeu :

Dynamiser / Eveiller / Réveiller / Bouger



Durée :

15 minutes

Nombre de participants :

entre 3 et 5, entre 6 et 10, entre 11 et 20, entre 21 et 50, > à 50

Lieu où l'on peut jouer :

Intérieur, Extérieur

Matériel / surface nécessaire :

- Boite de céréale en carton

Descriptif du jeu :

Chaque équipe choisi son champion. **Le but du jeu est de ramasser la boîte de Cornflake avec les dents.**

Plusieurs règles viennent complexifier l'exercice :

- **Interdit d'utiliser les mains** ou une autre partie du corps pour le ramassage. Seul la bouche doit arriver à atteindre et soulever la boîte,
- **Interdit de toucher le sol avec autre chose que les pieds** (pas de genoux à terre, ni de coudes, mains ou autre à terre,

Les champions de chaque équipe passe à tour de role l'épreuve -

A chaque tour réussi, **l'animateur diminue la hauteur de la boîte**. Le dernier champion à ne pas être éliminé fait gagner son équipe.

Auteur de la fiche :

Jean-marie

Danser Sur Du Papier

Objectif(s) du jeu :

Dynamiser / Eveiller / Réveiller / Bouger, Développer l'esprit de collaboration



Durée :

15 minutes

Nombre de participants :

entre 6 et 10, entre 11 et 20, entre 21 et 50, > à 50

Matériel / surface nécessaire :

- Journaux (déjà lus) ou pièces de tissus de tailles identiques
- Musique
- Nombre de participants pair

Descriptif du jeu :

Les facilitateurs préparent des morceaux égaux de papier journal ou de tissu.

Les participants se mettent **deux par deux**. Chaque couple de participants reçoit un morceau de papier journal ou de tissu. Ils dansent pendant que le facilitateur joue de la musique ou tape des mains. Lorsque la musique ou le facilitateur s'arrêtent, **chaque couple se met debout sur son morceau de papier journal** ou de tissu.

Le facilitateur remet la musique ou se remet à taper des mains. Lorsque la musique ou le facilitateur s'arrête, les couples doivent **plier leur morceau de papier journal ou de tissu en deux** avant de se mettre debout dessus.

Après plusieurs tours, le morceau de papier journal ou de tissu devient très petit à force d'avoir été plié et replié. Et il devient de plus en plus difficile pour les couples de se mettre debout dessus. Les couples de participants dont une partie du corps touche le sol sont éliminés.

Le jeu continu jusqu'à ce qu'**un couple reste seul en jeu**.

Auteur de la fiche :

Jean-marie

Dobble à 100

Objectif(s) du jeu :

Dynamiser / Eveiller / Réveiller / Bouger

**Durée :**

15 minutes

Nombre de participants :

entre 6 et 10, entre 11 et 20, entre 21 et 50, > à 50

Lieu où l'on peut jouer :

Intérieur, Extérieur

Matériel / surface nécessaire :

- 1 ou 2 jeux de Dobbles (fonction du nombre de participants)

Descriptif du jeu :

Il est nécessaire de disposer de deux jeux. **Chaque joueur reçoit une carte de Dobble.** Au signal, tous étant debout, chacun va **à la rencontre d'un autre joueur** et ils se présentent mutuellement leur carte.

Le premier qui **trouve le motif semblable** sur les deux cartes... gagne et donne sa carte au perdant. Les gagnants quittent le jeu et se mettent sur le côté. **Seuls les perdants restent en jeu.** Un perdant part toujours à la recherche d'un autre perdant.

Quand ils se rencontrent, comme dans la règle de base, ils se présentent une carte - **celle qui est tout en bas du "paquet"** qu'ils tiennent en main.

Celui qui perd reçoit **TOUTES les cartes de l'autre.** De cette manière, un joueur finira par tenir en main toutes les cartes des participants... et ce serait bien de l'applaudir !

Note : Dès qu'on joue avec plus de 55 joueurs, il est nécessaire de mettre en jeu une seconde boîte de Dobble. Il peut donc arriver que deux joueurs se présentent exactement les mêmes cartes. Dans ce cas, c'est le premier qui crie "identique" qui l'emporte.

**Auteur de la fiche :**

Jean-marie

Dragon du Plessis

Objectif(s) du jeu :

Dynamiser / Eveiller / Réveiller / Bouger, Travailler sur la conscience / Créer du nous

**Durée :**

30 - 40min

Nombre de participants :

entre 21 et 50, > à 50

Lieu où l'on peut jouer :

Extérieur

Matériel / surface nécessaire :

- Un terrain de foot ou un espace rectangulaire délimité sur les cotés

Descriptif du jeu :

L'ensemble des participants est placé derrière une largeur du terrain - Ils représentent des dragons voulant s'envoler d'un coté à l'autre de leur territoire. Leur but sera donc de **traverser le dit terrain** jusqu'à franchir la ligne opposée. Seulement voilà, des chasseurs de dragons ont été aperçus dans les parages.

L'animateur choisi entre **3 et 5 personnes** costaudes pour être les premiers chasseurs de dragons.

Au "Top" de l'animateur, les dragons se lancent dans leur traversée. Les chasseurs de dragons doivent quant à eux **capturer le maximum des dragons** soit en combinant leurs forces, soit en partant en solo. Pour **capturer un dragon**, il faut en effet le **soulever du sol**, empêcher tout contact avec ce dernier et avoir encore du souffle pour **lancer "Dragon du Plessis, un, deux, trois!!"**.

Le **dragon se démène** et essaie à tout prix de **ramener une partie de son corps au sol**. Un pied ou une main au sol et le chasseur ne pourra l'attraper!

Si le chasseur est parvenu à ces fins, le dragon devient chasseur et lors de la nouvelle traversée des dragons, il aidera ces derniers à attraper les autres bêtes légendaires.

Le jeu se termine lorsque tous les dragons ont été attrapés.

Nota 1 : Lorsque le nombre de chasseurs de dragons devient important, les premiers 3 - 5 chasseurs d'origine ont le droit de passer dans le camp dragon.

Nota 2 : Un cadre de **bienveillance** et de **sécurité** est absolument nécessaire pour que le jeu ne soit pas entraîné dans la " violence " des fonceurs. L'animateur rappelle clairement que **le jeu se joue sur l'adresse et la bienveillance**. Dès que quelqu'un se fait mal ou fait mal, il éteint le jeu et le fait dériver vers une activité qu'on regrette. **Chacun est donc invité à s'engager à jouer avec une certaine douceur... et à mesurer son audace en l'adaptant à ceux qui tentent de le capturer.** Un

message spécialement adressé aux hommes. Vécu de cette manière-là, le jeu est empreint de beauté et de tendresse.



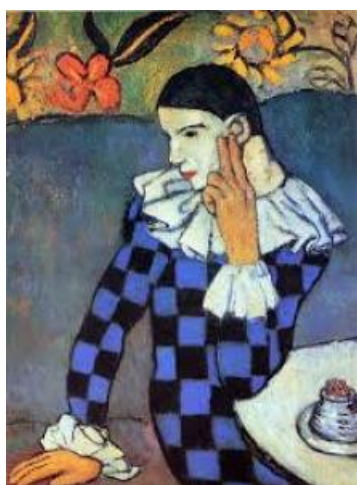
Auteur de la fiche :

Jean-marie

Energiseur Un à Neuf

Objectif(s) du jeu :

Dynamiser / Eveiller / Réveiller / Bouger



Durée :

2 min

Nombre de participants :

2, entre 3 et 5, entre 6 et 10, entre 11 et 20, entre 21 et 50, > à 50

Matériel / surface nécessaire :

- Espace dégagé

Descriptif du jeu :

Choisir un espace un peu dégagé. Demander aux participants de se placer en cercle en laissant un peu de distance entre chacun.

L'animateur, positionné comme les autres participants dans le cercle, lance le mouvement qui est alors suivi par tous.

Il énonce "un" et en même temps remue énergétiquement sa main droite vers le ciel, puis "un" et remue énergétiquement sa main gauche vers le ciel, puis "un" et remue énergétiquement son pied droit vers l'avant, puis "un" et remue énergétiquement son pied gauche vers l'avant,

Il continue avec **"deux"** en remuant énergétiquement **deux** fois sa main droite vers le ciel, puis **"deux"** en remuant énergétiquement **deux** fois sa main gauche vers le ciel, puis **"deux"** en remuant énergétiquement **deux** fois son pied droit vers l'avant, puis **"deux"** en remuant énergétiquement **deux** fois son pied gauche vers l'avant,

Le rythme lancé par l'animateur doit être rapide - C'est un jeu dynamisant qui a tendance à réchauffer l'ensemble des participants.

L'animateur continue avec **"trois"**, puis **"quatre"**, **"cinq"**, **"six"**, **"sept"**, **"huit"**, **"neuf"** - Après avoir réalisé neuf fois chacun des gestes, l'animateur redescend à **"huit"**, puis **"sept"**, **"six"**, **"cinq"**, **"quatre"**, **"trois"**, **"deux"**, **"un"**.

Auteur de la fiche :

Jean-marie

FAUX MIMES

Objectif(s) du jeu :

Dynamiser / Eveiller / Réveiller / Bouger



Durée :

30 minutes

Nombre de participants :

entre 3 et 5, entre 6 et 10

Lieu où l'on peut jouer :

Intérieur, Extérieur

Matériel / surface nécessaire :

None

Descriptif du jeu :

Le groupe se met debout en cercle.

Le facilitateur commence à **mimer une action**.

Le participant à sa droite l'interpelle en lui demandant **"Qu'est ce que vous êtes en train de faire chère ami(e)?"**

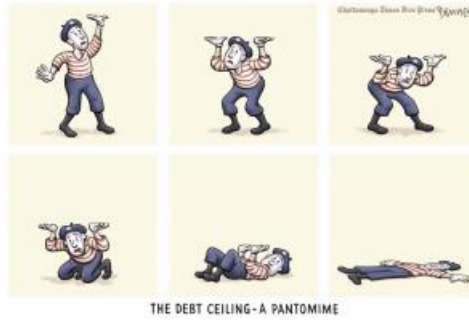
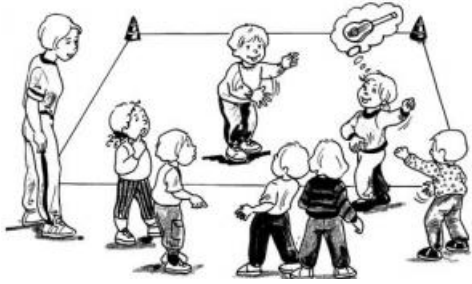
Le facilitateur donne une **réponse complètement différente** de ce qu'il est en train de mimer.

Exemple : Le facilitateur mime la brasse dans un étang - A la question posée, il répond, "Je me lave les cheveux"

La personne ayant posé la question doit alors **mimer l'action évoquée par le facilitateur**.

Exemple : Ici, se laver les cheveux

Le tour continue par la droite jusqu'à ce que l'ensemble des personnes du cercle aient mimé l'action de leur voisin de gauche.



Auteur de la fiche :

Jean-marie

JEU DE L'EVOLUTION

Objectif(s) du jeu :

Faire connaissance, Dynamiser / Eveiller / Réveiller / Bouger, Travailler sur la conscience / Créer du nous, Ouverture / Fermeture



Durée :

proportionnelle au nombre de joueurs (plutôt rapide)

Nombre de participants :

entre 11 et 20, entre 21 et 50, > à 50

Lieu où l'on peut jouer :

Intérieur, Extérieur

Matériel / surface nécessaire :

Minimum 16 joueurs

Descriptif du jeu :

Tous les participants commencent en tant qu'amibe et doivent évoluer en crabe, puis en politicien et enfin en super-héro, à moins finalement d'involuer en supporteurs de super-héro.

Chaque joueur doit, pour évoluer, gagner un duel de "chi-fou-mi" avec un membre de son espèce. S'il perd le duel, il ne peut évoluer et doit trouver un autre participant situé sur le même plan évolutif que le sien.

On évolue ainsi jusqu'au stade de super-héro. Le perdant du duel de super-héro devient jusqu'à la fin de la partie un supporteur du super-héro gagnant encore en lice.

Pour se différencier et afin d'amener un côté visuel au jeu, les 4 stades d'évolutions sont accompagnés d'attitudes corporels distinctes :

- **L'amibe :** les personnes évoluent dans la salle en faisant des tout petit pas et en ayant les bras fixes le long du corps - Elle pousse une plainte aigue d'Amib lui permettant de trouver ces congénères : "AmibAmibAmib"
- **Le crabe :** les personnes évoluent dans la salle avec les bras à la perpendiculaire, les mains dirigées vers le ciel et le pouce ne cessant de bouger vers le reste de la main pour mimer une pince. Le crabe se déplace essentiellement sur le coté - de manière latérale en pas chassés - Les crabes peuvent se reconnaître dans le brouhaha local en appelant leurs homologues par un cri de crabe "à définir" -
- **Le politicien :** il se déplace en faisant de très grand pas, une main derriere le dos, l'autre en avant, cherchant à serrer des mains. Il a le buste relevé, le port altier, un sourire de pub à dentifrice et il cherche ces copains en appelant : "parceque c'est notre projet" ou "la république, c'est moi", ou "à définir"
- **le superhéro :** il montre ces muscles tel un bodybulder, il fait des poses de super héro, il mime le Haka des rugbyman néozélandais et il appelle ces copains super héros en lançant des "Vers l'infini"

et au delà "- ou " à définir"

- **Le supporteur du super héros** : dès que deux super héros se confrontent, le perdant n'est plus superhéros, mais supporteur du superhéros - A cet effet, il suit le super héros comme son ombre, l'adule, le vénère, le soutient lors de ces duels de toutes les manières possibles.

Télécharger le fichier :

[LeJeuDeLEvolution_bf_pdfjeu_jeu-amibe-crabe-homme-politique-super-heros.pdf](#)

Auteur de la fiche :

AnnCha

LANCE DE BOTTE

Objectif(s) du jeu :

Dynamiser / Eveiller / Réveiller / Bouger, Travailler sur la conscience / Créer du nous



Durée :

30 - 40min

Lieu où l'on peut jouer :

Extérieur

Matériel / surface nécessaire :

- De la rubalise pour marquer la ligne de jeu
- Un décamètre
- 3 bottes de tailles différentes

Descriptif du jeu :

Préparation : Marquer ligne de lancé avec la rubalise - Ligne que les participants ne devront pas franchir ou mordre, bien entendu!

Mise en place : Chaque équipe choisi 3 lanceurs. Chaque lanceur à 3 essais - Le principe est d'envoyer les 3 bottes le plus loin possible en face de lui. Une équipe fait la mesure du lancé. L'équipe ayant envoyé la botte la plus loin gagne.



Auteur de la fiche :

Jean-marie

Labyrinthe

Objectif(s) du jeu :

Dynamiser / Eveiller / Réveiller / Bouger



Durée :

20 minutes

Nombre de participants :

entre 6 et 10

Lieu où l'on peut jouer :

Intérieur, Extérieur

Matériel / surface nécessaire :

Surface avec des dalles bien démarquées, environ 5-10m carré

Descriptif du jeu :

Le but est de créer un labyrinthe "imaginaire" à partir des dalles / du carrelage existant en le dessinant sur une feuille. Il faut une entrée d'un côté et une sortie en face à l'autre bout. Les jointures des dalles forment les barrières "imaginaires" à ne pas franchir pour tracer le labyrinthe.

Deux équipes de 4-5 sont créées et se placent une à l'entrée et l'autre à la sortie. Le but est de réussir à découvrir le trajet du labyrinthe pour accéder à l'autre bout, là où démarre l'autre équipe. Les joueurs n'ont pas le droit de voir le dessin, n'ont aucune information sur la direction à prendre, et n'ont pas le

droit de communiquer entre eux, juste de regarder les autres joueurs. Un joueur à la fois entre dans le labyrinthe et avance d'un pas à chaque fois. S'il franchit une barrière, le maître du jeu siffle, le joueur a perdu et retourne faire la queue à l'entrée du labyrinthe, s'il trouve la dalle du chemin, il a le droit de faire un pas de plus sur un dalle ... Chaque joueur identifie le chemin par les avancés de ses partenaires d'équipe. La première équipe qui trouve la sortie du labyrinthe à gagner. Les joueurs adverses ont le droit de se croiser sur le chemin lorsqu'il se retrouvent face à face dans le labyrinthe.



Auteur de la fiche :

Julie

Le Miroir

Objectif(s) du jeu :

Dynamiser / Eveiller / Réveiller / Bouger, Développer l'esprit de collaboration



Durée :

Entre 2 et 5 minutes

Nombre de participants :

2, entre 6 et 10, entre 11 et 20, entre 21 et 50

Lieu où l'on peut jouer :

Intérieur, Extérieur

Matériel / surface nécessaire :

Gong pour rythmer le jeu

Descriptif du jeu :

1) Le groupe forme des couples qui se font face

2) Sur le rythme régulier d'un gong chacun bouge ses deux bras (en haut - à l'horizontale - en bas) : dès que le même mouvement est effectué simultanément le couple se tape dans les mains puis continue en rythme

- Variation par 3 : même méthode en formant des trios

- Variation au sein d'un groupe plus élargi en cercle :

Le même exercice fonctionne mais avec les deux partenaires à côté desquels on se trouve (suivant les gestes : en haut - devant - en bas).

Auteur de la fiche :

Charlotte

Morse

Objectif(s) du jeu :

Faire connaissance, Travailler sur la conscience / Créer du nous



Durée :

5 minutes

Nombre de participants :

entre 3 et 5, entre 6 et 10, entre 11 et 20

Matériel / surface nécessaire :

None

Descriptif du jeu :

Les participants s'assoient en cercle et prennent la main de leur voisin de gauche et de droite. Le jeu s'effectue en **silence** et les **yeux fermés**.

L'animateur, intégré au cercle, applique une certaine pression sur la main de l'un de ses voisins. Ce dernier transmet l'information à son autre voisin.

L'information circule ainsi jusqu'à revenir à celui qui l'a initié.

L'animateur peut relancer un autre "message" en changeant de sens, en lançant une impulsion ou plusieurs.

Le jeu s'effectue pendant quelques minutes et s'arrête lorsque l'animateur réceptionne la dernière impulsion de son dernier "message".

Auteur de la fiche :

Jean-marie

Météo - Check In

Objectif(s) du jeu :

Faire connaissance, Travailler sur la conscience / Créer du nous, S'exprimer, Ouverture / Fermeture



Durée :

1 min par participant

Nombre de participants :

entre 3 et 5, entre 6 et 10, entre 11 et 20, entre 21 et 50

Matériel / surface nécessaire :

None

Descriptif du jeu :

Possibilité de présenter la météo en la "guidant" : à tour de rôle, chaque participant va exprimer son état

d'esprit en utilisant 4 adjectifs :

- inquiet et,ou
- en colère et,ou
- content et,ou
- effrayé

Exemple : "Je suis inquiet car je ne suis pas sûr qu'on arrive à remplir nos objectifs de la journée, mais content d'être présent avec vous."

Possibilité de faire un temps de centrage de quelques 10aines de secondes avant le début du tour de météo .

Possibilité de cadrer le tour de météo via une ou plusieurs propositions de l'animateur : "comment je me sens ? comment j'arrive à cette réunion ?"

Le tour de météo est une façon de connaître l'humeur de chacun et d'adapter le travail à réaliser en fonction. C'est aussi une technique simple et rapide pour se recentrer sur la réunion. On pourra bien sûr profiter du tour de table pour se présenter.

Auteur de la fiche :

Jean-marie

Pierre Feuille Ciseau

Objectif(s) du jeu :

Dynamiser / Eveiller / Réveiller / Bouger, Travailler sur la conscience / Créer du nous



Durée :

30 - 40min

Nombre de participants :

entre 11 et 20, entre 21 et 50, > à 50

Lieu où l'on peut jouer :

Extérieur

Matériel / surface nécessaire :

- Un terrain de foot
- Ou un espace rectangulaire délimité sur les cotés

Descriptif du jeu :

L'ensemble des participants est divisé en **deux groupes de taille égale**. Les deux groupes élisent un **chef d'équipe**.

En secret, les chefs d'équipes choisissent un signe ("**Pierre**", "**Feuille**", "**Papier**" ou "**Ciseau**") que l'ensemble de l'équipe va jouer contre l'équipe adverse. **Un second signe de rechange** est également choisi pour le cas où les deux équipes aient choisi le même premier signe.

Une fois les deux signes bien en tête, les deux équipes se présentent **face à face au milieu du terrain** . Les membres de chaque équipes **se tiennent par la main** (ceci afin de lancer le signal en même temps).

Les deux lignes ainsi formées se font face. Elles sont distantes d'environ **2 à 3 mètres** (cette distance pourra être réduite ou allongée par l'animateur en fonction des performances et de la vélocité des membres des équipes).

L'animateur lance le décompte. "**3**", "**2**", "**1**", "**TOP**" - Au "Top", les membres des deux équipes lachent les mains de leurs coéquipiers et font le premier signe choisi.

L'équipe qui perd la manche doit **s'enfuir** le plus rapidement possible vers son camp et franchir la ligne du terrain. L'équipe qui a gagné la manche doit quant à elle **poursuivre** les membres de l'équipe perdante. **Tous les individus de l'équipe ayant perdu la manche se faisant touchés changent de camps.**

Les manches s'enchainent jusqu'à ce que l'ensemble des joueurs soit rattachés à une seule équipe.

Nota : Si le premier signe lancé par les deux équipes adverses est identique, les joueurs doivent lancer le second signe choisi par leur chef d'équipe, of course !!



Auteur de la fiche :

Jean-marie

Pluie

Objectif(s) du jeu :

Dynamiser / Eveiller / Réveiller / Bouger, Ouverture / Fermeture



Durée :

2 minutes

Nombre de participants :

entre 6 et 10, entre 11 et 20, entre 21 et 50, > à 50

Matériel / surface nécessaire :

Néant

Descriptif du jeu :

Le groupe se place en cercle.

L'animateur, placé soit à l'intérieur du cercle, soit à l'extérieur de ce dernier, initie un **claquement de doigts**.

L'animateur **parcourt le cercle** dans le sens horaire ou anti-horaire -

Lorsque l'animateur passe devant une des personnes constituant le cercle, cette dernière imite le geste effectué par l'animateur et maintient ce dernier.

A chaque tour, le claquement évolue :

- **1er passage** : claquements de doigts
- **2ème passage** : claquements de mains
- **3ème passage** : claquements sur les cuisses
- **4ème passage** : claquements de mains
- **5ème passage** : claquements de doigts
- **6ème passage** : applaudissements avec les 2 index

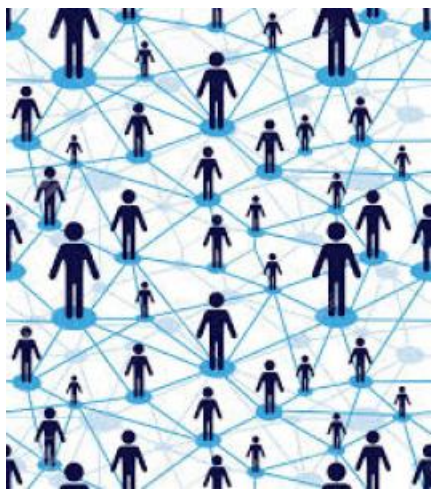
Auteur de la fiche :

Jean-marie

RESEAU SOCIAL

Objectif(s) du jeu :

Faire connaissance

**Durée :**

30 - 40min

Nombre de participants :

entre 11 et 20, entre 21 et 50

Matériel / surface nécessaire :

- Un brownpaper,
- Des fiches,
- De la colle,
- Des feutres.

Descriptif du jeu :

Préparation : Imprimer des fiches de profil à la façon de facebook (*nom, prénom, profession, hobbies*)

Demander à chaque participant de venir **se présenter** et de **coller son profil** sur un grand brownpaper.

Ensuite les **participants dessinent des traits entre leur profil et les profils des personnes avec qui ils**

ont des liens (*professionnels ou personnels*).

On visualise alors la richesse des liens et des interactions entre les participants.

Bien sûr ici aussi les participants doivent avoir un minimum de liens les uns avec les autres.

L'avantage avec cette technique c'est que le livrable produit est plutôt joli et peut constituer un souvenir à garder de la session.

Auteur de la fiche :

Jean-marie

Roulade Inuit

Objectif(s) du jeu :

Dynamiser / Eveiller / Réveiller / Bouger



Durée :

10 minutes

Nombre de participants :

2, entre 3 et 5, entre 6 et 10, entre 11 et 20, entre 21 et 50, > à 50

Matériel / surface nécessaire :

- Matelas de sol
- Echauffement des participants

Descriptif du jeu :

Deux personnes s'allongent **têtes-bêches** l'un à côté de l'autre.

Elles **croisent leurs bras** en contact jusqu'au niveau de l'épaule. Elles **lancent leur jambe** (celle la plus près du corps de l'autre) en l'air, à la perpendiculaire du sol : 1, 2, et 3 fois.

A la troisième fois, elles **crochètent** la jambe de l'autre personne et par un **mouvement de bascule**, tentent de faire rouler la personne à l'envers en imposant le retour de leur jambe au sol.

Note : Ce jeu demande des **précautions** pour qu'une flopée de joueurs ne se fassent pas **mal au cou**. Pour ce faire, penser à réaliser le jeu plutôt sur des matelas et pourquoi pas après un **échauffement** (*petit massage mutuel*) de la nuque et du haut du dos.

En fait pas de risque si on se laisse aller sans vouloir résister. C'est la résistance et la crispation face à la surprise qui crée du mal au cou !

Télécharger le fichier :

[RouladeInuit_bf_pdfjeu_inuit.png](#)

Auteur de la fiche :

Jean-marie

Samourai

Objectif(s) du jeu :

Dynamiser / Eveiller / Réveiller / Bouger



Durée :

5min

Nombre de participants :

entre 6 et 10, entre 11 et 20, entre 21 et 50

Matériel / surface nécessaire :

None

Descriptif du jeu :

Le groupe se place en cercle.

Un participant A envoie un **jet d'énergie** avec une **gestuelle de Samourai** ou d'un autre type de guerrier de son choix vers un autre participant B. La **gestuelle** est accompagnée d'un **son** dynamique et libérateur imaginé par le participant A

Exemple : "H////////AAAAAAAAAAAAAAAAAAAH" - "HAAAAAAAAAAAAAIIIIII" - "H////////AAAAAAAAAAN"

Le participant B visé lève les bras en l'air, visiblement blessé par l'attaque fulgurante et efficace du participant A.

Un son guttural sortant du tréfonds de sa gorge accompagne la gestuelle du participant B.

Exemple : "HUUUUUUUUUUUUUUUUUUUUUUUUUUUUUU"

Les **deux voisins** du participant B (Madame C et Melle D), à gauche et à droite, **l'achèvent** (de manière figurée) en manifestant auditivement cet effort déchirant.

B **renvoie l'énergie** à un autre joueur avec un nouveau cri "HEEEEEEEEEEEEE". Etc. Etc. Etc.

L'idée est de maintenir un rythme dynamique (tac, tac, tac...).

Après un temps de jeu donné, il est possible d'exclure du cercle les joueurs oubliant une action ou se trompant de gestuelle.

Auteur de la fiche :

Jean-marie

Serpents

Objectif(s) du jeu :

Dynamiser / Eveiller / Réveiller / Bouger

**Durée :**

5 - 10 minutes

Nombre de participants :

entre 11 et 20, entre 21 et 50, > à 50

Matériel / surface nécessaire :

- Grande surface au sol

Descriptif du jeu :

Par rapport au nombre de personnes en salle, 5 sur 100 personnes s'allongent par terre, avec un **contact du bassin en permanence avec le sol**. Ils sont les serpents cherchant à attraper de nouvelles proies.

Les serpents ainsi désignés doivent **se déplacer dans la salle** et **toucher les autres participants**. Ces derniers **deviennent** à leur tour des serpents.

Le jeu s'arrête lorsque l'ensemble des personnes de la salle sont des serpents.

Télécharger le fichier :

[SerpentS_bf_pdfjeu_serpents-1.jpg](#)

Auteur de la fiche :

Jean-marie

Soleil Brille...

Objectif(s) du jeu :

Faire connaissance, Dynamiser / Eveiller / Réveiller / Bouger

**Durée :**

5 - 10min

Nombre de participants :

entre 6 et 10, entre 11 et 20, entre 21 et 50, > à 50

Matériel / surface nécessaire :

- Objets pour spatialiser des places (*chaussures ou stylo ou siège..*)

Descriptif du jeu :

Les participants forment un cercle étroit, en étant assis ou debout. Chaque personne matérialise sa position par un objet.

Une personne se met au centre du cercle. Cette personne s'écrie « **le soleil brille sur...** » et nomme par

exemple **une couleur, un type de vêtement** porté par des membres du groupe (*sous vêtement rouge apprécié*).

Elle peut dire par exemple, « *le soleil brille sur tous ceux qui portent du bleu* » ou « *le soleil brille sur tous ceux qui portent des chaussettes* » ou encore, « *le soleil brille sur tous ceux qui ont les yeux bruns* » ou "*sur ceux qui vont au travail en vélo*" ou "*qui n'ont pas pris de douche ce matin*"... .

Tous les participants concernés se lèvent, passent dans le cercle et tentent d'échanger leurs places avec d'autres participants eux aussi en mouvement. La personne qui était au centre du cercle essaie de prendre une de leurs places.

Une sorte de "chaise musicale" se met en place.

Après la petite cohue, une seule personne se retrouvera au milieu du cercle, sans place.

Cette personne s'écrie à son tour, « **le soleil brille sur...** » et nomme une autre couleur ou un autre type de vêtement ou autre.

Le jeu continu ainsi pendant quelques minutes.

Très bon jeu pour faire connaissance et en apprendre un peu plus sur les individus du groupe ... pour cela les **questions** doivent être **créatives** !!



Auteur de la fiche :

Jean-marie

T-SHIRT GLACE

Objectif(s) du jeu :

Dynamiser / Eveiller / Réveiller / Bouger, Travailler sur la conscience / Créer du nous, Développer l'esprit de collaboration



Durée :

30 - 40min

Nombre de participants :

entre 11 et 20, entre 21 et 50, > à 50

Lieu où l'on peut jouer :

Extérieur

Matériel / surface nécessaire :

- Un tee shirt taille M ou XL par équipe.

Descriptif du jeu :

Préparation :

Pour X équipes, prévoir X teeshirt.

Ce dernier, légèrement mouillé est disposé au préalable dans le congélateur.

Mise en place :

Chaque équipe fait une ligne avec tous ses coéquipiers -

La première personne passe le tee shirt gelé puis **saisie les deux mains** de la personne derrière lui et se doit de lui transmettre le tee shirt et de **lui mettre le teeshirt sans lâcher les deux mains**. L'action se répète jusqu'à ce que tous les individus de l'équipe aient réalisé l'action.

La première équipe ayant réalisé la "passation" de teeshirt a gagné.

Auteur de la fiche :

Jean-marie

TRIANGLE MOUVANT

Objectif(s) du jeu :

Dynamiser / Eveiller / Réveiller / Bouger, Développer l'esprit de collaboration



Durée :

10 min

Nombre de participants :

entre 11 et 20, entre 21 et 50

Lieu où l'on peut jouer :

Intérieur, Extérieur

Matériel / surface nécessaire :

Au moins un mètre carré par personne.

Descriptif du jeu :

Chacun choisit secrètement deux personnes avant le départ du jeu. Lorsque le jeu commence, l'objectif est de toujours former un triangle équilatéral entre soi et les deux personnes qu'on a choisi. Puis le maître du jeu arrête au bout de quelques minutes et on débriefe sur ce qu'il s'est passé.

Variante : la bombe. Chacun choisit deux personnes, une bombe et un bouclier. L'objectif est de toujours avoir son bouclier entre sa bombe et soi. Le maître du jeu crie "stop" au bout d'un moment, tout le monde s'arrête et on regarde qui est protégé. Pour le debrief, on peut comparer les mouvements dans les deux variantes.

Auteur de la fiche :

Paul

Toupie

Objectif(s) du jeu :

Dynamiser / Eveiller / Réveiller / Bouger, Travailler sur la conscience / Créer du nous



Durée :

5 minutes

Nombre de participants :

2, entre 3 et 5, entre 6 et 10, entre 11 et 20, entre 21 et 50, > à 50

Matériel / surface nécessaire :

None

Descriptif du jeu :

Deux personnes se mettent **face à face**.

Elles **tendent les bras** l'une vers l'autre et se touchent la **paume des mains**. (Paumes de mains perpendiculaire au sol).

Les personnes **ferment les yeux**, **baissent les bras** puis **tournent trois fois** sur elles-même.

A la fin des trois tours, elles doivent **tendre de nouveau les bras** pour retrouver la position initiale et les paumes du partenaire.

Bien entendu, les yeux des deux participants restent fermés.



Auteur de la fiche :

Jean-marie

Web Humain

Objectif(s) du jeu :

Faire connaissance, Travailler sur la conscience / Créer du nous

**Durée :**

10 -20min

Nombre de participants :

entre 6 et 10, entre 11 et 20

Matériel / surface nécessaire :

- Ficelle
- ou Laine

Descriptif du jeu :

Placer les participants en cercle.

L'animateur dispose de **ficelle** ou d'une **pelote de laine**.

A tour de rôle, chacun va **se présenter** puis **transmettre la pelote** à la personne de son choix tout en **gardant le bout de la ficelle**.

Il **explique** alors **le lien** qui l'unit à la personne à laquelle a envoyé la pelote (*un lien professionnel ou personnel*).

Le participant avec la pelote dans les mains lance à son tour la pelote à une personne de son choix et explique pourquoi.

On continue jusqu'à ce que **tous les participants soient reliés entre eux** avec la ficelle.

Ce jeu ne fonctionne que si les participants ont un minimum de lien entre eux.

Le message à transmettre en fin d'exercice est le suivant : **nous sommes tous, d'une manière où d'une autre, liés les uns aux autres.**

Auteur de la fiche :

Jean-marie

YA !

Objectif(s) du jeu :

Dynamiser / Eveiller / Réveiller / Bouger

**Durée :**

15-20 min

Nombre de participants :

entre 6 et 10, entre 11 et 20, entre 21 et 50, > à 50

Lieu où l'on peut jouer :

Intérieur, Extérieur

Matériel / surface nécessaire :

Place pour faire un cercle, aucun matériel nécessaire.

Descriptif du jeu :

Les joueurs se placent en cercle. Celui qui commence lance le jeu en criant *YA !* et en faisant un geste de la main en diagonale (à la manière du "casséééé" de Brice de Nice) vers le joueur à sa gauche ou bien à sa droite. Celui-ci doit ensuite passer à son voisin en respectant le sens qui a été défini, et ainsi de suite. Les joueurs peuvent simplement passer le *YA !* ou ajouter un effet spécial avec :

- *HOLD ON !*

Geste associé : fléchir les genoux et tirer avec les deux mains sur des poignées imaginaires vers le bas, les mains de chaque côté du visage

Effet : change le sens de rotation

- *Hiii*

Geste associé : former des lunettes autour de ses yeux avec ses pouces et index

Effet : saute la personne suivante

- *FREAK OUT !*

Geste associé : agiter ses index devant son visage d'avant en arrière

Effet : tout le monde change de place en chantant "tu tu tu, tu tu tu lu" et en se dandinant

- *Boule de bowling*

Geste associé : mimer le lancement d'une boule de bowling vers son voisin en criant "Boule de Bowling !"

Effet : à la manière d'une HOLA, chacun doit à son tour sauter en l'air pour esquiver la boule de bowling qui menace de leur écraser les pieds

- *Boule de feu*

Geste associé : placer ses deux mains poignet contre poignet, et les tendre vers son voisin en faisant "PFFFOU"

Effet : toujours à la manière d'une HOLA, chacun doit à son tour se pencher en arrière pour esquiver la boule de feu, si possible en ajoutant un "wooh" impressionné

- *Ascenseur*

Geste associé : mimer le fait d'appuyer sur le bouton d'ascenseur en faisant "Bip"

Effet : tout le monde descend lentement sur ses jambes pour se retrouver accroupi. Le jeu continue alors dans cette position (y compris pour le FREAK OUT ! ou les boules de feu et de bowling), jusqu'à ce que quelqu'un ré-appuie sur le bouton d'ascenseur pour remonter

Une version avec des règles un peu différentes est donnée dans le lien ci-après.

Rentrez éventuellement un lien pour plus d'informations :

<https://www.latoilescoute.net/le-ya-jeu-de-balle-sans-balle>

Auteur de la fiche :

Fanny et Soazig



Ce(tte) œuvre est mise à disposition selon les termes de la [Licence Creative Commons Attribution - Partage dans les Mêmes Conditions 4.0 International](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

Contenu en ligne sur la page : <https://colibris.cc/oasis/?EbookRecueilDesPepitesOasis9/iframe>

