



Save the Children

WE THRIVE

**ACTIVITÉS DE GROUPE INTÉGRÉES
POUR LES ENFANTS EN SITUATION DE
CRISE.**

**PLANS DE SESSION POUR LES
ENFANTS DE 4 A 6 ANS**



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Les activités de groupe intégrées pour les enfants et les adolescent·e·s touché·e·s par une situation de crise du programme We Thrive constituent une approche intégrée qui rassemble les différentes perspectives en matière de protection des enfants, d'éducation en situations d'urgence, de santé mentale et de soutien psychosocial.

Le programme favorise le bien-être des enfants et des adolescent·e·s participant·e·s en leur permettant :

- De se sentir en sécurité
- De savoir à quoi s'attendre
- De s'amuser
- De se connecter avec leurs pairs
- De faire face aux expériences passées et présentes
- D'apprendre de nouvelles compétences
- D'accéder à d'autres services par le biais de référencement

Save the Children (SC), et/ou les partenaires soutenus par SC, peuvent mettre en œuvre ce programme dans des situations de crise aiguë.

L'objectif de ces plans de session est de fournir au personnel et aux partenaires de SC intervenant dans des situations de crise aiguë des ressources sous forme de sessions intégrées, interactives et basées sur le jeu dans le but de renforcer la protection, soutenir l'apprentissage et promouvoir le bien-être des enfants et des adolescent·e·s. Pour plus d'informations sur la manière dont elles ont été élaborées, veuillez vous référer au guide de mise en œuvre.

Le personnel chargé des services de protection de l'enfance (PE), d'éducation en situations d'urgence (ESU) et de santé mentale et de soutien psychosocial (SMSPS) peut avoir recours à ces plans de session, qui comprennent des activités d'apprentissage dans les domaines suivants :



Jeu libre/Temps libre pour permettre aux enfants et aux adolescent·e·s d'exercer leur faculté d'agir et d'entrer en contact les uns avec les autres dans un espace sûr, avec des adultes de confiance qui surveillent les activités, sans les diriger.



Conscience de soi et autonomisation pour reconnaître et gérer les émotions et fournir aux enfants les compétences psychosociales de base pour se protéger. Les enfants et les adolescent·e·s reconnaissent leurs propres capacités et points forts et identifient les moyens de s'aider eux/elles-mêmes et de soutenir leur communauté.



Compétences sociales positives pour écouter les autres, communiquer avec eux et prendre en compte leur point de vue. Lorsque les enfants et les adolescent·e·s exercent ces compétences, ils/elles peuvent développer des relations positives, offrir un soutien, régler des problèmes en travaillant en équipe et résoudre des conflits de manière constructive.



Des **compétences en alphabétisation** pour favoriser un sentiment de normalité et des compétences pratiques pour favoriser la lecture et l'écriture. *Remarque : ce programme n'est pas destiné à aider les enfants à apprendre à lire et à écrire s'ils/elles n'ont aucune expérience préalable.*



Compétences en **notions de calcul** pour favoriser un sentiment de normalité et mettre en pratique les concepts et les compétences en mathématiques et en géométrie.



Apprendre les gestes qui sauvent pour reconnaître les risques et savoir ce qu'il faut faire en cas de situation d'urgence.

QU'EST-CE QU'UNE SESSION ?

Les routines, le fait de s'amuser, l'apprentissage et la socialisation avec les pairs favorisent le bien-être des enfants et des adolescent·e·s. Toutes les sessions visent à promouvoir et à protéger le bien-être des enfants et des adolescent·e·s grâce à un ensemble d'activités interactives.

Chaque session permet aux enfants et aux adolescent·e·s de découvrir un thème parmi les catégories d'activités proposées. Chaque session se concentre sur un thème, cependant les thématiques sont complémentaires et ne s'excluent pas mutuellement. Le plan de la session est le suivant :

1. **Ouverture** pour accueillir les enfants et les adolescent·e·s et procéder à l'appel (le cas échéant).
2. **Jeu brise-glace** pour créer un sentiment d'unité entre les enfants et les adolescent·e·s de manière ludique et interactive. (*Remarque : Pour les enfants de 4 à 6 ans, cette activité, planifiée après l'activité d'apprentissage, est facultative.*)
3. **Activité(s) d'apprentissage** pour permettre aux enfants et aux adolescent·e·s d'aborder un sujet ou d'en discuter et/ou de mettre en pratique une compétence.
1. **Activité de pleine conscience** pour apaiser le corps et l'esprit des enfants et des adolescent·e·s avant la fin de la session et s'entraîner à faire appel à des stratégies d'adaptation qui peuvent être appliquées en dehors des sessions. La pratique régulière d'activités apaisantes peut contribuer à réduire le stress et l'anxiété. (Les activités de pleine conscience exigent un niveau élevé de conscience de soi. Pour qu'elles soient aussi authentiques que possible, il est conseillé d'y participer avec les enfants.)
4. **Clôture** pour valoriser la participation des enfants et des adolescent·e·s et leur permettre de faire un éventuel retour pour la session suivante.

UNE APPROCHE FLEXIBLE

L'ordre des sessions est flexible. Le personnel et les partenaires de SC doivent adapter le plan afin de répondre au mieux aux besoins des enfants et des adolescent·e·s. Le personnel peut :

- **Choisir l'ordre des séances** en fonction des besoins des enfants.
- **Échanger une activité pour une autre de la banque d'activités.** Cette dernière comprend plus de 175 activités d'apprentissage, plus de 50 jeux récréatifs et brise-glace, et plus de 15 activités de pleine conscience.
- **Réduire ou prolonger les sessions**, en supprimant ou en ajoutant des activités. Remarque : il n'est pas recommandé d'aborder plus d'un thème ou de débattre sur plus d'une thématique par session.

- **Ajouter des sessions supplémentaires** en utilisant les autres activités de la banque d'activités ainsi que d'autres activités issues de contextes qui cadrent avec l'objectif du programme.
- **Prévoir des pauses en fonction des besoins.** Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités. N'oubliez pas de garder un œil sur le groupe pour vous assurer que les enfants sont en sécurité et à épauler ceux qui ont besoin d'un peu plus d'aide.

Le personnel chargé de la mise en œuvre peut trouver plus d'informations sur l'adaptation des activités dans le guide de mise en œuvre.

Contextualisation : Tout au long des plans de session, le **texte surligné en jaune** met en évidence les parties que les bureaux pays qui mettent en œuvre le programme We Thrive doivent contextualiser lors de la phase de traduction.

ÉLÉMENTS À PRENDRE EN CONSIDÉRATION CONCERNANT LES ENFANTS ET ADOLESCENT·E·S EN SITUATION DE HANDICAP

Il est important de **considérer tous les enfants et adolescent·e·s handicapé·e·s comme des participant·e·s actifs plutôt que comme de simples observateur·rice·s**. Les situations d'urgence peuvent être l'occasion d'intégrer dans des espaces sûrs des enfants qui n'ont jusque-là pas accès à l'école ou à d'autres prises en charge en dehors de leur domicile. Le jeu favorise l'intégration en permettant des interactions avec les pairs. Tout le monde possède la capacité de jouer et d'apprendre, et les enfants handicapé·e·s éprouvent le même désir de jouer que les autres enfants. Le jeu est essentiel au développement, au bien-être et aux interactions sociales. Dans toute la mesure du possible, les activités du programme doivent être accessibles à tous les enfants, quelles que soient leurs capacités. Les enfants handicapé·e·s sont confronté·e·s à de nombreux obstacles lorsqu'ils/elles veulent jouer, et des mesures d'adaptation sont nécessaires. Prenez en considération :

- les enfants présentant des troubles physiques ou sensoriels ont besoin d'adaptations dans leur environnement pour faciliter leur accès aux divers éléments ludiques et leurs déplacements entre ces derniers.
- les enfants présentant des troubles cognitifs peuvent avoir besoin de supports visuels supplémentaires dans l'environnement pour s'orienter dans l'espace
- les enfants présentant des troubles socio-émotionnels peuvent avoir besoin d'espaces calmes pour se ressourcer à distance des autres enfants.

Dans l'ensemble, l'environnement et les adaptations doivent favoriser autant que possible l'accès des enfants handicapé·e·s au jeu de manière indépendante. (Nguy Jodie, 2020) Il faut toujours garder à l'esprit que chaque enfant et adolescent est différent et que le niveau et le type de soutien dont il/elle a besoin peuvent varier.

Les actions suivantes peuvent **améliorer leurs capacités à participer à des activités de groupe** :

Avant les sessions :

Vérifiez l'accessibilité : assurez-vous que le site n'est pas situé sur le flanc d'une colline ou sur un terrain difficilement praticable.

Recensez les enfants et adolescent·e·s handicapé·e·s dans la communauté et assurez-vous que ces derniers et leurs tuteur·rices sont informé·e·s de l'existence des sessions We Thrive.

Pour commencer, demandez aux enfants handicapé·e·s s'ils/elles ont besoin d'être aidé·e·s avant de présumer ou de supposer que cela est forcément le cas et demandez-leur **ce qu'ils/elles préfèrent en matière de jeu** :

- À quoi est-ce que tu aimes jouer ?
- Quelles sont les activités ludiques que tu préfères ?
- Quels sont les obstacles qui t'empêchent de jouer dans ta communauté ?
- Quelles sont tes inquiétudes concernant la sécurité lorsque tu joues ?
- Quel type de soutien attends-tu de tes pairs ?

Demandez aux tuteur·rice·s et aux enfants :

- Quels sont les besoins en matière d'espace : grand ou petit, niveau de bruit, éclairage ?
- Le degré de flexibilité possible et les éléments susceptibles de déclencher une réaction chez l'enfant

Pour les jeunes enfants, jouer requiert souvent à rester dans une position confortable et fonctionnelle, à se déplacer et à manipuler des objets. **Demandez aux parents de jeunes enfants** d'indiquer s'il y a :

- des différences dans le niveau de développement de l'enfant – persistance, attention, coordination, mobilité, communication, bien-être, plaisir de jouer avec différents types de jouets, partenaires de jeu, contexte de jeu ?
- des parties de l'espace du programme We Thrive qui ne conviennent pas très bien (p. ex., du sable ou un sol irrégulier), et comment faciliter la participation en adaptant l'environnement ou en prévoyant une aide physique le cas échéant

Pour les enfants plus jeunes, il convient d'encourager les tuteur·rice·s à participer au programme We Thrive avec leurs enfants handicapé·e·s et de créer pour ce faire un espace où ils/elles pourront nouer des relations entre eux/elles tout en favorisant le jeu. Permettre aux adultes de se sentir à l'aise dans le programme offre en outre l'avantage de promouvoir un environnement sûr et accueillant pour les familles.

Pour chaque session, veillez à :

- **Examiner et modifier les jeux et les activités ludiques** pour s'assurer que tous·tes les enfants peuvent y participer, en utilisant des appareils d'assistance si nécessaire, avant chaque session, en fonction du feedback des enfants et de leurs tuteur·rice·s
- **Dégager les voies d'accès** aux sanitaires (toilettes, évier/seau pour se laver les mains)
- **Supprimer les dangers pour la sécurité et l'accessibilité** afin que tous·tes les enfants et adolescent·e·s puissent participer en toute sécurité.
- **Adapter la disposition des sièges** de manière à pouvoir accueillir tous·tes les enfants et adolescent·e·s. Par exemple, faites les enfants et les adolescent·e·s malvoyants s'asseoir devant et plus près des facilitateur·rice·s.
- **Créer des aides visuels** pour l'espace et les activités.
- **Utiliser au moins deux formes de communication** (visuelle et verbale ou non verbale dans certains cas) afin de veiller à ce que les différentes activités soient clairement comprises (p. ex., expliquez et montrez des affiches en gros caractères)

Au cours de la session, vous devez :

- **Observer** pour comprendre les états émotionnels internes des enfants : expressions faciales (sourire, yeux écarquillés, regard fixe), vocalisations (rires, gloussements), mouvements du corps (sauts, gestes vifs tels que taper dans les mains ou agiter les mains). Même en présence de handicaps physiques graves, il est possible d'observer les signes de plaisir et de participation au jeu.
- **Prévoir plus de temps** pour que les enfants handicapé·e·s puissent passer d'une activité à l'autre sans se sentir pressés.
- **Développer, avec l'aide de l'enfant handicapé·e, les compétences de communication nécessaires** chez tous les camarades de jeu, pour que l'interaction puisse se faire sans l'intervention d'un adulte.
- Toujours faire preuve **de gentillesse et d'empathie**, en respectant les rythmes des enfants et être patients.
- Dès que les enfants commencent à jouer entre eux, **tenez-vous à l'écart et observez**, en réduisant les interventions au minimum possible.

Rappelez-vous les 7 principes pour des activités inclusives du programme We Thrive :

1. **L'accessibilité** : Facilité d'accès, absence d'obstacles, signalisation claire.
2. **Sécurité** : Loin des dangers potentiels (routes fréquentées, inondations, etc.).
3. **Faible coût** : Utiliser du matériel disponible localement pour réduire les dépenses.
4. **Sensibilité au contexte et au genre** : Tenir compte des normes locales et associer les femmes à la prise de décision.
5. **Conception participative** : Faire participer la communauté et les enfants à la conception et à l'entretien des espaces de jeu.
6. **Expériences ludiques riches** : Offrir des possibilités sensorielles et ludiques diversifiées.
7. **Écologie et simplicité** : Utiliser des matériaux durables, peu coûteux et adaptés aux régions éloignées ou aux camps de réfugiés.

Organiser des activités et des jeux en fonction des conditions spécifiques

Type de troubles et conditions	
Enfants présentant des handicaps intellectuels	Apportez une stabilité émotionnelle et un soutien structuré. Montrez concrètement comment faire les choses Répétez Prévoyez des espaces de jeu individuels pour les enfants qui se sentent facilement submergés et qui ont besoin de s'isoler du reste du groupe pour un court instant pendant l'activité.
Enfants présentant des troubles de l'audition	Positionnez-vous de manière appropriée pour faciliter la communication visuelle, par exemple, en vous asseyant face à face. Évitez de crier, et préférez l'utilisation de signaux d'interaction visuels et physiques Utilisez deux modes de communication
Enfants présentant des troubles visuels	Décrivez verbalement les activités du jeu et l'environnement Utilisez les aiguilles d'une montre pour donner les directions (p. ex., « les toilettes sont à 9 heures, la chaise est à 3 heures ») Facilitez si nécessaire les interactions avec les autres enfants
Enfants présentant des troubles de la communication	Laissez suffisamment de temps pour que chacun puisse s'exprimer. Avec l'aide de l'enfant, conseillez les pairs sur la manière de communiquer Utilisez si nécessaire un tableau de communication
Enfants présentant des troubles physiques graves	Proposez des jouets adaptés. Favorisez l'interaction avec les pairs en ayant recours à des aménagements appropriés.
Enfants présentant des troubles du spectre autistique	Créez un environnement de jeu structuré et familier. Introduisez des changements graduels pour éviter la frustration Prévoyez des espaces de jeu individuels pour les enfants qui se sentent facilement submergés et qui ont besoin de s'isoler du reste du groupe pour un court instant pendant l'activité.
Enfants présentant des handicaps multiples	Ayez recours à la verbalisation continue et au contact physique. Utilisez les centres d'intérêt individuels pour point de départ pour susciter la participation.

Animer en utilisant des outils de jeu accessibles

Les facilitateur·rice·s doivent veiller à ce que les jouets et les jeux soient accessibles et adaptables aux besoins de tous les enfants. Les jouets inclusifs, fabriqués localement ou d'origine locale, doivent favoriser les échanges ludiques entre enfants présentant des handicaps et le développement d'un sentiment d'appartenance. We Thrive est un programme nécessitant peu de ressources, il peut donc être mis en place de manière efficace et inclusive sans avoir recours à différents jouets onéreux ou difficiles à trouver. Les ressources disponibles dans la communauté doivent constituer le point de départ pour créer des outils de jeu. Voici quelques conseils pour

réfléchir à des outils de jeu inclusifs : Les jouets doivent avoir des mécanismes d'activation simples nécessitant un minimum d'étapes pour commencer à jouer.

- Adaptez les jouets aux capacités des enfants, en tenant compte de leurs besoins moteurs, cognitifs et sensoriels.
- Ajustez la posture et la position des enfants pour leur permettre de jouer confortablement.
- Classez les jouets par catégories, telles que les jouets de motricité sensorielle, les jeux de simulation, les jeux de construction et les jeux fondés sur des règles.
- Gardez les jouets et les jeux au même endroit
- Veillez à ce que les jouets et les jeux soient clairement exposés afin d'éviter toute confusion et d'encourager le jeu autonome.

En mettant en œuvre ces stratégies, vous pouvez créer des environnements de jeu inclusifs qui encouragent la participation, l'indépendance et le plaisir de tous les enfants.

ÉLÉMENTS À PRENDRE EN CONSIDÉRATION CONCERNANT LES JEUNES ENFANTS (DE 4 À 6 ANS)

Les éléments suivants permettent de soutenir la participation des enfants âgé·e·s de 4 à 6 ans :

- **Les activités d'ouverture, de clôture et de pleine conscience ainsi que les jeux dynamiques facultatifs doivent être les mêmes à chaque session.**

Les jeunes enfants s'épanouissent sous l'effet des attentes et des habitudes, en particulier dans les situations où la normalité a été perturbée. Si vous estimez qu'ils/elles ont besoin de changement en ce qui concerne les jeux brise-glace facultatifs et/ou les activités de pleine conscience, consultez la Banque d'activités de groupe pour trouver des alternatives. N'oubliez pas que ces activités doivent peut-être être adaptées pour convenir à cette tranche d'âge.

- **Les activités d'ouverture et de clôture doivent durer 10 minutes.**

Les jeunes enfants aiment chanter des chansons et disposer de plus de temps pour les transitions. Les « cercles » d'ouverture et de clôture sont adaptés à cette tranche d'âge car ils/elles facilitent la transition entre les sessions.

- **Les sessions durent de 45 à 60 minutes.**

Les jeunes enfants ont une capacité d'attention limitée, et celle-ci peut être davantage réduite dans les situations de crise.

Les actions suivantes permettent de soutenir la participation des enfants âgé·e·s de 4 à 6 ans :

- **Privilégiez des activités courtes et simples.**

Les activités proposées dans le cadre des sessions doivent être courtes, actives et amusantes. Attendez-vous à ce que les jeunes enfants ne soient capables de se concentrer que sur une seule tâche pendant quelques minutes. Les activités d'apprentissage sont prévues pour durer de 15 à 30 minutes. Cependant, la plupart d'entre elles dureront probablement 15 minutes, mais vous pourrez les prolonger jusqu'à 30 minutes si les enfants sont motivés et dans les bonnes conditions. Veillez à ce que les activités et les informations soient concrètes et tangibles. Chez les jeunes enfants, la pensée abstraite est encore en développement (p. ex., une longue conversation ne leur conviendrait pas).

- **Mettez en place des routines.**

Les jeunes enfants réagissent bien aux routines. Les plans pour les enfants de 4 à 6 ans sessions contiennent des activités qui sont reprises à chaque session pour favoriser un sentiment de cohérence. Les facilitateur·rice·s peuvent avoir recours à des chansons et de la musique pour les routines (p. ex., une chanson pour dire bonjour) ou pour les transitions (p. ex., le passage d'une activité à une autre ou d'un espace à un autre). Les facilitateur·rice·s peuvent également utiliser des stratégies de gestion positive du comportement pour attirer l'attention des enfants et les recentrer (par exemple, « 1, 2, 3, tout le monde me regarde »).

- **Donnez des instructions simples.**

Les instructions doivent être courtes et simples. Ne donnez pas aux jeunes enfants trop d'informations : ils/elles ne seront pas en mesure de les retenir ou de les traiter.

- **Définissez des exigences et des limites claires.**

Il ne devrait pas y avoir plus de cinq règles simples. Associez les enfants à l'élaboration des règles. Une image simple à comprendre et suffisamment grande pour que tout le monde puisse la voir devrait accompagner chacune de ces règles (p. ex., une oreille pour la règle « écouter »).

Il est important de préparer le matériel suivant avant de commencer les sessions décrites dans ce document :

- **Créez un tableau quotidien avec des éléments visuels pour le programme de la session.**

Le tableau doit être simple, et comprendre différentes images pour le cercle d'ouverture, l'activité d'apprentissage, le jeu brise facultatif, l'activité de pleine conscience et le cercle de clôture. De cette manière, les enfants peuvent savoir et visualiser à quoi s'attendre pendant la session.

- **Créer au moins une marionnette simple à usage multiple.**

Il peut s'agir d'une simple chaussette, d'un bâton avec une plume/un papier/un pompon/une feuille collée en haut, ou de tout autre objet que vous aurez créé avec des matériaux locaux. Les marionnettes sont un formidable outil que les facilitateur·rice·s peuvent utiliser avec les jeunes enfants pour attirer leur attention, jouer un rôle, etc.

- **Apprenez quelques chansons pour se dire bonjour et au revoir.**

Vous les chanterez avec les enfants à chaque ouverture et clôture.



PRÉSENTATION GÉNÉRALE DES PLANS DE SESSION 4-6


Les plans de session pour les enfants de 4-6 ans comprennent les thèmes et sessions suivantes. Choisissez l'ordre des sessions en fonction des besoins des enfants.

Catégorie	Thème	Nom de la session
Jeu libre	Exercer son droit de jouer et de choisir ce que l'on veut faire	Jeu libre
Conscience de soi et autonomisation	Comprendre la protection des enfants et savoir comment demander de l'aide	Sûr et dangereux
	Reconnaître ses émotions	Jeux de devinettes sur les émotions
	Gérer ses émotions, y compris les techniques d'adaptation	Prendre soin de moi
	Réfléchir à son rôle dans la promotion du bien-être individuel, familial et communautaire	Des mains qui aident
	Reconnaître ses capacités et ses points forts	Quelques choses formidables sur moi
Compétences et relations sociales positives	Prendre en compte le point de vue des autres, se préoccuper des sentiments d'autrui	Le point de vue de la marionnette
	Écouter activement et communiquer efficacement	Créer une histoire ensemble
	Établir des relations positives, rechercher ou offrir du soutien et de l'aide en cas de besoin	Se faire un·e nouvel·le ami·e
	Résoudre des problèmes, y compris par le travail d'équipe	Inventer une histoire pour trouver des solutions

Catégorie	Thème	Nom de la session
	Résoudre les conflits de manière constructive	Régler les problèmes avec nos amis
Alphabétisation	Langue orale : S'exprimer	Le tour du cercle
	Langue orale : Écoute	Écouter les sons
	Langue orale : Vocabulaire	Décrire un objet
	Lecture : Conscience phonologique	La soupe à l'alphabet
	Lecture : Connaissance des lettres	Ma lettre de l'alphabet
	Ecriture : Sensibilisation à l'impression	Bingo alphabétique
	Ecriture : Maîtrise de l'écriture	Écrire nos prénoms
Notions de calcul	Sens des nombres	Frise numérique avec des objets
	Opérations	Jeu de cartes avec des chiffres
	Mesure	Mesurer avec ses pieds
	Géométrie	Formes géométriques en bâtons
Apprentissage des gestes qui sauvent	Savoir à qui s'adresser en cas d'urgence	Contact en cas d'urgence *
	Se protéger des risques	Exercices d'évacuation *

Catégorie	Thème	Nom de la session
		Se laver les mains
		Préparation en cas d'incendies (1)*
		Préparation en cas d'incendies (2)*
		Préparation en cas d'incendies (3)*
		Sécurité aux abords des routes
		Préparation aux frappes aériennes/ bombardements*
		Se protéger de la mpox*
		Se protéger du choléra*
		Préparation en cas de vagues de froid*
		Préparation en cas de canicule*
		Préparation en cas d'inondations*
		Préparation en cas d'orages*
		Préparation en cas de cyclones*
		Préparation aux glissements de terrain et aux coulées de boue*

Catégorie	Thème	Nom de la session
		Préparation en cas de tremblements de terre*

 *Cette session aborde un sujet sensible. Assurez-vous que les enfants se sentent à l'aise avec vous et entre eux. Vous devez également bien connaître le contenu de la séance avant de l'animer. Veillez en outre à être bien préparé·e pour reconnaître les signes de détresse, ainsi que d'être en mesure d'aider les enfants et les adolescent·e·s en utilisant des techniques de PSP.

JEU LIBRE



JEU LIBRE

60 À
65 MIN.

THÈMES :	<ul style="list-style-type: none"> Exercer son droit de jouer et de choisir ce que l'on veut faire. 	Session # 1.1
MATÉRIEL :	<ul style="list-style-type: none"> Tout le matériel à disposition pour le jeu. 	
PRÉPARATION :	<ul style="list-style-type: none"> Préparez l'espace, passez en revue les notes du facilitateur du jeu libre et choisissez un élément à observer. Préparez un tableau des règles à respecter avec des images (que vous utiliserez à chaque session). 	

Ouverture

10 MIN.

- Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
- Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER



ÊTRE
ATTENTIF·VE



ÊTRE
GENTIL·LE



Donnez des exemples concrets de la règle « Être gentil·le » en lien avec le contexte, tels que partager les crayons, inclure les autres personnes dans les jeux, aider quelqu'un à ranger.

- Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, jouons ensemble !

Jeu libre

35-40 MIN.

1. Dites :

- Maintenant vous allez exercer votre droit de jouer et de vous amuser ! La session d'aujourd'hui est une session de « jeu libre ». Cela signifie que vous pouvez jouer dans cet espace pendant les 35 à 40 prochaines minutes. Vous pouvez choisir ce que vous voulez faire !
- Le jeu libre comporte trois règles :

Règles du jeu libre

1. **Respectez les règles du groupe.** Même si nous faisons des jeux libres, il faut respecter les règles de notre espace. Soyez gentil·le·s Si nécessaire, je vous aiderai à vous rappeler des règles.
2. **Choisissez ce que vous voulez faire.** Vous pouvez choisir ce que vous voulez faire. Je vous indiquerai les possibilités que vous avez.
3. **Amusez-vous !**

- *Je serai là pour vous accompagner*
2. Proposez des jeux libres. Dites :
 - *Vous pouvez choisir de faire des choses par vous-même, par exemple de lire ou de dessiner.*
 - *Vous pouvez choisir de jouer avec un ou plusieurs amis. Vous pouvez jouer à [insérer ici les possibilités].*
 3. Indiquez toute contrainte supplémentaire relative au jeu libre, par exemple :
 - *Faites le tour de l'espace et montrez aux enfants le matériel avec lequel ils/elles peuvent jouer et celui avec lequel ils/elles ne peuvent pas jouer.*
 - *Faites le tour de l'espace et montrez aux enfants où ils/elles sont autorisés à jouer et où ils/elles ne le sont pas à l'intérieur (ou à l'extérieur) de l'espace.*
 4. Dites : *Si vous avez des questions ou si vous ne savez pas quoi faire, vous pouvez venir me voir quand vous voulez. Je suis là pour vous aider !*
 5. Dites : *Je vous préviendrai 5 minutes avant la fin pour que nous commencions à ranger et finir de jouer à nos jeux.*
 - *Vous pouvez aller jouer !*

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

Pendant la session de jeu libre, les facilitateur·rice·s doivent réaliser trois actions clés une fois par semaine :

1. **Préparer à l'avance.**
 - **Placez à l'avance le matériel à la disposition des enfants** (p. ex., les fournitures de loisirs créatifs, le matériel de tri, les jeux et les jouets disponibles) avant le début de la session de jeu libre.
2. **Interagir avec les enfants de manière appropriée**
 - **Gérez le comportement des enfants** : Pour leur propre sécurité et par respect pour les autres enfants, rappelez aux enfants de respecter les règles du groupe et les attentes. Tenez s'il le faut le rôle de médiateur·rice.
 - **Accompagnez les enfants pour qu'ils/elles s'approprient en toute sécurité la session de jeu** : Si une partie de l'espace est trop encombrée (p. ex., il y a trop d'enfants qui veulent dessiner en même temps), redirigez une partie de l'attention des enfants vers une autre activité dans une autre partie de l'espace. Les animateurs peuvent guider les enfants ou les groupes d'enfants vers différents endroits de l'espace sécurisé et leur montrer différentes activités, le temps qu'ils/elles s'adaptent aux sessions de jeu libre. Par exemple, un·e facilitateur·rice peut montrer à un petit groupe comment jouer à **la marelle**, puis laisser les enfants jouer de manière autonome.
 - **Permettez aux enfants de se tromper ou de faire des erreurs et de trouver des moyens de « réussir »** : Jouer est un processus, et c'est en jouant que les enfants développent leurs compétences en matière de résolution de problèmes et renforcent leur détermination.

- **Montrez de l'intérêt** : Posez des questions et participez aux jeux si les enfants vous y invitent, mais ne vous imposez pas et ne les brusquez pas. Ils/elles doivent sentir libres.
 - **Annoncez les transitions à l'avance**. Prévenez les enfants 10 minutes puis 5 minutes avant la fin du temps de jeu libre pour leur permettre de se préparer. Vous pouvez le faire en tapant dans les mains, en faisant sonner une cloche ou en chantant une chanson.
3. **Observez les enfants**. Concentrez-vous sur un des éléments suivants au cours de chaque session de temps libre :
- **Observez avec qui les enfants interagissent et n'interagissent pas, et comment ils/elles interagissent** : Observez qui joue avec qui – et quel rôle ils/elles jouent (leader, suiveur·euse, ..) , qui ne joue pas, qui est mis à l'écart ou préfère être seul·e ? N'oubliez pas que cela peut changer d'une session à l'autre, voire au cours d'une même session.
 - **Observez ce avec quoi les enfants jouent** : Y a-t-il des jeux ou du matériel spécifiques que les enfants aiment utiliser ?
 - **Observez les émotions des enfants** : Les enfants ont-ils/elles l'air heureux·se, en colère, tristes, etc...? Quand expriment-ils/elles ces émotions ? Certains d'entre eux/elles peuvent-ils/elles avoir besoin d'un soutien supplémentaire ?

Pendant les observations :

- **Tenez compte des différences entre les genres** : Existe-t-il des différences entre les filles et les garçons, notamment en ce qui concerne les personnes avec qui ils/elles jouent, la manière dont ils/elles interagissent et les objets avec lesquels ils/elles jouent ?
- **Tenez compte des différences de compétences** : Existe-t-il des différences entre les enfants en situation de handicap, notamment en ce qui concerne les personnes avec qui ils/elles jouent, la manière dont ils/elles interagissent et les objets avec lesquels ils/elles jouent ?

Vos observations permettront d'améliorer les prochaines sessions. Vous pouvez suggérer des activités et choisir des sessions en fonction de ce que les enfants aiment ou n'aiment pas, des difficultés qu'ils/elles éprouvent et de leur manière d'interagir.

4. **Remplissez le formulaire d'observation des facilitateur·rice·s** (si le temps le permet).

Si le temps le permet et que les enfants jouent ensemble de manière respectueuse et en toute sécurité, utilisez une partie du jeu libre pour remplir l'outil d'observation des facilitateur·rice·s pour cette semaine (pour ce groupe spécifique).

Facultatif : Activité de détente : Long, petit et large 5 MIN.

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.
5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :

- *Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?*

ADAPTATIONS :

- Quels autres animaux pouvez-vous imiter ?

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture

10 MIN.

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. **Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe.** Par exemple : On va ranger, on va ranger, Tous ensemble, tous ensemble, Chacun fait sa part, C'est beaucoup plus marrant, Hop, on range ! Hop, on range (sur un air de Frère Jacques)
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.
- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».
- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférée (ou une chose qu'ils/elles ont appréciée, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.
Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.
- Chantez une comptine pour dire au revoir. **Choisissez une comptine populaire.** Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !

CONSCIENCE DE SOI ET
AUTONOMISATION



SÛR ET DANGEREUX

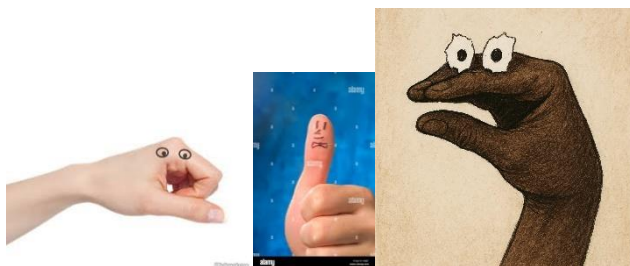
50 À
60 MIN.

THÈMES :	<ul style="list-style-type: none"> Reconnaître les situations sûres et les situations dangereuses, et ce qu'il faut faire lorsque l'on se retrouve dans un environnement dangereux 	Session # 2.1
MATÉRIEL :	<ul style="list-style-type: none"> Deux marionnettes Papier et matériel de dessin (pour l'activité facultative uniquement) 	
PRÉPARATION :	<ul style="list-style-type: none"> Lire et adapter les histoires au contexte si nécessaire ; Les deux facilitateur·rice·s doivent participer à l'animation de cette session avec des marionnettes ; Assurez-vous de connaître l'étape 6 du déploiement et le principe 7 du programme et d'avoir au moins le nom, le numéro de téléphone et l'adresse électronique du point focal de la protection de l'enfance et du point focal de la sauvegarde, au cas où un enfant aurait besoin d'un soutien plus important. 	

COMMENT FABRIQUER DES MARIONNETTES

- Marionnettes en chaussettes :** Utilisez une vieille chaussette propre. Dessinez des yeux et une bouche à l'aide d'un marqueur ou collez-y de petits morceaux de tissu, des boutons ou du papier.
- Marionnettes en papier :** Dessinez un personnage sur du papier épais, du carton ou un sac en papier solide, découpez-le et collez-le sur un bâton, une cuillère, un crayon ou une brindille.
- Marionnettes à doigts :** Utilisez des chutes de tissu, du papier ou de la feutrine pour entourer un doigt. Ajoutez des éléments simples à l'aide de marqueurs ou de points de couture, le cas échéant.
- Marionnettes à bâtons :** Collez ou scotchez un visage dessiné sur un bâton (comme un bâton de sorbet ou une brindille) et décorez-le avec du tissu ou du papier pour les vêtements.
- Marionnettes à main :** Mettez votre index et votre pouce ensemble pour créer une marionnette à main. Dessinez les yeux avec des marqueurs sur l'index et utilisez le pouce comme bouche. Vous pouvez aussi dessiner et coller les yeux et la bouche avec du papier ou coudre des boutons.

Matériel : Vous pouvez utiliser des chaussettes propres, du papier cartonné, des sacs en papier, des marqueurs, des crayons, des boutons, des brindilles, des bâtons et des morceaux de vêtements.



Le contenu de cette session peut être sensible. Assurez-vous que les enfants se sentent à l'aise. Vous devez également bien connaître le contenu de la séance avant de l'animer. Veillez en outre à être bien préparé·e pour reconnaître les signes de détresse, ainsi que d'être en mesure d'aider les jeunes enfants en utilisant des techniques de PSP.

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités.

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Parler de sécurité, de risques et de violence contre les enfants est un sujet sensible qui doit être abordé avec précaution. Parler de situations dangereuses peut susciter des émotions chez certains enfants, en particulier s'ils/elles sont des survivant·e·s/ont été victimes ou témoins de violences. Avant d'aborder ces sujets, préparez-vous à prendre les mesures qui s'imposent si un enfant montre des signes de détresse ou mentionne, à vous ou à un autre enfant, qu'il est victime ou témoin de violence. Assurez-vous de connaître les différents mécanismes de signalement et de référencement, et, si nécessaire, de faire la liaison avec le système local de protection des enfants. Rapprochez-vous des équipes chargées de la santé mentale et du soutien psychosocial pour connaître les référencements possibles et obtenir une aide ciblée.

Ouverture

10 MIN.

- Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
- Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER



ÊTRE
ATTENTIF·VE



ÊTRE
GENTIL·LE



Donnez des exemples concrets de la règle « Être gentil·le » en lien avec le contexte, tels que partager les crayons, inclure les autres personnes dans les jeux, aider quelqu'un à ranger.

- Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons jouer à des jeux et apprendre à reconnaître les situations sûres et celles qui sont dangereuses.

Sûr et dangereux

15 à 30 MIN.

- Présentez aux enfants les marionnettes (ou l'animal en peluche ou la marionnette à bâton). Prenez 3 à 5 minutes pour choisir avec les enfants les noms des marionnettes en tant qu'activité de groupe. Ces noms doivent être courts et faciles à prononcer pour tout le monde.
- Dites aux enfants que nous allons apprendre à reconnaître les situations sûres et les situations dangereuses auxquelles ils/elles peuvent avoir à faire face. Dites : *Aujourd'hui, les marionnettes*

(utilisez le noms de la marionnettes) vont nous aider pour notre session. Expliquez-leur que les marionnettes vont nous montrer :

- a. 1) ce qu'est une situation ou un lieu sûr, et ce que l'on ressent lorsqu'on se trouve dans une situation ou un lieu sûr ; 2) ce qu'est une situation ou un lieu dangereux, et ce que l'on ressent lorsqu'on se trouve dans une situation ou un lieu dangereux ; 3) ce qu'il faut faire lorsque/si l'on se sent en danger.
3. Commençons par l'espace où nous nous trouvons actuellement. Demandez aux enfants s'ils/elles se sentent en sécurité dans cet espace. Si les enfants répondent oui, utilisez les marionnettes pour expliquer pourquoi cet espace est sûr. Par exemple, sur un ton doux et enjoué, utilisez les marionnettes pour dire :
 - a. Marionnette 1 : J'aime bien être ici ! Cet espace est sûr parce que mes amis jouent avec moi et que le/la facilitateur·rice est gentil·le et aide tout le monde.
 - b. Marionnette 2 : Moi aussi, ____ (utilisez le nom de la marionnette 1). Je suis en sécurité ici parce que je me sens heureux et que personne ne peut me faire de mal !
 - c. Marionnette 1 : Je suis détendue ici et je souris.

Rappel : que faire si un enfant dit qu'il ne se sent pas en sécurité dans cet espace ? Utiliser l'approche sûre de détection et de référencement

Si un enfant dit qu'il ne se sent pas en sécurité, vous pouvez aller vers lui et lui demander en privé et avec douceur pourquoi il ne se sent pas en sécurité. Si la réponse renvoie à un problème de PE ou de sauvegarde :

- Appliquer les principes de PSP
- Ne posez pas d'autres questions – votre rôle n'est pas de mener une enquête
- Préservez la confidentialité et appliquez le principe de « ne pas nuire »
- Contactez immédiatement le point focal chargé de la PE et/ou de la sauvegarde
- Accompagnez les étapes suivantes si nécessaire.

4. Demandez aux enfants de dire d'autres espaces ou situations qui sont sûrs pour eux. Par exemple, la maison de leurs grands-parents, leur école, etc.
5. En utilisant les réponses, vous pouvez rejouer le scénario ou la situation de l'espace sûr. Par exemple :
 - a. Marionnette 1 : J'adore dessiner avec ma grand-mère ! Et elle dit toujours du bien de mes dessins.
 - b. Marionnette 2 : Moi aussi ! Et mon père dit aussi du bien de mes dessins !
 - c. Facilitateur·rice : Dans un espace sûr, chacun peut être soi-même et essayer de nouvelles choses. Dans un espace sûr, chacun·e se sent calme.
6. Insistez sur les messages clés :
 - un espace est sûr parce qu'on s'y sent heureux et à l'aise ;
 - un espace est sûr parce qu'on peut y jouer ;
 - un espace est sûr parce qu'on peut y être avec ses amis ;
 - un espace est sûr parce que personne ne peut t'y faire du mal ;
 - un espace est sûr parce qu'il y a un adulte qui s'occupe de nous et qui est gentil avec tout le monde.
7. Il est maintenant temps d'expliquer quelles situations ou quels espaces ne sont pas sûrs pour les enfants. Dites-leur que nous allons jouer des scénarios dans lesquels les marionnettes ne se sentent pas en sécurité. Tout d'abord, nous allons reconnaître les situations dangereuses. Ensuite, nous

allons apprendre ce qu'il faut faire si nous ne nous sentons pas en sécurité, si nous avons peur ou si nous sommes blessés. Veillez à ce que le ton soit toujours doux et non menaçant.

Scénario dangereux 1 – se perdre

- a. *Facilitateur·rice (définit le scénario) : La marionnette 1 joue dans la rue. Utilisez des mouvements et des sons pour que les enfants comprennent le scénario.*
- b. *Marionnette 1 : J'étais en train de jouer, mais maintenant... Je ne vois plus mes amis ! Où sont-ils/elles ? (Regarde autour de lui, l'air inquiet – la marionnette, si possible, ou vous en tant que facilitateur·rice)*
- c. *Demandez aux enfants : La marionnette se sent-elle en sécurité ou en danger ? Attendez leur réponse, puis posez la question : Pourquoi ? Prenez le temps de les écouter, encouragez la discussion et montrez de l'intérêt pour leurs réponses. Par exemple :*
 - *Pourquoi la marionnette ne se sent-elle pas en sécurité ? Parce qu'il/elle se sent effrayé·e et perdu·e. Parce qu'il/elle se sent seul·e.*

Scénario dangereux 2 – avoir peur du bruit

- d. *Facilitateur·rice (définit le scénario) : La marionnette 1 joue dans la rue. Utilisez des mouvements et des sons pour que les enfants comprennent le scénario. Demandez à un enfant de faire un bruit fort (amusant !)*
- e. *Marionnette 1 : C'était quoi ce bruit ? C'était super fort. J'ai peur !*
- f. *Marionnette 2 : Moi non plus... Je n'aime pas ça.*
- g. *Demandez aux enfants : La marionnette se sent-elle en sécurité ou en danger ? Attendez leur réponse, puis posez la question : Pourquoi ? Prenez le temps de les écouter, encouragez la discussion et montrez de l'intérêt pour leurs réponses. Par exemple :*
 - *Pourquoi la marionnette ne se sent-elle pas en sécurité ? Parce qu'elle avait peur du bruit. Les bruits forts peuvent être effrayants.*
- *D'autres possibilités peuvent être explorées, en fonction du contexte et de la manière dont les enfants réagissent à l'activité. Par exemple :*

Scénario dangereux 3 – se faire aborder par un inconnu

- h. *Facilitateur·rice (définit le scénario) : La marionnette 1 joue dans la rue. Utilisez des mouvements et des sons pour que les enfants comprennent le scénario.*
 - i. *Marionnette 1 : Hé, marionnette 2 (n'oubliez pas d'utiliser le nom de la marionnette) ! Il y a un homme là-bas qui m'a donné de la nourriture.*
 - j. *Marionnette 2 : Mais tu le connaissais ?*
 - k. *Marionnette 1 : Non... j'ai peur.*
 - l. *Demandez aux enfants : La marionnette se sent-elle en sécurité ou en danger ? Attendez leur réponse, puis posez la question : Pourquoi ? Prenez le temps de les écouter, encouragez la discussion et montrez de l'intérêt pour leurs réponses.*
 - *Pourquoi la marionnette ne se sent-elle pas en sécurité ? Elle avait peur, car nous ne sommes pas censés recevoir de cadeaux de la part d'inconnus.*
8. *Synthèse avec les enfants : Nous avons appris ce qu'est la sécurité et nous avons réfléchi à des choses qui nous font nous sentir en danger. Les situations sûres sont des situations où nous nous sentons bien et protégés. Les situations dangereuses sont des situations où nous nous sentons effrayé·e·s, perdu·e·s ou blessé·e·s d'une manière ou d'une autre. La dernière partie de l'activité d'aujourd'hui consiste à apprendre ce qu'il faut faire si nous pensons que quelque chose n'est pas sûr pour nous ou pour les personnes qui nous entourent. Jouons encore avec les marionnettes :*

Action de protection 1 – recherche d'un adulte de confiance

- a. *Facilitateur·rice (définit le scénario) : La marionnette 1 et la marionnette 2 sont amies et jouent dehors lorsqu'elles entendent des bruits forts. Demandez à un enfant de faire un bruit fort (amusant !)*
- b. *Marionnette 1 : [Insérer le nom de la marionnette 2], je n'aime pas ces bruits. Ça fait peur !*
- c. *Marionnette 2 : Moi aussi ! Allons-nous-en d'ici et trouvons un adulte en qui nous avons confiance.*
- d. *Facilitateur·rice : Hé, les marionnettes ! Je suis heureux·se de vous voir.*
- e. *Marionnette 1 : Salut ! Nous sommes venus te chercher parce que nous avons peur des bruits.*
- f. *Facilitateur·rice : Vous avez bien fait, les marionnettes ! Si vous avez peur, cherchez toujours un adulte de confiance. Nous sommes là pour vous aider.*

Action de protection 2 – dire non !

- a. *Facilitateur·rice (définit le scénario) : La marionnette 1 et la marionnette 2 sont amies et jouent. Mais la marionnette 1 essaie de chatouiller la marionnette 2 trop fort.*
- b. *Marionnette 2 : (riant) guili-guili*
- c. *Marionnette 1 : (se sentant mal à l'aise) Non, [insérer le nom de la marionnette 2], je n'aime pas ça. Arrête !*
- d. *Marionnette 2 (surprise) : Oh, ok ! Je suis désolé, marionnette 1 ! (insérer le nom de la marionnette 1)*
- e. *Facilitateur·rice : Bravo pour avoir dit « non », [insérer le nom de la marionnette 2] ! Vous devez dire « non » si quelqu'un vous met mal à l'aise d'une manière ou d'une autre.*

D'autres scénarios peuvent être envisagés, par exemple :

- a. *Facilitateur·rice (définit le scénario) : Les marionnettes 1 et 2 sont des frères et dorment dans la même chambre.*
- b. *Marionnette 1 : Bonjour [insérer le nom de la marionnette 2] ! J'ai vraiment besoin d'aller aux toilettes... tu peux venir avec moi ?*
- c. *Marionnette 2 : Bonjour [insérer le nom de la marionnette 1] ! Mais il est très tard et tout le monde dort déjà...*
- d. *Marionnette 1 : D'accord, je sais ! On va appeler Maman ! C'est elle qui nous emmène toujours aux toilettes sans danger.*
- e. *Facilitateur·rice : Bravo, les marionnettes ! Vous ne devriez pas aller aux toilettes à l'extérieur de votre maison, seules, la nuit. Vous devriez toujours appeler un adulte de confiance pour qu'il-elle vous accompagne*

Facultatif : Dessiner notre cercle de sécurité 10 MIN.

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont parler d'une (ou de plusieurs) personne(s) de confiance dans leur vie.
2. Expliquez qu'une personne de confiance est une personne qui peut vous aider si vous en avez besoin. Par exemple, si vous êtes perdu·e-s, une personne sûre peut vous aider à retrouver votre maison et votre famille.
3. Apprenez aux enfants un jeu de questions-réponses pour reconnaître une personne de confiance.
 - Dites : « Si vous êtes perdu·e-s et seul·e-s, qui peut vous aider à retrouver votre maison ? »

- « Une personne sûre ! »
- 4. Demandez aux enfants de dire qui sont les personnes de confiance dans leur vie.
- 5. Donnez à chaque enfant une feuille de papier A4 et demandez-leur de dessiner des personnes de confiance dans leur vie. Il peut s'agir de membres de leur famille et/ou de personnes qui s'occupent d'eux (p. ex., enseignant·e·s, imams, voisin·e·s, frères et sœurs plus âgé·e·s, Majhi, etc.).
- 6. S'ils/elles connaissent les noms complets (prénom et nom) des personnes avec lesquelles ils/elles se sentent en sécurité, demandez-leur d'écrire ces noms à côté de l'image. S'ils/elles ne savent pas encore écrire, passez du temps avec chacun d'eux pour les aider à nommer chaque personne dans le dessin. De nombreux enfants ne connaissent pas le prénom et le nom des personnes avec lesquelles ils/elles se sentent en sécurité.
- 7. Expliquez aux enfants qu'il est important de se souvenir des noms complets de ces personnes afin de pouvoir les retrouver facilement si elles se perdent.
- 8. Insistez sur les messages clés :
 - Connaître le nom complet des adultes en qui vous avez confiance et le nom des adultes qui vous sont proches vous sera utile si jamais vous êtes séparés de votre famille.
 - Savoir décrire le lieu où vous habitez permettra aux adultes de retrouver votre famille si jamais vous êtes séparés.

Activité de détente : Long, petit et large

5 MIN.

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.
5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :
 - *Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?*

ADAPTATIONS :

- Quels autres animaux pouvez-vous imiter ?

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture

10 MIN.

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe. Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.
- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».
- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférées (ou un moment qu'ils/elles ont apprécié, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.

Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.

- Chantez une comptine pour dire au revoir. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !



JEUX DE DEVINETTES SUR LES ÉMOTIONS

45 À
60 MIN.

THÈMES :	<ul style="list-style-type: none"> Reconnaître ses émotions. 	Session # 2.2
MATÉRIEL :	<ul style="list-style-type: none"> Tableau noir et craie, tableau blanc et marqueurs, ou papier grand format et feutres. 	
PRÉPARATION :	<ul style="list-style-type: none"> Tableau avec les règles à respecter avec des images, préparé à l'avance. Préparez des exemples de dessins illustrant les émotions dont les enfants vont parler dans le cadre de l'activité. 	

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités.

Ouverture

10 MIN.

- Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
- Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER



ÊTRE
ATTENTIF·VE



ÊTRE
GENTIL·LE



Donnez des exemples concrets de la règle « Être gentil·le » en lien avec le contexte, tels que partager les crayons, inclure les autres personnes dans les jeux, aider quelqu'un à ranger.

- Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons jouer à des jeux et apprendre à connaître nos émotions (sentiments).

Devinettes sur les émotions

15 à 30 MIN.

Faire : (15 minutes)

1. Dites : *Aujourd'hui nous allons jouer à un jeu qui nous aidera à découvrir les émotions. Les émotions sont des mots pour dire les sentiments – elles nous disent ce que nous ressentons. Nous allons dresser une liste des émotions, faire un jeu de mime et chanter une chanson.*
2. Dites : *En ce moment, je suis heureux de vous voir tous ! [Souriez]. « Être heureux-se » c'est une émotion.*
3. Demandez aux enfants quels sont les mots exprimant ce que l'on ressent, ou « émotions », qui leur viennent à l'esprit.
4. Écrivez les réponses des enfants sur un tableau, et ajoutez-y une image simple pour illustrer l'émotion. Vous pouvez utiliser des dessins préparés à l'avance pour aller plus vite. Procédez ainsi jusqu'à ce que vous ayez une liste d'environ 5 à 10 émotions.

Heureux-se 😊

Triste 😞

En colère 😡

Avoir peur 😱

Loufoque 🤪

Inquiet-ète 😟

En voici quelques exemples :

5. Dites aux enfants que vous allez jouer ensemble à un jeu de mime.
6. Expliquez le « jeu de mime des émotions » en faisant ce qui suit :
 - Dites : *Je vais vous mimer une émotion. Dites-moi si vous la reconnaissez*
 - Faites une expression faciale qui représente l'une des émotions figurant au tableau. Par exemple, pour « Triste », froncez les sourcils ou faites semblant de pleurer.
 - Demandez aux enfants de mimer à leur tour un visage triste.
 - Répétez l'exercice pour toutes les émotions mentionnées par les enfants.
 - Vous pouvez essayer d'autres émotions, comme « surpris-e », « nerveux-se », etc.
 - Ensuite, dites une émotion et demandez aux enfants de la mimer, sans le faire vous-même. Par exemple, « Montrez-moi "Je suis ravi-e" », « Montrez-moi "Je suis en colère" ».
 - Demandez à tous les enfants de mimer cette même émotion (cela devrait les faire beaucoup rire !).

Discussion facultative : (5 minutes)

- Rappelez quelques émotions et demandez aux enfants de donner des exemples de ce qui les fait ressentir ça. Ne poussez pas les enfants à parler s'ils/elles n'ont pas envie de le faire. Dites : « Qu'est-ce qui vous rend heureux-ses ? », « Qu'est-ce qui vous fait plaisir ? », etc. Vous pouvez donner l'exemple en disant, par exemple, « Je me sens heureux-se quand je suis avec ma famille ».
- Dites : *Il est normal de ressentir des émotions et, souvent, nous en ressentons plusieurs en même temps.* Donnez un exemple : « Avant que vous n'arriviez tous, je me sentais à la fois ravi-e et nerveux-se ».
- Dites : *Tous-tes les enfants ressentent toutes sortes d'émotions (la peur, la tristesse, la colère, l'excitation...) mais les expriment de différentes manières.*
- Dites : *Lorsque nous remarquons qu'un ami exprime certaines émotions, même s'il n'en parle pas, nous pouvons essayer de l'aider. Écouter un-e ami-e est une bonne façon d'essayer de l'aider.*

Synthèse (5 min) :

- Terminez en chantant une chanson locale liée aux émotions. Par exemple, « Si tu as d'la joie au cœur, frappe des mains ».

Facultatif : Fais comme moi

5 MIN.

1. Les enfants se placent en cercle.
2. Dites : *Nous allons jouer à un jeu appelé Fais comme moi. Nous allons écouter de la musique et danser. Imiter mes mouvements*
 - S'il n'y a pas de musique, demandez simplement aux enfants de faire ce que vous faites.
3. Commencez à jouer de la musique et faites un mouvement. Commencez par un mouvement simple et encouragez les enfants à le reproduire.
4. Laissez une minute pour que tous les enfants vous imitent, puis choisissez un nouveau mouvement.
5. Continuez à mener l'activité avec différents mouvements (voir les idées ci-dessous).
6. Après avoir réalisé au moins cinq mouvements différents et que les enfants se sentent à l'aise avec l'activité, demandez leur de mener le jeu. À tour de rôle autour du cercle, une personne fait un mouvement et les autres l'imitent.
7. Continuez jusqu'à ce que les enfants se désintéressent du jeu.

VARIATIONS :

- Cette activité peut être réalisée à l'extérieur.
- Cette activité peut être réalisée en demandant aux enfants de se placer deux par deux, l'un en face de l'autre, et de copier les mouvements de leur camarade en miroir.

NIVEAU : ÉLÉMENTAIRE	NIVEAU : INTERMÉDIAIRE	NIVEAU : AVANCÉ
<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements bruts • Taper dans les mains • Taper des pieds • Sauter • Bouger un bras vers l'intérieur, puis vers l'extérieur 	<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements plus lents nécessitant l'équilibre • Mettre un pied dedans et un pied dehors • Sauter sur un pied • Marcher sur la pointe des pieds • Toucher le nez en faisant passer la main en arrière 	<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une série de mouvements • Alternier deux mouvements (sauter deux fois sur un pied et une fois sur l'autre) • Créer une série : taper une fois dans les mains, sauter, taper une fois dans les mains, sauter. • Rendre la série plus difficile : taper deux fois dans les mains, sauter trois fois, taper deux fois dans les mains, sauter trois fois

Activité de détente : Long, petit et large 5 MIN.

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.
5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :
 - Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?

ADAPTATIONS :

- Quels autres animaux pouvez-vous imiter ?

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture

10 MIN.

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe. Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.
- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».
- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférée (ou une chose qu'ils/elles ont appréciée, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.
Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.
- Chantez une comptine pour dire au revoir. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !



PRENDRE SOIN DE MOI

45 À
60 MIN.

THÈMES :	<ul style="list-style-type: none"> Gérer ses émotions, y compris les techniques d'adaptation. Alphabétisation – Langue orale : S'exprimer 	Session # 2.3
MATÉRIEL :	<ul style="list-style-type: none"> Papier, crayons de cire, pastels ou autre matériel de dessin. 	
PRÉPARATION :	<ul style="list-style-type: none"> Un tableau avec les règles à respecter avec des images, préparé à l'avance. Des dessins simples illustrant la manière dont les enfants prennent soin d'eux/elles-mêmes (se laver les mains, jouer, serrer un parent dans les bras, manger, aller chez le médecin, etc.). 	

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités.

Ouverture

10 MIN.

- Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
- Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER



ÊTRE
ATTENTIF·VE



ÊTRE
GENTIL·LE



Donnez des exemples concrets de la règle « Être gentil·le » en lien avec le contexte, tels que partager les crayons, inclure les autres personnes dans les jeux, aider quelqu'un à ranger.

- Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons jouer à des jeux et apprendre comment prendre soin de nous-mêmes.

Prendre soin de soi

15 à 30 MIN.

- Dites aux enfants que vous allez parler des moyens de prendre soin de soi. Par exemple, « Je me lave les mains pour rester en bonne santé ».

2. Demandez aux enfants de vous dire ce qu'ils/elles font pour prendre soin d'eux. Suscitez des réponses en demandant aux enfants de réfléchir à ce qu'ils/elles font le matin, pendant la journée et le soir.
3. Écrivez les réponses sur un tableau de conférence et dessinez une image correspondant à la réponse. Par exemple, s'ils/elles disent :
 - Je me brosse les dents, dites : « *Vous vous brossez les dents pour les garder en bonne santé. Ça, c'est prendre soin de soi* ». Dessinez une brosse à dents.
 - Je prends le petit-déjeuner, dites : « *Vous prenez un petit-déjeuner pour rester forts et en bonne santé. Ça, c'est prendre soin de soi* ». Dessiner un œuf (ou tout autre plat approprié selon la culture)
 - Je serre un parent dans mes bras, dites : « *Vous serrez votre (insérer le parent) dans vos bras pour lui montrer que vous l'aimez et pour ressentir leur amour. Ça, c'est prendre soin de soi* ». Dessinez deux bonshommes allumettes qui se font un câlin.
 - Je joue avec mes ami·e·s/frères et sœurs, dites : « *On joue avec ses ami·e·s/frères et sœurs pour apprendre et s'amuser. Ça, c'est prendre soin de soi* ». Dessinez un ballon de football ou un toboggan.
4. Procédez ainsi jusqu'à ce que vous ayez 3 à 5 exemples.
5. Dites aux enfants qu'ils/elles vont dessiner. Donnez-leur du papier et des crayons de cire ou des pastels.
6. Invitez les enfants à dessiner ce qu'ils/elles font pour prendre soin d'eux. Ils/elles peuvent s'inspirer d'un des exemples déjà mentionnés et le compléter, ou dessiner autre chose. Veillez à ce qu'il s'agisse de quelque chose de positif. Faites le tour des enfants et aidez ceux qui ne savent pas quoi dessiner ou comment dessiner.
7. Invitez les enfants qui le souhaitent à montrer leur dessin et à dire ce qu'ils/elles ont dessiné.
8. Si cela est possible et que les enfants apprécient toujours l'activité, collez les dessins au mur et invitez les enfants à se promener et à admirer les œuvres de chacun.

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Les jeunes enfants n'ont en général pas encore la motricité fine, la dextérité ou la capacité de dessiner quelque chose de précis. Le dessin ne doit pas nécessairement ressembler exactement à ce qui est dit. Ils/elles peuvent gribouiller, ce qui convient aussi.

Facultatif : Fais comme moi 5 MIN.

1. Les enfants se placent en cercle.
2. Dites : *Nous allons jouer à un jeu appelé Fais comme moi. Nous allons écouter de la musique et danser. Imiter mes mouvements*
 - S'il n'y a pas de musique, demandez simplement aux enfants de faire ce que vous faites.
3. Commencez à jouer de la musique et faites un mouvement. Commencez par un mouvement simple et encouragez les enfants à le reproduire.
4. Laissez une minute pour que tous·tes les enfants vous imitent, puis choisissez un nouveau mouvement.
5. Continuez à mener l'activité avec différents mouvements (voir les idées ci-dessous).

6. Après avoir réalisé au moins cinq mouvements différents et que les enfants se sentent à l'aise avec l'activité, demandez leur de mener le jeu. À tour de rôle autour du cercle, une personne fait un mouvement et les autres l'imitent.
7. Continuez jusqu'à ce que les enfants se désintéressent du jeu.

VARIATIONS :

- Cette activité peut être réalisée à l'extérieur.
- Cette activité peut être réalisée en demandant aux enfants de se placer deux par deux, l'un en face de l'autre, et de copier les mouvements de leur camarade en miroir.

NIVEAU : ÉLÉMENTAIRE	NIVEAU : INTERMÉDIAIRE	NIVEAU : AVANCÉ
<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements bruts • Taper dans les mains • Taper des pieds • Sauter • Bouger un bras vers l'intérieur, puis vers l'extérieur 	<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements plus lents nécessitant l'équilibre • Mettre un pied dedans et un pied dehors • Sauter sur un pied • Marcher sur la pointe des pieds • Toucher le nez en faisant passer la main en arrière 	<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une série de mouvements • Alternier deux mouvements (sauter deux fois sur un pied et une fois sur l'autre) • Créer une série : taper une fois dans les mains, sauter, taper une fois dans les mains, sauter. • Rendre la série plus difficile : taper deux fois dans les mains, sauter trois fois, taper deux fois dans les mains, sauter trois fois

Activité de détente : Long, petit et large 5 MIN.

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.
5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :
 - Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?

ADAPTATIONS :

- Quels autres animaux pouvez-vous imiter ?

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture**10 MIN.**

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. **Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe.** Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.
- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».
- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférée (ou une chose qu'ils/elles ont appréciée, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.
Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.
- Chantez une comptine pour dire au revoir. **Choisissez une comptine populaire.** Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !



DES MAINS QUI AIDENT

45 À
60 MIN.

THÈMES :	<ul style="list-style-type: none"> Réfléchir à son rôle dans la promotion du bien-être individuel, familial et communautaire. Établir des relations positives, rechercher ou offrir du soutien et de l'aide en cas de besoin. 	Session # 2.4
MATÉRIEL :	<ul style="list-style-type: none"> Papier Matériel de dessin 	
PRÉPARATION :	<ul style="list-style-type: none"> Préparez un tableau des règles à respecter avec des images (que vous utiliserez à chaque session). Préparez une histoire simple à raconter ou utilisez l'exemple ci-dessous. 	

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités.

Ouverture

10 MIN.

- Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
- Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER



ÊTRE
ATTENTIF·VE



ÊTRE
GENTIL·LE



Donnez des exemples concrets de la règle « Être gentil·le » en lien avec le contexte, tels que partager les crayons, inclure les autres personnes dans les jeux, aider quelqu'un à ranger.

- Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons jouer à des jeux et apprendre à connaître ce que sont les mains qui aident

Des mains qui aident à 30 MIN.

15

- Dites aux enfants qu'ils/elles vont apprendre à utiliser les mains qui aident dans notre espace sûr. Dites : En aidant, nous rendons notre espace plus sûr et plus joyeux pour tout le monde.

2. Racontez une histoire simple qui met en évidence le pouvoir de l'entraide. Dites : Je vais vous raconter une petite histoire qui s'appelle **Des gants qui aident**.

Remarque : Il s'agit d'un exemple d'histoire. Veuillez l'adapter à votre contexte ou choisir une histoire locale contenant des personnages auxquels les enfants pourront s'identifier.

Des gants qui aident

Dans un village prospère, il était une fois des enfants qui s'amusaient beaucoup. Un jour, un garçon nommé Luca découvrit une paire de gants spéciale dans une vieille boîte à l'extérieur de sa maison. Ce n'étaient pas des gants ordinaires, ils étaient magiques ! Tout ce que Luca touchait avec ces gants prenait vie ! Luca savait que c'était important d'aider les autres, et donc il a décidé d'utiliser les gants pour aider ses amis dans son espace sûr !

À l'école le lendemain, il vit deux chaises cassées. Tout content, il touche les chaises avec ses gants et, d'un coup, les chaises étaient réparées ! Luca voit ensuite un ami pleurer tout seul dans un coin de la pièce. Luca lui demande s'il voulait tenir ses gants. L'ami a cessé de pleurer et a souri !

C'est alors que Luca et ses ami·e·s se rendirent compte que l'espace sûr était en désordre. Il y avait des crayons et du papier partout sur le sol, on ne pouvait pas marcher en sécurité car les chaises étaient sur le passage. Luca mit ses gants et toucha un crayon. Comme par magie, il se déplaça vers la boîte à crayons ! Les autres enfants furent tellement impressionnés qu'ils/elles commencèrent à nettoyer l'espace. Ils/elles chantèrent même des chansons pendant qu'ils/elles nettoyaient pour que ce soit plus amusant.

À la fin de la journée, Luca a compris que la véritable magie ne se trouvait pas dans les gants, mais dans la façon dont il les utilisait pour aider ses ami·e·s. En nettoyant et en aidant ses ami·e·s lorsqu'ils/elles étaient tristes, Luca a montré que de petits actes de gentillesse peuvent faire une grande différence dans notre groupe.

Depuis ce jour, lorsque quelqu'un a besoin d'un coup de main, Luca et ses ami·e·s savent ce qu'il faut faire pour lui rendre la vie plus belle et plus joyeuse.

3. Demandez aux enfants : Comment Luca a-t-il utilisé les gants qui aident ? (p. ex., il a réparé la chaise, réconforté son ami, nettoyé la salle de classe)
4. Demandez-leur s'ils/elles ont des idées sur ce qu'ils/elles peuvent faire pour aider dans leur espace sûr. Si nécessaire, donnez des exemples pour susciter des idées :
 - Partager des jouets
 - Jouer ensemble
 - Insistez sur le fait que chaque petit geste de gentillesse est important et que, même s'ils/elles sont encore petits, ils/elles peuvent avoir un impact important les uns sur les autres !

EXTENSION FACULTATIVE :

- Donnez aux enfants du papier et du matériel de dessin. Demandez-leur de tracer leur propre main ou celle d'un autre enfant. Vous devrez peut-être les aider à le faire. Ils/elles peuvent ensuite les décorer comme ils/elles le souhaitent.
- Dites aux enfants qu'il s'agit de leurs propres gants magiques qu'ils/elles peuvent utiliser pour s'entraider.

Facultatif : Fais comme moi

5 MIN.

1. Les enfants se placent en cercle.
2. Dites : *Nous allons jouer à un jeu appelé Fais comme moi. Nous allons écouter de la musique et danser. Imiter mes mouvements*
 - S'il n'y a pas de musique, demandez simplement aux enfants de faire ce que vous faites.
3. Commencez à jouer de la musique et faites un mouvement. Commencez par un mouvement simple et encouragez les enfants à le reproduire.
4. Laissez une minute pour que tous les enfants vous imitent, puis choisissez un nouveau mouvement.
5. Continuez à mener l'activité avec différents mouvements (voir les idées ci-dessous).
6. Après avoir réalisé au moins cinq mouvements différents et que les enfants se sentent à l'aise avec l'activité, demandez leur de mener le jeu. À tour de rôle autour du cercle, une personne fait un mouvement et les autres l'imitent.
7. Continuez jusqu'à ce que les enfants se désintéressent du jeu.

VARIATIONS :

- Cette activité peut être réalisée à l'extérieur.
- Cette activité peut être réalisée en demandant aux enfants de se placer deux par deux, l'un en face de l'autre, et de copier les mouvements de leur camarade en miroir.

NIVEAU : ÉLÉMENTAIRE	NIVEAU : INTERMÉDIAIRE	NIVEAU : AVANCÉ
<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements bruts • Taper dans les mains • Taper des pieds • Sauter • Bouger un bras vers l'intérieur, puis vers l'extérieur 	<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements plus lents nécessitant l'équilibre • Mettre un pied dedans et un pied dehors • Sauter sur un pied • Marcher sur la pointe des pieds • Toucher le nez en faisant passer la main en arrière 	<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une série de mouvements • Alternier deux mouvements (sauter deux fois sur un pied et une fois sur l'autre) • Créer une série : taper une fois dans les mains, sauter, taper une fois dans les mains, sauter. • Rendre la série plus difficile : taper deux fois dans les mains, sauter trois fois, taper deux fois dans les mains, sauter trois fois

Activité de détente : Long, petit et large

5 MIN.

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.

3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.
5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :
 - *Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?*

ADAPTATIONS :

- Quels autres animaux pouvez-vous imiter ?

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture

10 MIN.

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. **Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe.** Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.
- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».
- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférées (ou un moment qu'ils/elles ont apprécié, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.

Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.

- Chantez une comptine pour dire au revoir. **Choisissez une comptine populaire.** Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !



QUELQUES CHOSES FORMIDABLES SUR MOI

45 À
60 MIN.

THÈMES :	<ul style="list-style-type: none"> Reconnaître ses capacités et ses points forts. 	Session # 2.5
MATÉRIEL :	<ul style="list-style-type: none"> Papier Matériel de dessin 	
PRÉPARATION :	<ul style="list-style-type: none"> Préparez un tableau des règles à respecter avec des images (que vous utiliserez à chaque session). Dessin simple d'une activité que vous savez faire bien. 	

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités.

Ouverture

10 MIN.

- Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
- Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER



ÊTRE
ATTENTIF·VE



ÊTRE
GENTIL·LE



Donnez des exemples concrets de la règle « Être gentil·le » en lien avec le contexte, tels que partager les crayons, inclure les autres personnes dans les jeux, aider quelqu'un à ranger.

- Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons jouer à des jeux et apprendre des choses intéressantes sur nous-mêmes !

Quelques choses formidables sur moi

15 à 30 MIN.

- Dites aux enfants qu'aujourd'hui, nous allons penser à nous-mêmes. Chacun d'entre nous est doué pour tant de choses.
- Dites :

- *Je suis très doué·e pour...* (p. ex., sauter à la corde, faire des puzzles, faire la cuisine, lire, partager, etc.)
3. Demandez si quelqu'un d'autre a un domaine dans lequel il - elle est très doué·e. Évoquez 3 à 5 exemples avec les enfants.
 4. Dites :
 - *Je vais vous donner du papier et des feutres/crayons et chacun d'entre vous va dessiner son portrait.*
 5. Distribuez le matériel de dessin et laissez les enfants s'asseoir où ils/elles le souhaitent pendant qu'ils/elles dessinent.
 6. Faites le tour des enfants et assurez-vous qu'ils/elles savent ce qu'ils/elles vont dessiner et aidez ceux qui ont besoin d'aide.
 7. Donnez aux enfants 5 à 15 minutes pour dessiner.
 8. Après 5 à 15 minutes, frappez dans les mains ou faites sonner une cloche pour attirer l'attention des enfants. Demandez aux enfants de vous rejoindre pour former un cercle, puis asseyez-vous.
 9. Dites :
 - *Nous allons maintenant nous montrer nos dessins. Il est très important que nous soyons de bons amis entre nous lorsque chacun va montrer son dessin. Nous devons nous dire des choses gentilles, et pas nous taquiner. Par exemple, vous pouvez dire : « J'aime les couleurs que tu as utilisées » ou « J'aime la façon dont tu dessines tes cheveux » ou « J'aime ton dessin ». N'oubliez pas que nous sommes tous différents et que nous dessinons tous différemment. Aucun d'entre nous n'est meilleur que l'autre.*
 10. Demandez si quelqu'un souhaite montrer son dessin.
 - *Invitez un volontaire à se lever et à montrer son dessin, à dire son nom et à parler d'une chose pour laquelle il est doué.*
 - *Donnez-leur si nécessaire les mots : Je m'appelle _____. Je suis doué·e pour _____. Vous pouvez également demander : Comment tu t'appelles ? Quelles sont les choses que tu sais bien faire ?*
 - *Dites à l'enfant qu'il/elle doit être très doué·e pour [ce qu'il/elle dit] et qu'il/elle a fait un excellent travail.*
 11. Répétez l'exercice pour plusieurs autres enfants. Vous pouvez continuer tant que les enfants sont intéressés et qu'il reste du temps. Assurez-vous qu'il y ait une représentation équitable de filles et de garçons, d'enfants jeunes et moins jeunes, ainsi que d'enfants handicapé·e·s et non handicapés.
 12. Dites aux enfants qu'ils/elles sont doué·e·s pour de nombreuses choses !

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Associez des enfants plus âgé·e·s (6 ans) à des enfants plus jeunes (4 ans) pour les aider à dessiner, car les enfants plus jeunes peuvent ne pas avoir la motricité fine, la dextérité ou la capacité de faire des dessins précis. Ils/elles peuvent aussi gribouiller.

Facultatif : Fais comme moi

5 MIN.

1. Les enfants se placent en cercle.
2. Dites : *Nous allons jouer à un jeu appelé Fais comme moi. Nous allons écouter de la musique et danser. Imiter mes mouvements*
 - S'il n'y a pas de musique, demandez simplement aux enfants de faire ce que vous faites.

3. Commencez à jouer de la musique et faites un mouvement. Commencez par un mouvement simple et encouragez les enfants à le reproduire.
4. Laissez une minute pour que tous les enfants vous imitent, puis choisissez un nouveau mouvement.
5. Continuez à mener l'activité avec différents mouvements (voir les idées ci-dessous).
6. Après avoir réalisé au moins cinq mouvements différents et que les enfants se sentent à l'aise avec l'activité, demandez leur de mener le jeu. À tour de rôle autour du cercle, une personne fait un mouvement et les autres l'imitent.
7. Continuez jusqu'à ce que les enfants se désintéressent du jeu.

VARIATIONS :

- Cette activité peut être réalisée à l'extérieur.
- Cette activité peut être réalisée en demandant aux enfants de se placer deux par deux, l'un en face de l'autre, et de copier les mouvements de leur camarade en miroir.

NIVEAU : ÉLÉMENTAIRE	NIVEAU : INTERMÉDIAIRE	NIVEAU : AVANCÉ
<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements bruts • Taper dans les mains • Taper des pieds • Sauter • Bouger un bras vers l'intérieur, puis vers l'extérieur 	<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements plus lents nécessitant l'équilibre • Mettre un pied dedans et un pied dehors • Sauter sur un pied • Marcher sur la pointe des pieds • Toucher le nez en faisant passer la main en arrière 	<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une série de mouvements • Alternier deux mouvements (sauter deux fois sur un pied et une fois sur l'autre) • Créer une série : taper une fois dans les mains, sauter, taper une fois dans les mains, sauter. • Rendre la série plus difficile : taper deux fois dans les mains, sauter trois fois, taper deux fois dans les mains, sauter trois fois

Activité de détente : Long, petit et large 5 MIN.

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.
5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :

- *Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?*

ADAPTATIONS :

- Quels autres animaux pouvez-vous imiter ?

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture**10 MIN.**

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe. Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.
- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».
- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférée (ou une chose qu'ils/elles ont appréciée, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.

Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.

- Chantez une comptine pour dire au revoir. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !

COMPÉTENCES ET RELATIONS SOCIALES POSITIVES



LE POINT DE VUE DE LA MARIONNETTE

60 MIN.

THÈMES :	<ul style="list-style-type: none"> Prendre en compte le point de vue des autres, se préoccuper de ce que l'autre peut ressentir. 	Session # 3.1
MATÉRIEL :	<ul style="list-style-type: none"> Papier Marionnette Matériel de dessin 	
PRÉPARATION :	<ul style="list-style-type: none"> Préparez un tableau des règles à respecter avec des images (que vous utiliserez à chaque session). 	

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités.

Ouverture

10 MIN.

- Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
- Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER



ÊTRE
ATTENTIF·VE



ÊTRE
GENTIL·LE



Donnez des exemples concrets de la règle « Être gentil·le » en lien avec le contexte, tels que partager les crayons, inclure les autres personnes dans les jeux, aider quelqu'un à ranger.

- Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons jouer à des jeux et apprendre à connaître les goûts et les sentiments des autres.

LE POINT DE VUE DE LA MARIONNETTE

30 MIN.

- Présentez (à nouveau) aux enfants les marionnettes (ou l'animal en peluche ou la marionnette à bâton).
- Dites : *Aujourd'hui, nous allons aborder le fait que nous ressentons et aimons chacun des choses différentes.*
- Dites : *Nous allons apprendre à connaître notre marionnette.* Utilisez un nom si la marionnette en a un.
- Posez à la marionnette des questions simples sur ce qu'elle aime. Par exemple :

- « Est-ce que la marionnette aime les **chats** ? » (La marionnette fait oui de la tête)
 - « Est-ce que la marionnette aime les **petits pois** ? » (La marionnette secoue la tête pour dire non)
5. Demandez aux enfants :
 - Levez la main si vous aimez **les chats**.
 - Levez la main si vous aimez **les petits pois**.
 6. Dites au groupe que tous les enfants n'ont pas levé la main lors de la première ou de la seconde question et que cela signifie que tout le monde n'aime pas les mêmes choses.
 7. Favoriser les échanges :
 - Est-ce que c'est normal que nous aimions des choses différentes ? Oui ! Nous sommes tous différents.
 - Quelles sont les autres choses que vous aimez ?
 - Laissez les enfants parler de leurs plats ou de leurs jouets préférés, et montrez-leur que chaque réponse est importante.
 8. Dites : Nous ressentons aussi les choses différemment. Voyons ce que ressent notre marionnette.
 9. Faites comme si la marionnette était heureuse. Faites ensuite comme si la marionnette était triste.
 10. Favoriser les échanges. Demandez aux enfants :
 - Comment se sent la marionnette d'après vous ?
 - Lorsque la marionnette est triste, demandez-leur ce qu'on peut faire pour qu'elle se sente mieux.
 - Réponses possibles : Lui faire un câlin, lui demander si ça va, lui proposer de jouer.
 11. Invitez quelques enfants à venir demander à la marionnette ce qu'elle ressent. Proposez différentes émotions et demandez à l'enfant ce que nous pouvons faire pour que la marionnette se sente mieux.
 12. Donnez aux enfants du papier et du matériel de dessin. Invitez-les à dessiner la marionnette.
 13. Dites aux enfants qu'ils/elles ont appris à comprendre les sentiments et les préférences des autres :
 - « Aujourd'hui, nous avons appris que chacun aime des choses différentes, par exemple, certains d'entre nous aiment les chats et d'autres les petits pois. »
 - « Nous avons également appris qu'il était important de savoir ce que ressentent les autres. Il y a beaucoup de choses que nous pouvons faire pour rendre nos ami-e-s heureux-ses. Pouvons-nous essayer de partager et d'être gentil-le-s comme notre marionnette ? »

EXTENSION FACULTATIVE :

Terminez en chantant une chanson sur les émotions, comme « Si tu as d'la joie au cœur, frappe des mains ». Utilisez la marionnette si nécessaire.

Facultatif : Fais comme moi

5 MIN.

1. Les enfants se placent en cercle.
2. Dites : Nous allons jouer à un jeu appelé Fais comme moi. Nous allons écouter de la musique et danser. Imiter mes mouvements
 - S'il n'y a pas de musique, demandez simplement aux enfants de faire ce que vous faites.
3. Commencez à jouer de la musique et faites un mouvement. Commencez par un mouvement simple et encouragez les enfants à le reproduire.

4. Laissez une minute pour que tous les enfants vous imitent, puis choisissez un nouveau mouvement.
5. Continuez à mener l'activité avec différents mouvements (voir les idées ci-dessous).
6. Après avoir réalisé au moins cinq mouvements différents et que les enfants se sentent à l'aise avec l'activité, demandez leur de mener le jeu. À tour de rôle autour du cercle, une personne fait un mouvement et les autres l'imitent.
7. Continuez jusqu'à ce que les enfants se désintéressent du jeu.

VARIATIONS :

- Cette activité peut être réalisée à l'extérieur.
- Cette activité peut être réalisée en demandant aux enfants de se placer deux par deux, l'un en face de l'autre, et de copier les mouvements de leur camarade en miroir.

NIVEAU : ÉLÉMENTAIRE	NIVEAU : INTERMÉDIAIRE	NIVEAU : AVANCÉ
<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements bruts • Taper dans les mains • Taper des pieds • Sauter • Bouger un bras vers l'intérieur, puis vers l'extérieur 	<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements plus lents nécessitant l'équilibre • Mettre un pied dedans et un pied dehors • Sauter sur un pied • Marcher sur la pointe des pieds • Toucher le nez en faisant passer la main en arrière 	<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une série de mouvements • Alternier deux mouvements (sauter deux fois sur un pied et une fois sur l'autre) • Créer une série : taper une fois dans les mains, sauter, taper une fois dans les mains, sauter. • Rendre la série plus difficile : taper deux fois dans les mains, sauter trois fois, taper deux fois dans les mains, sauter trois fois

Activité de détente : Long, petit et large

5 MIN.

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.
5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :
 - Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?

ADAPTATIONS :

- Quels autres animaux pouvez-vous imiter ?

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture**10 MIN.**

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. **Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe.** Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.
- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».
- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférée (ou une chose qu'ils/elles ont appréciée, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.
Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.
- Chantez une comptine pour dire au revoir. **Choisissez une comptine populaire.** Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !



CRÉER UNE HISTOIRE ENSEMBLE

45 À
60 MIN.

THÈMES :	<ul style="list-style-type: none"> Écouter activement et communiquer efficacement. Alphabétisation – Langue orale : Écoute 	Session # 3.2
MATÉRIEL :	<ul style="list-style-type: none"> Aucun 	
PRÉPARATION :	<ul style="list-style-type: none"> Préparez un tableau des règles à respecter avec des images (que vous utiliserez à chaque session). 	

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités.

Ouverture

10 MIN.

- Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
- Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER



ÊTRE
ATTENTIF·VE



ÊTRE
GENTIL·LE



Donnez des exemples concrets de la règle « Être gentil·le » en lien avec le contexte, tels que partager les crayons, inclure les autres personnes dans les jeux, aider quelqu'un à ranger.

- Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons jouer à des jeux et apprendre à écouter et à raconter une histoire.

Raconter une histoire de groupe

15 à 30 MIN.

- Invitez les enfants à s'asseoir en cercle. Vous devez vous asseoir dans le cercle avec eux.
- Dites aux enfants qu'aujourd'hui, nous allons raconter des histoires que nous allons inventer ensemble.
- Expliquez que vous allez dire la première ligne d'une histoire, puis que l'enfant à côté de vous continuera avec la ligne suivante, et l'enfant suivant avec la ligne d'après, et ainsi de suite.

4. Dites : Vous ne pouvez prononcer qu'une courte phrase à la fois. Chacun aura son tour pour ajouter quelque chose à l'histoire.
5. Expliquez que, dans certains cas, nous sentirons qu'une histoire se termine et qu'alors nous mettrons fin à celle-ci et commencerons une nouvelle. Dans d'autres, il est possible de que fassions le tour complet du cercle et que nous réalisons que l'histoire doit continuer. Les deux sont bien.
6. Commencez une histoire par une seule phrase. Une fois que vous avez dit votre phrase, dites à l'enfant suivant que c'est à son tour d'ajouter quelque chose à l'histoire. Dites : Que se passe-t-il ensuite ? Aidez les enfants qui éprouvent des difficultés en leur proposant des liaisons, telles que « Et puis... », « Après ça... », « Soudain... ».
7. Vous trouverez ci-après quelques exemples de phrases d'amorçage, mais vous pouvez tout aussi inventer la vôtre. Les histoires peuvent être courtes, drôles et absurdes !
8. Rappelez aux enfants que chacun aura son tour pour partager son idée et continuer à créer l'histoire, mais qu'ils/elles ne sont pas obligés de participer s'ils/elles ne le souhaitent pas et qu'ils/elles peuvent dire « Je passe » lorsque c'est leur tour. Toutefois, tout le monde doit écouter pour connaître et comprendre l'histoire.
9. Rappelez aux enfants que nous avons tous des idées différentes et qu'aucune idée n'est meilleure qu'une autre, puisque nous faisons appel à notre imagination. Nous devons donc être poli·e·s et nous encourager mutuellement pendant que nous créons l'histoire.
10. Commencez l'histoire :

Exemple de phrases d'amorçage :

- Il était une fois une petite fille qui s'appelait Anna [remplacez par un nom local] qui vivait avec sa grand-mère au sommet d'une très haute montagne.
- Un jour, un petit garçon nommé David [remplacez par un nom local] se promenait sur la route lorsqu'il aperçut, au loin, ce qui semblait être un château/palais.
- Dans un petit village loin de la ville, vivait une petite fille nommée Anayah [remplacez par un nom local] qui était réputée pour son audace face aux lions.
- Isarro [remplacez par un nom local] était une petite fille qui aimait l'aventure et qui voulait voyager dans le monde entier.

11. Lorsque tous les enfants ont passé leur tour, que l'histoire se termine ou que les enfants commencent à s'agiter, terminez l'activité et remerciez-les pour leur écoute et leurs bonnes idées pour l'histoire !

Facultatif : Fais comme moi 5 MIN.

1. Les enfants se placent en cercle.
2. Dites : *Nous allons jouer à un jeu appelé Fais comme moi. Nous allons écouter de la musique et danser. Imiter mes mouvements*
 - S'il n'y a pas de musique, demandez simplement aux enfants de faire ce que vous faites.
3. Commencez à jouer de la musique et faites un mouvement. Commencez par un mouvement simple et encouragez les enfants à le reproduire.
4. Laissez une minute pour que tous les enfants vous imitent, puis choisissez un nouveau mouvement.
5. Continuez à mener l'activité avec différents mouvements (voir les idées ci-dessous).

6. Après avoir réalisé au moins cinq mouvements différents et que les enfants se sentent à l'aise avec l'activité, demandez leur de mener le jeu. À tour de rôle autour du cercle, une personne fait un mouvement et les autres l'imitent.
7. Continuez jusqu'à ce que les enfants se désintéressent du jeu.

VARIATIONS :

- Cette activité peut être réalisée à l'extérieur.
- Cette activité peut être réalisée en demandant aux enfants de se placer deux par deux, l'un en face de l'autre, et de copier les mouvements de leur camarade en miroir.

NIVEAU : ÉLÉMENTAIRE	NIVEAU : INTERMÉDIAIRE	NIVEAU : AVANCÉ
<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements bruts • Taper dans les mains • Taper des pieds • Sauter • Bouger un bras vers l'intérieur, puis vers l'extérieur 	<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements plus lents nécessitant l'équilibre • Mettre un pied dedans et un pied dehors • Sauter sur un pied • Marcher sur la pointe des pieds • Toucher le nez en faisant passer la main en arrière 	<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une série de mouvements • Alternier deux mouvements (sauter deux fois sur un pied et une fois sur l'autre) • Créer une série : taper une fois dans les mains, sauter, taper une fois dans les mains, sauter. • Rendre la série plus difficile : taper deux fois dans les mains, sauter trois fois, taper deux fois dans les mains, sauter trois fois

Activité de détente : Long, petit et large 5 MIN.

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.
5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :
 - Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?

ADAPTATIONS :

- Quels autres animaux pouvez-vous imiter ?

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture**10 MIN.**

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. **Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe.** Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.
- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».
- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférée (ou une chose qu'ils/elles ont appréciée, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.
Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.
- Chantez une comptine pour dire au revoir. **Choisissez une comptine populaire.** Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !



SE FAIRE UN·E NOUVEL·LE AMI·E

45 À
60 MIN.

THÈMES :	<ul style="list-style-type: none"> Établir des relations positives, rechercher ou offrir du soutien et de l'aide en cas de besoin. Prendre en compte le point de vue des autres, se préoccuper de ce que l'autre peut ressentir. 	Session # 3.3
MATÉRIEL :	<ul style="list-style-type: none"> Matériel de dessin Marionnette 	
PRÉPARATION :	<ul style="list-style-type: none"> Préparez un tableau des règles à respecter avec des images (que vous utiliserez à chaque session). 	

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités.

Ouverture

10 MIN.

- Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
- Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER



ÊTRE
ATTENTIF·VE



ÊTRE
GENTIL·LE



Donnez des exemples concrets de la règle « Être gentil·le » en lien avec le contexte, tels que partager les crayons, inclure les autres personnes dans les jeux, aider quelqu'un à ranger.

- Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons jouer à des jeux et apprendre à nous faire des amis.

Facultatif : Jeu des noms avec une balle 10 MIN.

5 à

1. Demandez aux enfants de vous rejoindre et de s'asseoir ou de se tenir debout en cercle et expliquez-leur qu'ils/elles vont jouer à un jeu pour apprendre le nom des autres enfants.
2. Dites : *Quand vous avez le ballon, dites votre nom, puis donnez le ballon à l'enfant à côté de vous. Vous ferez doucement passer ou rouler la balle un par un – au choix – et tout le monde aura son tour.*

3. Montrez-leur comment faire en tenant le ballon, en disant votre nom et en donnant le ballon à l'enfant qui se trouve à côté de vous.
4. L'enfant suivant dit son nom et passe ou fait rouler doucement le ballon vers l'enfant qui n'a pas encore dit son nom.
5. L'exercice se poursuit jusqu'à ce que chacun ait eu l'occasion de recevoir le ballon et de dire son nom.

Extension facultative (si les enfants sont encore attentif·ve·s) :

6. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire cela une fois de plus, sauf qu'ils/elles vont essayer de se souvenir du nom de l'enfant qui se trouve à côté d'eux.
7. Montrez-leur comment faire en disant le nom de l'enfant à côté de vous lorsque vous lui passez ou faites rouler la balle vers lui.
8. Dites : *Ce n'est pas grave si vous avez oublié son nom, demandez-le-lui avant de lui passer la balle ou de la faire rouler en sa direction.*
9. Dites-leur qu'ils/elles passeront ou feront rouler la balle un par un et que chacun aura son tour.



REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Assurez-vous que tous les enfants qui souhaitent participer ont la possibilité de dire leur nom. Certains enfants peuvent se montrer timides ou renfermés en raison de leurs expériences passées. Si un enfant ne veut pas dire son nom, ne le forcez pas. Ils/elles peuvent rester dans le cercle et passer ou faire rouler le ballon avec les autres. Vous pouvez dire leur nom à leur place s'ils/elles acceptent.
- Réalisez cette activité au cours des premières sessions, ou au cours de toute autre session que vous jugerez opportune afin d'aider les enfants à se souvenir des noms des autres enfants, une condition essentielle à l'établissement de relations sociales positives.
- Veillez à utiliser une balle à clochette afin que les enfants présentant un handicap sensoriel puissent l'entendre et la suivre.

Se faire un·e nouvel·le ami·e

15 à 30 MIN.

1. Dites aux enfants qu'aujourd'hui, nous allons parler de ce que cela signifie être un·e bon·ne ami·e.
2. Dites : Un·e ami·e est une personne avec laquelle vous aimez jouer, qui vous rend heureux·se et qui vous fait vous sentir unique.
3. Dites : Un·e bon·ne ami·e vous aide à vous sentir mieux lorsque vous êtes triste. Quelles sont les autres choses que font les bons amis ? Aidez les enfants à donner des réponses si nécessaire. Les réponses peuvent être les suivantes :

- | | | | | |
|------------------|---------------------|-------------------------------|-----------------------------|-----------|
| • Jouer ensemble | • Partager un jouet | • Laisser sa place à d'autres | • Utiliser des mots gentils | • Écouter |
|------------------|---------------------|-------------------------------|-----------------------------|-----------|

4. Dites aux enfants qu'ils/elles en savent beaucoup sur la façon d'être de bon·n·es ami·e·s !

5. Dites : Levez la main si vous rencontrez de nouveaux amis aujourd'hui. Dites : Parfois, lorsque je rencontre un·e nouvel·le ami·e, je me sens timide ou nerveux·se. Faire une grimace de timidité ou de nervosité. Demandez aux enfants de vous montrer à quoi ils/elles ressemblent lorsqu'ils/elles sont timides.
6. Dites : Levez la main si vous vous sentez timide ou nerveux·se. Dites aux enfants que c'est normal de se sentir ainsi lorsqu'ils/elles se font de nouveaux ami·e·s.
7. Dites : Quand je rencontre un·e nouvel·le ami·e, j'aime lui demander « Comment tu t'appelles ? ». Cela nous aide, moi et mon/ ma nouvel·le ami·e, à nous sentir plus à l'aise. Que pouvez-vous faire d'autre lorsque vous rencontrez un ami ? Aidez les enfants à donner des réponses si nécessaire. Les réponses peuvent être les suivantes :

• Sourire	• Dire bonjour	• Dire son nom	• L'inviter à jouer	• Partager un jouet
-----------	-------------------	-------------------	------------------------	------------------------
8. Dites aux enfants que ces gestes peuvent aider les nouveaux ami·e·s à se sentir en sécurité et à l'aise !
9. Dites-leur que vous allez leur présenter votre nouvel·le ami·e. Sortez votre marionnette et faites comme si elle était timide. Voici **Jaime [remplacez par un nom local]**. Jaime est timide et mal à l'aise à l'idée de vous rencontrer tous pour la première fois.
10. Présentez-vous à votre marionnette et demandez-lui si elle veut jouer. (Faites comme si la marionnette était heureuse.)
11. Invitez un enfant à s'entraîner à se présenter à la marionnette pour qu'elle se sente à l'aise. Dites à l'enfant de dire son nom et de vous inviter à jouer. Donnez-leur les mots suivants : « Je m'appelle [insérer le nom]. Tu veux jouer avec moi ? »
 - Si la situation s'y prête, faites un tour et laissez aux autres enfants la possibilité de se présenter à la marionnette et de s'exercer à d'autres façons d'être de bons amis (p. ex., sourire, dire bonjour, partager un jouet, proposer de tenir une main ou de faire un câlin)
12. Dites aux enfants que les bon·ne·s ami·e·s s'entraident, s'amusent, partagent ce qu'ils/elles ont et tentent de s'assurer qu'ils/elles sont tous les deux heureux·ses !

EXTENSION FACULTATIVE :

- Si les enfants sont toujours motivé·e·s et intéressé·e·s, répartissez-les en petits groupes. Donnez à chaque groupe 1 grande feuille de papier et du matériel de dessin. On peut également utiliser des bâtons pour dessiner dans le sable ou la terre. Dites à chaque groupe de dessiner ensemble ce qu'il veut. Ils/elles peuvent s'entraîner à être de bons ami·e·s en travaillant ensemble et en partageant le papier et le matériel d'écriture.

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- La marionnette peut être une chaussette ou un animal en peluche ou être fabriquée à partir de matériaux locaux, tels que des bâtons et des feuilles. Elle doit être très simple et peut être réutilisée pour d'autres sessions.

Activité de détente : Long, petit et large

5 MIN.

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.
5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :
 - *Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?*

ADAPTATIONS :

- Quels autres animaux pouvez-vous imiter ?

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture

10 MIN.

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. **Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe.** Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.
- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».
- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférées (ou un moment qu'ils/elles ont apprécié, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.

Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.

- Chantez une comptine pour dire au revoir. **Choisissez une comptine populaire.** Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !



INVENTER UNE HISTOIRE POUR TROUVER DES SOLUTIONS

45 À
60 MIN.

THÈMES :	<ul style="list-style-type: none"> Résoudre les problèmes, y compris par le travail d'équipe. 	Session # 3.4
MATÉRIEL :	<ul style="list-style-type: none"> Matériel de dessin Papier Marionnette 	
PRÉPARATION :	<ul style="list-style-type: none"> Pensez à une histoire à raconter avant l'activité. Préparez un tableau des règles à respecter avec des images (que vous utiliserez à chaque session). 	

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités.

Ouverture

10 MIN.

- Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. **Choisissez une comptine populaire.** Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
- Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER



ÊTRE
ATTENTIF·VE



ÊTRE
GENTIL·LE



Donnez des exemples concrets de la règle « Être gentil·le » en lien avec le contexte, tels que partager les crayons, inclure les autres personnes dans les jeux, aider quelqu'un à ranger.

- Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons jouer à des jeux et raconter une histoire ensemble !

Inventer une histoire pour trouver une solution

15 à 30 MIN.

- Inventez une histoire mettant en scène un personnage principal (généralement un animal) qui rencontre un problème que les jeunes enfants peuvent facilement comprendre (p. ex., un jouet perdu). Racontez la première moitié de l'histoire aux enfants (c'est-à-dire, suffisamment pour présenter tous les personnages et le problème du personnage principal). L'histoire doit être simple et courte. Utilisez une marionnette comme personnage principal de l'histoire.

2. Dites aux enfants qu'ils/elles doivent trouver ensemble la fin de l'histoire. Faites le tour et faites la marionnette demander aux enfants ce qu'ils/elles pensent qu'il devrait se passer ensuite dans l'histoire pour résoudre le problème du personnage principal.
3. Aidez les enfants à décider en groupe de la fin de l'histoire.

EXTENSION FACULTATIVE :

- Demandez aux enfants de dessiner un élément de l'histoire. Proposez-leur des options, telles que l'animal, le jouet, etc.

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Les enfants peuvent créer des costumes, des masques ou des marionnettes et jouer l'histoire pour leur spectacle à partir de fournitures de loisirs créatifs ou de matériel local. Les facilitateur·rice·s doivent encadrer cette activité et donner aux enfants une ligne de l'histoire à la fois pour qu'ils/elles la mettent en scène. Les enfants peuvent être tour à tour acteurs et spectateurs.

Facultatif : Fais comme moi

5 MIN.

1. Les enfants se placent en cercle.
2. Dites : *Nous allons jouer à un jeu appelé Fais comme moi. Nous allons écouter de la musique et danser. Imiter mes mouvements*
 - S'il n'y a pas de musique, demandez simplement aux enfants de faire ce que vous faites.
3. Commencez à jouer de la musique et faites un mouvement. Commencez par un mouvement simple et encouragez les enfants à le reproduire.
4. Laissez une minute pour que tous les enfants vous imitent, puis choisissez un nouveau mouvement.
5. Continuez à mener l'activité avec différents mouvements (voir les idées ci-dessous).
6. Après avoir réalisé au moins cinq mouvements différents et que les enfants se sentent à l'aise avec l'activité, demandez leur de mener le jeu. À tour de rôle autour du cercle, une personne fait un mouvement et les autres l'imitent.
7. Continuez jusqu'à ce que les enfants se désintéressent du jeu.

VARIATIONS :

- Cette activité peut être réalisée à l'extérieur.
- Cette activité peut être réalisée en demandant aux enfants de se placer deux par deux, l'un en face de l'autre, et de copier les mouvements de leur camarade en miroir.

NIVEAU : ÉLÉMENTAIRE	NIVEAU : INTERMÉDIAIRE	NIVEAU : AVANCÉ
<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements bruts • Taper dans les mains • Taper des pieds • Sauter 	<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements plus lents nécessitant l'équilibre • Mettre un pied dedans et un pied dehors • Sauter sur un pied • Marcher sur la pointe des pieds 	<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une série de mouvements • Alternier deux mouvements (sauter deux fois sur un pied et une fois sur l'autre) • Créer une série : taper une fois dans les mains, sauter,

<ul style="list-style-type: none"> • Bouger un bras vers l'intérieur, puis vers l'extérieur 	<ul style="list-style-type: none"> • Toucher le nez en faisant passer la main en arrière 	<p>taper une fois une fois dans les mains, sauter.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rendre la série plus difficile : taper deux fois dans les mains, sauter trois fois, taper deux fois dans les mains, sauter trois fois
------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Activité de détente : Long, petit et large

5 MIN.

7. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
8. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
9. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
10. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.
11. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
12. Demandez :
 - Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?

ADAPTATIONS :

- Quels autres animaux pouvez-vous imiter ?

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture

10 MIN.

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. **Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe.** Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.
- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».
- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférées (ou un moment qu'ils/elles ont apprécié, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.

Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.

- Chantez une comptine pour dire au revoir. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !



RÉGLER LES PROBLÈMES AVEC NOS AMIS 45 À 60 MIN.

THÈMES :	<ul style="list-style-type: none"> • Résoudre les conflits de manière constructive. • Résoudre les problèmes, y compris par le travail d'équipe. 	Session # 3.4
MATÉRIEL :	<ul style="list-style-type: none"> • Jouets, feutres ou autres objets, en quantité suffisante pour qu'un enfant sur deux en reçoive un • Corde ou objet similaire • Marionnette (facultatif) 	
PRÉPARATION :	<ul style="list-style-type: none"> • Préparez un tableau des règles à respecter avec des images (que vous utiliserez à chaque session). 	

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités.

Ouverture

10 MIN.

- Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
- Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER



ÊTRE
ATTENTIF·VE



ÊTRE
GENTIL·LE



Donnez des exemples concrets de la règle « Être gentil·le » en lien avec le contexte, tels que partager les crayons, inclure les autres personnes dans les jeux, aider quelqu'un à ranger.

- Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons jouer à des jeux et apprendre à résoudre les problèmes avec nos amis !

Régler les problèmes avec nos amis

15 à 30 MIN.

1. Dites aux enfants qu'aujourd'hui, nous allons parler de la manière de résoudre (ou d'arranger) les problèmes.
2. Dites aux enfants que la résolution de problèmes est quelque chose de très important tout au long de notre vie, et que même les adultes ont besoin de résoudre des problèmes avec leurs amis.

3. Nous essayons de trouver un moyen de résoudre un problème de manière à ce que les deux personnes soient contentes.
4. Donnez un exemple :
 - Montrez une balle (ou un feutre, ou autre chose que les enfants aiment).
 - Dites :
 - *Disons que vous et votre ami-e voulez tous·tes les deux cette [balle/feutre/autre objet] et que vous vous disputez à ce sujet. Vous avez du mal à vous partager le ballon entre vous.*
 - Demandez :
 - *Que pouvez-vous faire pour que vous soyez tous·tes les deux contents ?*
 - Donnez aux enfants le temps de répondre. S'ils/elles ont du mal à répondre, vous pouvez les aider. Les réponses peuvent être les suivantes :
 - Nous pouvons nous relayer – une personne prend d'abord la [balle/feutre/autre objet], puis c'est au tour de l'autre personne.
 - Nous pouvons jouer ensemble (cette solution convient mieux pour l'exemple de la balle que pour celui du feutre).
5. Dites :
 - *Ce sont des idées géniales ! Voyons maintenant à quoi cela peut ressembler Qui peut venir devant et prétendre être mon/ma ami-e ?* (Vous pouvez également utiliser une marionnette ici)
6. Choisissez un volontaire parmi les enfants pour jouer le jeu avec vous. Faites semblant d'être deux enfants qui se disputent la [balle/feutre/autre objet]. Ensuite, dites : « Que pouvons-nous faire pour que nous soyons tous les deux contents ? » et trouvez une solution ensemble (soit en jouant à tour de rôle, soit en jouant ensemble).
7. Demandez quelques volontaires supplémentaires et rejouez la scène.
8. Dites aux enfants qu'ils/elles font un excellent travail en montrant comment résoudre les problèmes, notamment en attendant leur tour et en partageant les choses de manière à satisfaire les deux ami-e ·s.

Extension optionnelle :

- Donnez à des binômes d'enfants du papier et un crayon ou un feutre, ou autre, et dites-leur qu'ils/elles vont s'entraîner à partager le crayon ou le feutre et à attendre leur tour pour dessiner sur le papier. Cette activité peut durer environ 5 minutes.

Facultatif : Fais comme moi

5 MIN.

1. Les enfants se placent en cercle.
2. Dites : *Nous allons jouer à un jeu appelé Fais comme moi. Nous allons écouter de la musique et danser. Imiter mes mouvements*
 - S'il n'y a pas de musique, demandez simplement aux enfants de faire ce que vous faites.
3. Commencez à jouer de la musique et faites un mouvement. Commencez par un mouvement simple et encouragez les enfants à le reproduire.
4. Laissez une minute pour que tous les enfants vous imitent, puis choisissez un nouveau mouvement.
5. Continuez à mener l'activité avec différents mouvements (voir les idées ci-dessous).

6. Après avoir réalisé au moins cinq mouvements différents et que les enfants se sentent à l'aise avec l'activité, demandez leur de mener le jeu. À tour de rôle autour du cercle, une personne fait un mouvement et les autres l'imitent.
7. Continuez jusqu'à ce que les enfants se désintéressent du jeu.

VARIATIONS :

- Cette activité peut être réalisée à l'extérieur.
- Cette activité peut être réalisée en demandant aux enfants de se placer deux par deux, l'un en face de l'autre, et de copier les mouvements de leur camarade en miroir.

NIVEAU : ÉLÉMENTAIRE	NIVEAU : INTERMÉDIAIRE	NIVEAU : AVANCÉ
<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements bruts • Taper dans les mains • Taper des pieds • Sauter • Bouger un bras vers l'intérieur, puis vers l'extérieur 	<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements plus lents nécessitant l'équilibre • Mettre un pied dedans et un pied dehors • Sauter sur un pied • Marcher sur la pointe des pieds • Toucher le nez en faisant passer la main en arrière 	<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une série de mouvements • Alternier deux mouvements (sauter deux fois sur un pied et une fois sur l'autre) • Créer une série : taper une fois dans les mains, sauter, taper une fois dans les mains, sauter. • Rendre la série plus difficile : taper deux fois dans les mains, sauter trois fois, taper deux fois dans les mains, sauter trois fois

Activité de détente : Long, petit et large**5 MIN.**

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.
5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :
 - Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?

ADAPTATIONS :

- Quels autres animaux pouvez-vous imiter ?

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture

10 MIN.

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe. Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.
- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».
- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférées (ou un moment qu'ils/elles ont apprécié, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.

Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.

- Chantez une comptine pour dire au revoir. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !

ALPHABÉTISATION



LE TOUR DU CERCLE

45 À
60 MIN.

THÈMES :	<ul style="list-style-type: none"> Alphabétisation – Langue orale : S'exprimer Alphabétisation – Langue orale : Écoute 	Session # 4.1
MATÉRIEL :	<ul style="list-style-type: none"> Aucun 	
PRÉPARATION :	<ul style="list-style-type: none"> Préparez un tableau des règles à respecter avec des images (que vous utiliserez à chaque session). 	

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités.

Ouverture

10 MIN.

- Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
- Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER



ÊTRE
ATTENTIF·VE



ÊTRE
GENTIL·LE



Donnez des exemples concrets de la règle « Être gentil·le » en lien avec le contexte, tels que partager les crayons, inclure les autres personnes dans les jeux, aider quelqu'un à ranger.

- Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons jouer à des jeux, apprendre le nom de chacun et nous entraîner à parler et à écouter !

Le tour du cercle

15 à 30 MIN.

- Dites :
 - Aujourd'hui, nous allons jouer à un jeu. Ok, asseyons-nous en cercle.*
- Ensuite, dites ces mots en chantant :
 - [Nom]
 - [Nom] fait le tour du cercle,

[Nom] fait le tour du cercle,

[Nom] fait le tour du cercle,

Qui est le prochain ?

3. Après avoir chanté plusieurs fois, expliquez aux enfants les règles du jeu. Dites :

- *Pendant que nous chantons, l'un d'entre vous marchera autour du cercle. Nous chanterons en utilisant le nom de cette personne. Lorsque la chanson s'arrête, la personne qui marche touche la tête d'un autre enfant et s'assoit. L'enfant dont la tête a été touchée commence à marcher autour du cercle, exactement comme l'autre enfant avant lui. C'est son nom que nous utiliserons dans la chanson, jusqu'à ce qu'un nouvel enfant soit choisi.*

4. Après un certain temps, ajoutez une variante. Choisissez un autre enfant et demandez-lui :

- *Comment voudrais-tu faire le tour du cercle !! Pourquoi ne pas marcher comme un papillon ou un oiseau !*

D'autres variantes sont possibles, par exemple en chantant plus fort ou moins fort ou en demandant aux enfants d'applaudir chaque fois qu'ils/elles entendent un certain mot.

5. Faites cela pendant environ 15 minutes avec différentes variations.

ADAPTATIONS :

- Les enfants peuvent jouer à ce jeu en petits groupes afin d'accélérer le rythme et de permettre à chaque enfant de faire un tour complet.
- Une fois que les enfants ont appris la chanson, vous pouvez changer les paroles pour leur indiquer autour de quoi ils/elles doivent tourner. Par exemple, au lieu de « Lili fait le tour du cercle », dites « Lili fait le tour de l'arbre/se balance/etc. ».
- Les enfants peuvent proposer d'autres choses autour desquelles ils/elles doivent tourner.

Facultatif : Fais comme moi 5 MIN.

1. Les enfants se placent en cercle.
2. Dites : *Nous allons jouer à un jeu appelé Fais comme moi. Nous allons écouter de la musique et danser. Imiter mes mouvements*
 - S'il n'y a pas de musique, demandez simplement aux enfants de faire ce que vous faites.
3. Commencez à jouer de la musique et faites un mouvement. Commencez par un mouvement simple et encouragez les enfants à le reproduire.
4. Laissez une minute pour que tous les enfants vous imitent, puis choisissez un nouveau mouvement.
5. Continuez à mener l'activité avec différents mouvements (voir les idées ci-dessous).
6. Après avoir réalisé au moins cinq mouvements différents et que les enfants se sentent à l'aise avec l'activité, demandez leur de mener le jeu. À tour de rôle autour du cercle, une personne fait un mouvement et les autres l'imitent.
7. Continuez jusqu'à ce que les enfants se désintéressent du jeu.

VARIATIONS :

- Cette activité peut être réalisée à l'extérieur.

- Cette activité peut être réalisée en demandant aux enfants de se placer deux par deux, l'un en face de l'autre, et de copier les mouvements de leur camarade en miroir.

NIVEAU : ÉLÉMENTAIRE	NIVEAU : INTERMÉDIAIRE	NIVEAU : AVANCÉ
<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements bruts • Taper dans les mains • Taper des pieds • Sauter • Bouger un bras vers l'intérieur, puis vers l'extérieur 	<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements plus lents nécessitant l'équilibre • Mettre un pied dedans et un pied dehors • Sauter sur un pied • Marcher sur la pointe des pieds • Toucher le nez en faisant passer la main en arrière 	<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une série de mouvements • Alternier deux mouvements (sauter deux fois sur un pied et une fois sur l'autre) • Créer une série : taper une fois dans les mains, sauter, taper une fois dans les mains, sauter. • Rendre la série plus difficile : taper deux fois dans les mains, sauter trois fois, taper deux fois dans les mains, sauter trois fois

Activité de détente : Long, petit et large 5 MIN.

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.
5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :
 - Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?

ADAPTATIONS :

- Quels autres animaux pouvez-vous imiter ?

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture

10 MIN.

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe. Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.
- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».
- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférées (ou un moment qu'ils/elles ont apprécié, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.

Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.

- Chantez une comptine pour dire au revoir. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !



ÉCOUTER LES SONS

45 À
60 MIN.

THÈMES :	• Alphabétisation – Langue orale : Écoute	Session # 4.2
MATÉRIEL :	• Aucun	
PRÉPARATION :	• Préparez un tableau des règles à respecter avec des images (que vous utiliserez à chaque session).	

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités.

Ouverture

10 MIN.

- Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
- Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER



ÊTRE
ATTENTIF·VE



ÊTRE
GENTIL·LE



Donnez des exemples concrets de la règle « Être gentil·le » en lien avec le contexte, tels que partager les crayons, inclure les autres personnes dans les jeux, aider quelqu'un à ranger.

- Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons jouer à des jeux et nous entraîner à écouter les sons !

Écouter les sons

15 à 30 MIN.

1. Dites :
 - *Nous allons jouer à un jeu : je vais faire un bruit et vous allez essayer de deviner ce que c'est sans regarder ! Tout d'abord, regardez vos pieds ou le sol pour ne pas voir ce que je fais.*
2. Ensuite, faites un bruit. Il peut s'agir de n'importe quel type de bruit, comme frapper sur une table, souffler bruyamment de l'air par la bouche, siffler ou déchirer du papier.
3. Dites :

- *Quel était ce son ?*
et laisser les enfants deviner.
- 4. Une fois qu'ils/elles ont deviné correctement, faites un autre son pendant qu'ils/elles ne regardent pas. Répétez l'opération plusieurs fois.
- 5. Une fois qu'ils/elles sont bien entraîné-e-s, dites-leur :
 - *Maintenant, je vais faire deux sons, l'un après l'autre. Vous devrez me dire quel était chacun d'entre eux.*
- 6. Faites deux sons. Voici quelques autres idées : verser un liquide, faire sonner une cloche, applaudir, ouvrir une porte, écrire au tableau, claquer des doigts, éternuer, tousser, manger quelque chose, faire tomber quelque chose, claquer de la langue, se moucher, sauter, marcher, tourner une page, se frotter les mains, ou tout autre bruit auquel vous pouvez penser.
- 7. Dites :
 - *D'abord, nous avons entendu un [laissez les enfants répondre], puis nous avons entendu un [laissez les enfants répondre].*
- 8. Continuez pendant 15 à 20 minutes ou jusqu'à ce que les enfants se désintéressent.
- 9. Félicitez les enfants pour leur capacité d'écoute !

ADAPTATIONS :

- Une fois que les enfants sont capables d'identifier deux sons, refaites ce jeu avec trois sons ou plus.
- Faites une série de sons. Répétez ensuite la séquence en omettant l'un des sons. Les enfants doivent identifier le son qui a été omis dans la deuxième séquence.
- Invitez les enfants à produire des sons que leurs camarades devront deviner.

Facultatif : Fais comme moi 5 MIN.

1. Les enfants se placent en cercle.
2. Dites : *Nous allons jouer à un jeu appelé Fais comme moi. Nous allons écouter de la musique et danser. Imiter mes mouvements*
 - S'il n'y a pas de musique, demandez simplement aux enfants de faire ce que vous faites.
3. Commencez à jouer de la musique et faites un mouvement. Commencez par un mouvement simple et encouragez les enfants à le reproduire.
4. Laissez une minute pour que tous les enfants vous imitent, puis choisissez un nouveau mouvement.
5. Continuez à mener l'activité avec différents mouvements (voir les idées ci-dessous).
6. Après avoir réalisé au moins cinq mouvements différents et que les enfants se sentent à l'aise avec l'activité, demandez leur de mener le jeu. À tour de rôle autour du cercle, une personne fait un mouvement et les autres l'imitent.
7. Continuez jusqu'à ce que les enfants se désintéressent du jeu.

VARIATIONS :

- Cette activité peut être réalisée à l'extérieur.

- Cette activité peut être réalisée en demandant aux enfants de se placer deux par deux, l'un en face de l'autre, et de copier les mouvements de leur camarade en miroir.

NIVEAU : ÉLÉMENTAIRE	NIVEAU : INTERMÉDIAIRE	NIVEAU : AVANCÉ
<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements bruts • Taper dans les mains • Taper des pieds • Sauter • Bouger un bras vers l'intérieur, puis vers l'extérieur 	<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements plus lents nécessitant l'équilibre • Mettre un pied dedans et un pied dehors • Sauter sur un pied • Marcher sur la pointe des pieds • Toucher le nez en faisant passer la main en arrière 	<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une série de mouvements • Alternier deux mouvements (sauter deux fois sur un pied et une fois sur l'autre) • Créer une série : taper une fois dans les mains, sauter, taper une fois dans les mains, sauter. • Rendre la série plus difficile : taper deux fois dans les mains, sauter trois fois, taper deux fois dans les mains, sauter trois fois

Activité de détente : Long, petit et large

5 MIN.

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.
5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :
 - Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?

ADAPTATIONS :

- Quels autres animaux pouvez-vous imiter ?

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture

10 MIN.

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe. Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.
- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».
- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférées (ou un moment qu'ils/elles ont apprécié, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.

Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.

- Chantez une comptine pour dire au revoir. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !



DÉCRIRE UN OBJET

45 À
60 MIN.

THÈMES :	<ul style="list-style-type: none"> Alphabétisation – Langue orale : Vocabulaire 	Session # 4.3
MATÉRIEL :	<ul style="list-style-type: none"> Quelques petits objets familiers et faciles à trouver (p. ex., un crayon, une pierre, un bâton, etc.) 	
PRÉPARATION :	<ul style="list-style-type: none"> Préparez un tableau des règles à respecter avec des images (que vous utiliserez à chaque session). 	

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités.

Ouverture

10 MIN.

- Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
- Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER



ÊTRE
ATTENTIF·VE



ÊTRE
GENTIL·LE



Donnez des exemples concrets de la règle « Être gentil·le » en lien avec le contexte, tels que partager les crayons, inclure les autres personnes dans les jeux, aider quelqu'un à ranger.

- Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons jouer à des jeux et apprendre à décrire un objet !

Décrire un objet

15 à 30 MIN.

- Choisissez un objet à décrire aux enfants. Il est préférable que ce soit un objet que vous et les enfants pouvez voir. Par exemple, vous pouvez choisir une table, une fenêtre ou un vélo.
- Expliquez-leur que vous allez jouer à un jeu où ils/elles vont devoir vous aider à vous rappeler comment est un objet donné. Essayez de trouver autant de façons que possible de rendre cette activité amusante, en utilisant des sons, des actions ou simplement votre propre enthousiasme.

3. Avec beaucoup d'enthousiasme, décrivez aux enfants l'objet que vous avez choisi. Par exemple, si vous décrivez une bicyclette, vous pouvez commencer par dire qu'elle a deux roues, un guidon pour changer de direction, qu'elle est en métal, etc.
4. Dites aux enfants :
 - *Maintenant, vous allez décrire quelque chose vous aussi !*
5. Divisez les enfants en deux groupes et demandez-leur de se mettre en rang, face à face.
6. Expliquez aux enfants : Vous allez demander à l'enfant qui se trouve en face de vous de vous dire une chose sur le fruit [ou l'objet/l'animal/la plante sélectionné]. L'enfant peut dire quelque chose comme la couleur du fruit, si le fruit est grand ou petit, le goût qu'il a, etc.
7. Dites :
 - *Maintenant, c'est au tour de votre partenaire de dire quelque chose sur le même fruit [ou tout autre chose sélectionnée : une mangue, le fruit du jacquier, un animal, un oiseau, une fleur ou un véhicule comme un bus].*
8. Continuez pendant 15 à 20 minutes ou jusqu'à ce que les enfants se désintéressent du jeu.

ADAPTATIONS :

- Prévoyez un sac, ou une boîte, rempli d'objets familiers. Demandez à un enfant de venir regarder dans la boîte et de choisir un objet qu'il décrira au reste de la classe. Les autres enfants doivent alors essayer de deviner l'objet décrit.
- Demandez aux enfants de décrire un objet sur lequel vous souhaiteriez qu'ils/elles en apprennent davantage.
- Placez 2 objets au centre du cercle. Un enfant décrit l'un des objets et les autres doivent deviner duquel il s'agit. Cela doit se faire en petit groupe avec le/la facilitateur·rice. À mesure que les enfants s'améliorent à ce jeu, vous pouvez les diviser en petits groupes de 3 ou 4 personnes et leur faire jouer chacun de ces 2 jeux (décrire un objet et deviner l'objet) afin de favoriser leur autonomie.
- Montrez un objet à un enfant et cachez-le. L'enfant doit ensuite décrire l'objet et les autres doivent deviner ce que c'est sans l'avoir vu.
- Placez un ou plusieurs objets dans un sac mystère. Un enfant doit mettre ses mains dans le sac et décrire l'objet aux autres enfants afin qu'ils/elles devinent de quoi il s'agit.

Facultatif : Fais comme moi

5 MIN.

1. Les enfants se placent en cercle.
2. Dites : *Nous allons jouer à un jeu appelé Fais comme moi. Nous allons écouter de la musique et danser. Imiter mes mouvements*
 - S'il n'y a pas de musique, demandez simplement aux enfants de faire ce que vous faites.
3. Commencez à jouer de la musique et faites un mouvement. Commencez par un mouvement simple et encouragez les enfants à le reproduire.
4. Laissez une minute pour que tous les enfants vous imitent, puis choisissez un nouveau mouvement.
5. Continuez à mener l'activité avec différents mouvements (voir les idées ci-dessous).
6. Après avoir réalisé au moins cinq mouvements différents et que les enfants se sentent à l'aise avec l'activité, demandez leur de mener le jeu. À tour de rôle autour du cercle, une personne fait un mouvement et les autres l'imitent.

7. Continuez jusqu'à ce que les enfants se désintéressent du jeu.

VARIATIONS :

- Cette activité peut être réalisée à l'extérieur.
- Cette activité peut être réalisée en demandant aux enfants de se placer deux par deux, l'un en face de l'autre, et de copier les mouvements de leur camarade en miroir.

NIVEAU : ÉLÉMENTAIRE	NIVEAU : INTERMÉDIAIRE	NIVEAU : AVANCÉ
<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements bruts • Taper dans les mains • Taper des pieds • Sauter • Bouger un bras vers l'intérieur, puis vers l'extérieur 	<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements plus lents nécessitant l'équilibre • Mettre un pied dedans et un pied dehors • Sauter sur un pied • Marcher sur la pointe des pieds • Toucher le nez en faisant passer la main en arrière 	<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une série de mouvements • Alternier deux mouvements (sauter deux fois sur un pied et une fois sur l'autre) • Créer une série : taper une fois dans les mains, sauter, taper une fois dans les mains, sauter. • Rendre la série plus difficile : taper deux fois dans les mains, sauter trois fois, taper deux fois dans les mains, sauter trois fois

Activité de détente : Long, petit et large

5 MIN.

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.
5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :
 - Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?

ADAPTATIONS :

- Quels autres animaux pouvez-vous imiter ?

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.

- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture

10 MIN.

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe. Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.
- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».
- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférées (ou un moment qu'ils/elles ont apprécié, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.

Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.

- Chantez une comptine pour dire au revoir. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !



LA SOUPE A L'ALPHABET

45 À
60 MIN.

THÈMES :	<ul style="list-style-type: none"> Alphabétisation – Lecture : Conscience phonologique Alphabétisation – Langue orale : Vocabulaire 	Session # 4.4
MATÉRIEL :	<ul style="list-style-type: none"> Cartes des sons des lettres de l'alphabet Bol (ou autre récipient) Tableau de conférence 	<ul style="list-style-type: none"> Papier Matériel de dessin (crayons de couleur, crayons de cire ou feutres)
PRÉPARATION :	<ul style="list-style-type: none"> Cartes des sons des lettres de l'alphabet Préparez un tableau des règles à respecter avec des images (que vous utiliserez à chaque session). 	

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités.

Ouverture

10 MIN.

- Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
- Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER



ÊTRE
ATTENTIF·VE



ÊTRE
GENTIL·LE



Donnez des exemples concrets de la règle « Être gentil·le » en lien avec le contexte, tels que partager les crayons, inclure les autres personnes dans les jeux, aider quelqu'un à ranger.

- Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons jouer à des jeux et apprendre l'alphabet !

La Soupe à l'alphabet

15 à 30 MIN.

- Dites :

Regardez ! J'ai un bol de soupe des sons de lettres de l'alphabet. Mmm ! Remuons-le et voyons ce que nous trouvons !

Faire semblant de remuer, de sentir, de goûter et d'ajouter des ingrédients drôles (par exemple, « une pincée de cornichons, une goutte de fraises »).

2. Choisissez une carte et montrez-la aux enfants.
3. Demandez :

Quel est cet objet/animal ? Quel est le son de la première lettre ? Savez-vous de quelle lettre il s'agit ?

4. S'ils/elles ne savent pas, dites : *C'est la lettre B. Elle donne le son /b/ comme dans banane !*
5. Montrez ou sortez une image de l'objet (facultatif : cachez 3 à 5 images dans un sac).

*« Quelle est cette image ? » (p. ex., une balle) « Par quel son commence le mot balle ? »
« Correspond-il au son de notre lettre ? »*

6. Lancez une chasse aux sons avec des objets ou des images se trouvant dans l'espace :

Dites : *Qui peut penser à un mot qui commence par ce son de lettre ?*

- Si c'est correct : félicitez l'enfant !

Sinon : expliquez gentiment pourquoi (p. ex., « *Hmm, chaise commence par /ch/, et non par /b/ comme balle* »).

7. Demandez : *« Qui peut penser à quelque chose d'autre qui commence par /b/ ?*

≠ Maintenant, vous pouvez dessiner quelque chose qui commence par ce son

8. Laissez un peu de temps aux enfants, ils/elles peuvent montrer leurs images à leurs ami·e·s.
9. Laissez-les montrer et expliquer leur dessin à leurs amis :

« Ça, c'est ma baleine ! Elle commence par /b/. »

10. Facultatif : accrochez les dessins des enfants au mur à côté de la lettre B (ou de la lettre sur laquelle porte la session). Vous pouvez répéter cette session avec des lettres différentes.

11. ADAPTATIONS :

- Utilisez des supports visuels : cartes à lettres et cartes d'images correspondant aux lettres.
- Accentuez les mouvements de la bouche et isolez des sons (p. ex., « *Est-ce que vous sentez vos lèvres faire un "pop" lorsque vous prononcer /p/ ?* »).
- Varier le rythme : Certains enfants auront besoin de plus de temps, d'autres aimeront que les tours soient rapides.
- Utilisez un sac mystère avec des images ou des petits jouets commençant par différentes lettres pour le tri.
- ≠ Ce jeu peut être utilisé plus tard dans l'année, lorsque les enfants commencent à reconnaître les mots. Vous pouvez également utiliser les noms des enfants de la classe.

NIVEAU : ÉLÉMENTAIRE	NIVEAU : INTERMÉDIAIRE	NIVEAU : AVANCÉ
<ul style="list-style-type: none"> • Demandez à un enfant débutant de tirer les cartes de son de la soupe. Associez-le à quelqu'un 	<ul style="list-style-type: none"> • Demandez à l'enfant de dire la lettre et le son de 	<ul style="list-style-type: none"> • Demandez à l'enfant de dire le son et un mot qui a ce son au début.

qui sait reconnaître les lettres. <ul style="list-style-type: none"> • Si vous avez un enfant qui apprend plusieurs langues, mettez-le avec un enfant qui parle la langue locale. 	la lettre au reste de la classe.	<ul style="list-style-type: none"> • Donnez plusieurs exemples de mots contenant ce son au début, au milieu et à la fin.
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Facultatif : Fais comme moi

5 MIN.

1. Les enfants se placent en cercle.
2. Dites : *Nous allons jouer à un jeu appelé Fais comme moi. Nous allons écouter de la musique et danser. Imiter mes mouvements*
 - S'il n'y a pas de musique, demandez simplement aux enfants de faire ce que vous faites.
3. Commencez à jouer de la musique et faites un mouvement. Commencez par un mouvement simple et encouragez les enfants à le reproduire.
4. Laissez une minute pour que tous les enfants vous imitent, puis choisissez un nouveau mouvement.
5. Continuez à mener l'activité avec différents mouvements (voir les idées ci-dessous).
6. Après avoir réalisé au moins cinq mouvements différents et que les enfants se sentent à l'aise avec l'activité, demandez leur de mener le jeu. À tour de rôle autour du cercle, une personne fait un mouvement et les autres l'imitent.
7. Continuez jusqu'à ce que les enfants se désintéressent du jeu.

VARIATIONS :

- Cette activité peut être réalisée à l'extérieur.
- Cette activité peut être réalisée en demandant aux enfants de se placer deux par deux, l'un en face de l'autre, et de copier les mouvements de leur camarade en miroir.

NIVEAU : ÉLÉMENTAIRE	NIVEAU : INTERMÉDIAIRE	NIVEAU : AVANCÉ
<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements bruts • Taper dans les mains • Taper des pieds • Sauter • Bouger un bras vers l'intérieur, puis vers l'extérieur 	<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements plus lents nécessitant l'équilibre • Mettre un pied dedans et un pied dehors • Sauter sur un pied • Marcher sur la pointe des pieds • Toucher le nez en faisant passer la main en arrière 	<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une série de mouvements • Alternier deux mouvements (sauter deux fois sur un pied et une fois sur l'autre) • Créer une série : taper une fois dans les mains, sauter, taper une fois une fois dans les mains, sauter. • Rendre la série plus difficile : taper deux fois dans les mains, sauter trois fois, taper

		deux fois dans les mains, sauter trois fois
--	--	------------------------------------------------

Activité de détente : Long, petit et large

5 MIN.

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.
5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :
 - *Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?*

ADAPTATIONS :

- Quels autres animaux pouvez-vous imiter ?

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR-RICE-S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture

10 MIN.

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. **Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe.** Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.
- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous-tes été attentif-ve-s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».
- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférées (ou un moment qu'ils/elles ont apprécié, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.

Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.

- Chantez une comptine pour dire au revoir. **Choisissez une comptine populaire.** Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux-se de les retrouver lors de la prochaine session !



MA LETTRE DE L'ALPHABET

45 À
60 MIN.

THÈMES :	<ul style="list-style-type: none"> Alphabétisation – Lecture : Connaissance des lettres Alphabétisation – Lecture : Conscience phonologique 	Session # 4.5
MATÉRIEL :	<ul style="list-style-type: none"> L'alphabet, écrit à un endroit où tout le monde peut le voir Papier et feutres, en quantité suffisante pour que chaque participant·e puisse en avoir un 	
PRÉPARATION :	<ul style="list-style-type: none"> L'alphabet est écrit et affiché sur un tableau de conférence ou autre pour que tout le monde puisse le voir. Préparez un tableau des règles à respecter avec des images (que vous utiliserez à chaque session). Si possible, faites la session 5.4 « La soupe de l'alphabet » avant cette session. 	

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités.

Ouverture

10 MIN.

- Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
- Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER



ÊTRE
ATTENTIF·VE



ÊTRE
GENTIL·LE



Donnez des exemples concrets de la règle « Être gentil·le » en lien avec le contexte, tels que partager les crayons, inclure les autres personnes dans les jeux, aider quelqu'un à ranger.

- Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons jouer à des jeux et apprendre la première lettre de notre prénom !

Ma lettre à moi

30 MIN.

15 à

- Montrez l'alphabet et dites qu'aujourd'hui, nous allons chanter la chanson de l'alphabet :
 - Chantez la chanson jusqu'au bout, en pointant au fur et à mesure chaque lettre du doigt.

- Chantez la chanson jusqu'au bout une deuxième fois, en pointant au fur et à mesure chaque lettre du doigt.
 - La troisième fois, demandez s'il y a un volontaire pour venir à l'avant et pointer du doigt chaque lettre pendant que vous la chantez.
2. Dites aux enfants que chacune de ces lettres produit un son particulier. Certaines d'entre elles font plus qu'un seul son.
 3. Choisissez une lettre qui ne fait qu'un seul son, montrez-la sur l'alphabet et dites :
 - C'est la lettre ... la lettre ... fait le son ...
 Par exemple :
 - **C'est la lettre B, la lettre B fait le son bbbbb.**
 4. Dites aux enfants que chacun d'entre nous a sa propre lettre. C'est la lettre qui se trouve au début de notre nom.
 5. Dites :
 - *Je m'appelle ... , mon nom commence par le son ... , la lettre ... fait ce son.*
 Montrez du doigt la première lettre de votre nom dans l'alphabet et dites : Ma lettre est la lettre ...
 6. Demandez à l'un des enfants son nom.
 7. Après qu'il/elle ait dit son nom, répétez-le.
 8. Dites :
 - *Son nom est ... Ça commence par le son ... La lettre ... Fait ce son.*
 Montrez la lettre de l'alphabet et dites à l'enfant : c'est la lettre ..., la lettre ... est ta lettre.
 Répétez l'exercice avec quelques autres enfants.
 9. Rappelez aux enfants que chaque lettre produit un son et que certaines lettres produisent plus qu'un seul son.
 10. Dites aux enfants que vous allez leur donner du papier et des feutres, et que chacun va écrire sa propre lettre.
 11. Donnez une feuille de papier et un feutre à chaque enfant.
 12. Aidez les enfants à reconnaître la lettre qui se trouve au début de leur nom et aidez-les à copier cette lettre.
 13. Demandez aux enfants de tenir et de montrer leurs lettres pour que vous puissiez les voir et dites-leur qu'ils/elles ont fait un excellent travail.
 14. Demandez aux enfants de trouver d'autres enfants ayant les mêmes lettres.
 15. Une fois que tous les enfants ont trouvé leur groupe, demandez à chaque groupe de montrer et de dire sa lettre.
 16. Dites aux enfants qu'ils/elles peuvent ramener leurs lettres à la maison pour les montrer à leur famille.

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Ne vous en faites pas si leur écriture n'est pas très soignée, ce sont encore de jeunes enfants.

Facultatif : Fais comme moi

5 MIN.

1. Les enfants se placent en cercle.
2. Dites : *Nous allons jouer à un jeu appelé Fais comme moi. Nous allons écouter de la musique et danser. Imiter mes mouvements*
 - S'il n'y a pas de musique, demandez simplement aux enfants de faire ce que vous faites.
3. Commencez à jouer de la musique et faites un mouvement. Commencez par un mouvement simple et encouragez les enfants à le reproduire.
4. Laissez une minute pour que tous les enfants vous imitent, puis choisissez un nouveau mouvement.
5. Continuez à mener l'activité avec différents mouvements (voir les idées ci-dessous).
6. Après avoir réalisé au moins cinq mouvements différents et que les enfants se sentent à l'aise avec l'activité, demandez leur de mener le jeu. À tour de rôle autour du cercle, une personne fait un mouvement et les autres l'imitent.
7. Continuez jusqu'à ce que les enfants se désintéressent du jeu.

VARIATIONS :

- Cette activité peut être réalisée à l'extérieur.
- Cette activité peut être réalisée en demandant aux enfants de se placer deux par deux, l'un en face de l'autre, et de copier les mouvements de leur camarade en miroir.

NIVEAU : ÉLÉMENTAIRE	NIVEAU : INTERMÉDIAIRE	NIVEAU : AVANCÉ
<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements bruts • Taper dans les mains • Taper des pieds • Sauter • Bouger un bras vers l'intérieur, puis vers l'extérieur 	<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements plus lents nécessitant l'équilibre • Mettre un pied dedans et un pied dehors • Sauter sur un pied • Marcher sur la pointe des pieds • Toucher le nez en faisant passer la main en arrière 	<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une série de mouvements • Alternier deux mouvements (sauter deux fois sur un pied et une fois sur l'autre) • Créer une série : taper une fois dans les mains, sauter, taper une fois dans les mains, sauter. • Rendre la série plus difficile : taper deux fois dans les mains, sauter trois fois, taper deux fois dans les mains, sauter trois fois

Activité de détente : Long, petit et large

5 MIN.

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.

5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :
 - *Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?*

ADAPTATIONS :

- Quels autres animaux pouvez-vous imiter ?

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture**10 MIN.**

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. **Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe.** Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.
- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».
- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférées (ou un moment qu'ils/elles ont apprécié, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.

Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.

- Chantez une comptine pour dire au revoir. **Choisissez une comptine populaire.** Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !



BINGO ALPHABÉTIQUE

45 À
60 MIN.

THÈMES :	<ul style="list-style-type: none"> Alphabétisation – Écriture : Sensibilisation à l'impression Alphabétisation – Lecture : Connaissance des lettres 	Session # 4.6
MATÉRIEL :	<ul style="list-style-type: none"> Cartes avec des lettres : Des carrés de papier sur lesquels est inscrite une lettre de l'alphabet Cartes de Bingo : Préparez-en une quantité suffisante pour chaque enfant. Les cartes doivent contenir une grille de 9 cases et chaque case doit comprendre un élément aléatoire. Chaque carte doit être différente. Les images doivent montrer des objets facilement reconnaissables, p. ex., chat, maison, etc. Petits cailloux : 9 par enfant (vous pouvez demander aux enfants d'apporter eux/elles-mêmes des cailloux, mais veillez à en prévoir d'autres au cas où certains enfants viendraient sans cailloux) 	
PRÉPARATION :	<ul style="list-style-type: none"> Préparez les cartes de Bingo, une par enfant. Chaque carte doit être différente. Préparez un tableau des règles à respecter avec des images (que vous utiliserez à chaque session). 	

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités.

Ouverture

10 MIN.

- Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
- Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER



ÊTRE
ATTENTIF·VE



ÊTRE
GENTIL·LE



Donnez des exemples concrets de la règle « Être gentil·le » en lien avec le contexte, tels que partager les crayons, inclure les autres personnes dans les jeux, aider quelqu'un à ranger.

- Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons jouer à des jeux et apprendre l'alphabet !

Bingo sonore

15 à 30 MIN.

1. Dites : *Nous allons jouer au Bingo avec des images ! Chaque image commence par un son. Vous allez écouter attentivement et voir si vous avez une image qui commence par ce son.*
1. Distribuez les cartes de Bingo, 3 à 5 par enfant et 3 à 5 cailloux ou jetons.
2. Expliquez le jeu :

Montrez une carte quelconque. Dites : « *Ça, c'est le son /s/ comme ssserpent ou soleil. Est-ce que vous avez une image qui commence par /s/ ?* »

Expliquez : *Si vous avez une image qui correspond au même son, mettez une pierre sur l'image. Le premier qui a marqué toutes les images avec des cailloux gagne le Bingo*

Expliquez : *Le premier enfant à couvrir une ligne complète crie « **Bingo !** »*

Jouez lentement, en aidant les enfants qui ont des difficultés.

3. Jouez le jeu une seconde fois.

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Choisissez des images familières et facilement reconnaissables.
- Accentuez les **premiers sons** (premiers phonèmes) d'un mot, pas les lettres.
- Le rythme doit être lent et les sons doivent être répétés fréquemment.
- Si un enfant a des difficultés, aidez-le avec des exemples : « *Soleil commence par /s/. Est-ce que tu as quelque chose qui commence de la même façon ?* »
- Le jeu doit rester visuel et auditif :
 - Montrez une grande image lorsque vous prononcez le son.
 - Répétez le son clairement.
 - Aidez les enfants en leur posant des questions : « *Qu'est-ce qu'il y a sur cette image ? Quel son est-ce que tu entends au début ?* »

Adaptation/ extension possible

- Une fois que les enfants sont plus à l'aise, vous pouvez ajouter la lettre correspondante sous l'image afin qu'ils/elles apprennent progressivement à reconnaître les lettres.
- Vous pouvez inverser les rôles – laissez les enfants choisir un son et mener une partie !

Facultatif : Fais comme moi

5 MIN.

1. Les enfants se placent en cercle.
2. Dites : *Nous allons jouer à un jeu appelé Fais comme moi. Nous allons écouter de la musique et danser. Imiter mes mouvements*
 - S'il n'y a pas de musique, demandez simplement aux enfants de faire ce que vous faites.
3. Commencez à jouer de la musique et faites un mouvement. Commencez par un mouvement simple et encouragez les enfants à le reproduire.
4. Laissez une minute pour que tous les enfants vous imitent, puis choisissez un nouveau mouvement.
5. Continuez à mener l'activité avec différents mouvements (voir les idées ci-dessous).

6. Après avoir réalisé au moins cinq mouvements différents et que les enfants se sentent à l'aise avec l'activité, demandez leur de mener le jeu. À tour de rôle autour du cercle, une personne fait un mouvement et les autres l'imitent.
7. Continuez jusqu'à ce que les enfants se désintéressent du jeu.

VARIATIONS :

- Cette activité peut être réalisée à l'extérieur.
- Cette activité peut être réalisée en demandant aux enfants de se placer deux par deux, l'un en face de l'autre, et de copier les mouvements de leur camarade en miroir.

NIVEAU : ÉLÉMENTAIRE	NIVEAU : INTERMÉDIAIRE	NIVEAU : AVANCÉ
<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements bruts • Taper dans les mains • Taper des pieds • Sauter • Bouger un bras vers l'intérieur, puis vers l'extérieur 	<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements plus lents nécessitant l'équilibre • Mettre un pied dedans et un pied dehors • Sauter sur un pied • Marcher sur la pointe des pieds • Toucher le nez en faisant passer la main en arrière 	<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une série de mouvements • Alternier deux mouvements (sauter deux fois sur un pied et une fois sur l'autre) • Créer une série : taper une fois dans les mains, sauter, taper une fois dans les mains, sauter. • Rendre la série plus difficile : taper deux fois dans les mains, sauter trois fois, taper deux fois dans les mains, sauter trois fois

Activité de détente : Long, petit et large**5 MIN.**

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.
5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :
 - Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?

ADAPTATIONS :

- Quels autres animaux pouvez-vous imiter ?

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture

10 MIN.

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe. Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.
- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».
- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférées (ou un moment qu'ils/elles ont apprécié, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.

Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.

- Chantez une comptine pour dire au revoir. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !

ÉCRIRE NOS prénoms

45 À
60 MIN.

THÈMES :	<ul style="list-style-type: none"> Alphabétisation – Écriture : Maîtrise de l'écriture Alphabétisation – Écriture : Sensibilisation à l'impression 	Session # 4.7
MATÉRIEL :	<ul style="list-style-type: none"> Tableau noir et craie Papier Supports de lecture Bâtons (facultatif) Terre, sable, lissé pour que ça soit plat (facultatif) 	
PRÉPARATION :	<ul style="list-style-type: none"> Préparez un tableau des règles à respecter avec des images (que vous utiliserez à chaque session). Une carte par enfant avec son prénom. 	

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités.

Ouverture

10 MIN.

- Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
- Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER



ÊTRE
ATTENTIF·VE



ÊTRE
GENTIL·LE



Donnez des exemples concrets de la règle « Être gentil·le » en lien avec le contexte, tels que partager les crayons, inclure les autres personnes dans les jeux, aider quelqu'un à ranger.

- Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons faire des jeux et apprendre à écrire nos noms !

Écrire nos prénoms

30 MIN.

15 à

- Donnez à chaque enfant la carte où est inscrit son prénom.
- Dites :
 - Nous allons écrire nos prénoms au tableau !

3. Appelez cinq enfants au tableau. Veillez à ce qu'ils/elles apportent leur carte.
4. Demandez à chacun d'entre eux d'utiliser leur carte comme modèle pour écrire leur prénom au tableau ou sur une grande feuille de papier (s'ils/elles ont besoin d'aide pour écrire, aidez-les ou tracez-les à l'avance au tableau ou sur la feuille de papier).
5. Une fois qu'ils/elles ont écrit leur prénom, ils/elles doivent le montrer du doigt et le dire à haute voix.
6. Poursuivez l'activité en demandant au groupe suivant de cinq enfants de venir au tableau.
7. Faites-le pour tous les enfants de la classe ou jusqu'à ce que les enfants se désintéressent du jeu. S'il y a trop d'enfants pour que tout le monde puisse passer, vous pouvez continuer avec les autres groupes d'enfants le lendemain.

ADAPTATIONS :

- Vous pouvez utiliser cette activité pour prendre les présences dès le matin et pour d'autres activités.
- S'il n'y a pas de tableau noir, vous pouvez utiliser des bâtons et écrire dans le sable ou la terre.
- Si les enfants n'ont pas l'habitude d'écrire, vous pouvez d'abord écrire le prénom pour eux et leur demander de le tracer.
- Si les enfants s'impatiente, donnez-leur du papier pour qu'ils/elles s'entraînent à écrire leur prénom ou à dessiner pendant que les autres enfants écrivent au tableau.

Facultatif : Fais comme moi

5 MIN.

1. Les enfants se placent en cercle.
2. Dites : *Nous allons jouer à un jeu appelé Fais comme moi. Nous allons écouter de la musique et danser. Imiter mes mouvements*
 - S'il n'y a pas de musique, demandez simplement aux enfants de faire ce que vous faites.
3. Commencez à jouer de la musique et faites un mouvement. Commencez par un mouvement simple et encouragez les enfants à le reproduire.
4. Laissez une minute pour que tous les enfants vous imitent, puis choisissez un nouveau mouvement.
5. Continuez à mener l'activité avec différents mouvements (voir les idées ci-dessous).
6. Après avoir réalisé au moins cinq mouvements différents et que les enfants se sentent à l'aise avec l'activité, demandez leur de mener le jeu. À tour de rôle autour du cercle, une personne fait un mouvement et les autres l'imitent.
7. Continuez jusqu'à ce que les enfants se désintéressent du jeu.

VARIATIONS :

- Cette activité peut être réalisée à l'extérieur.
- Cette activité peut être réalisée en demandant aux enfants de se placer deux par deux, l'un en face de l'autre, et de copier les mouvements de leur camarade en miroir.

NIVEAU : ÉLÉMENTAIRE	NIVEAU : INTERMÉDIAIRE	NIVEAU : AVANCÉ
----------------------	------------------------	-----------------

<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements bruts • Taper dans les mains • Taper des pieds • Sauter • Bouger un bras vers l'intérieur, puis vers l'extérieur 	<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements plus lents nécessitant l'équilibre • Mettre un pied dedans et un pied dehors • Sauter sur un pied • Marcher sur la pointe des pieds • Toucher le nez en faisant passer la main en arrière 	<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une série de mouvements • Alternier deux mouvements (sauter deux fois sur un pied et une fois sur l'autre) • Créer une série : taper une fois dans les mains, sauter, taper une fois dans les mains, sauter. • Rendre la série plus difficile : taper deux fois dans les mains, sauter trois fois, taper deux fois dans les mains, sauter trois fois
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Activité de détente : Long, petit et large

5 MIN.

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.
5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :
 - Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?

ADAPTATIONS :

- Quels autres animaux pouvez-vous imiter ?

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture

10 MIN.

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. **Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe.** Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.

- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».
- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférée (ou une chose qu'ils/elles ont appréciée, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.

Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.

- Chantez une comptine pour dire au revoir. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !

NOTIONS DE CALCUL



FRISE NUMÉRIQUE AVEC DES OBJETS

45 À
60 MIN.

THÈMES :	<ul style="list-style-type: none"> Notions de calcul : Sens des nombres 	Session # 5.1
MATÉRIEL :	<ul style="list-style-type: none"> Craie (facultatif) Cartes avec des chiffres 	<ul style="list-style-type: none"> Jouets et objets de l'espace
PRÉPARATION :	<ul style="list-style-type: none"> Préparez un tableau des règles à respecter avec des images (que vous utiliserez à chaque session). Préparez des cartes avec des chiffres (1-10), en nombre suffisant pour que chaque enfant en ait une. 	

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités.

Ouverture

10 MIN.

- Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
- Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER



ÊTRE
ATTENTIF·VE



ÊTRE
GENTIL·LE



Donnez des exemples concrets de la règle « Être gentil·le » en lien avec le contexte, tels que partager les crayons, inclure les autres personnes dans les jeux, aider quelqu'un à ranger.

- Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons jouer à des jeux et apprendre ce que sont les frises numériques.

Frise numérique avec objets

15 à 30 MIN.

1. Dites :

- Nous allons jouer à un jeu ! Je vous donnerai à chacun une carte avec un numéro. Vous devrez rassembler le nombre de choses que votre carte indique. Par exemple, si votre carte contient un « un », alors vous devez prendre une seule chose. Si votre carte contient un « deux », vous devez*

prendre deux choses identiques. Si votre carte contient un « trois », vous devez prendre trois choses identiques. Est-ce que tout le monde comprend ?

2. Distribuez les cartes avec des chiffres et laissez les enfants rassembler leurs objets.
3. Une fois qu'ils/elles ont terminé, aidez-les à créer une droite numérique avec leur carte et leurs objets. Dites :
 - *Quel numéro vient en premier ! Quel est le plus petit nombre ? Qui a pris le moins d'objets ?*
4. L'enfant ou les enfants qui avaient la carte « 1 » doivent s'avancer et placer leur numéro sur le sol et leur objet à côté, à l'extrême gauche de l'espace.
5. Invitez ensuite ceux qui ont pris deux objets à déposer leur carte et les objets à droite des premiers objets.
6. Répétez l'exercice jusqu'à ce que toutes les cartes soient placées en ligne sur le sol.
7. Comptez avec les enfants en montrant la carte et l'objet. Par exemple : montrez la carte « 1 » et dites « un », puis montrez l'objet que l'enfant a pris et nommez-le, par exemple s'il a pris un livre, dites « livre ». Ensuite, montrez la carte « 2 » et dites « deux », puis montrez les deux objets que l'enfant a pris et nommez-les, par exemple s'il a pris deux tasses, dites « tasses ».
8. Après cet exercice, demandez aux enfants de remettre leurs objets à l'endroit où ils/elles les ont trouvés et de rendre les cartes à chiffres.

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Si vous faites cette activité avec plus de 10 enfants, n'utilisez pas de nombres supérieurs à 10, mais répétez simplement certains des nombres inférieurs.
- Si plus d'un enfant reçoit le même nombre, au lieu de faire une longue frise numérique avec des nombres en double, faites plusieurs frises numériques plus petites, où chaque nombre n'est utilisé qu'une seule fois.

ADAPTATIONS :

- Faites cette activité à l'extérieur.

NIVEAU : ÉLÉMENTAIRE	NIVEAU : AVANCÉ
<ul style="list-style-type: none"> • Pour simplifier cette activité, disposez les objets par groupes de 1 objet, de 2 objets similaires, de 3 objets similaires, etc., et demandez aux enfants de choisir un groupe correspondant à leur chiffre. 	<ul style="list-style-type: none"> • Donnez les chiffres les plus élevés aux enfants qui maîtrisent mieux les chiffres.

Facultatif : Fais comme moi

5 MIN.

1. Les enfants se placent en cercle.
2. Dites : *Nous allons jouer à un jeu appelé Fais comme moi. Nous allons écouter de la musique et danser. Imiter mes mouvements*
 - S'il n'y a pas de musique, demandez simplement aux enfants de faire ce que vous faites.

3. Commencez à jouer de la musique et faites un mouvement. Commencez par un mouvement simple et encouragez les enfants à le reproduire.
4. Laissez une minute pour que tous les enfants vous imitent, puis choisissez un nouveau mouvement.
5. Continuez à mener l'activité avec différents mouvements (voir les idées ci-dessous).
6. Après avoir réalisé au moins cinq mouvements différents et que les enfants se sentent à l'aise avec l'activité, demandez leur de mener le jeu. À tour de rôle autour du cercle, une personne fait un mouvement et les autres l'imitent.
7. Continuez jusqu'à ce que les enfants se désintéressent du jeu.

VARIATIONS :

- Cette activité peut être réalisée à l'extérieur.
- Cette activité peut être réalisée en demandant aux enfants de se placer deux par deux, l'un en face de l'autre, et de copier les mouvements de leur camarade en miroir.

NIVEAU : ÉLÉMENTAIRE	NIVEAU : INTERMÉDIAIRE	NIVEAU : AVANCÉ
<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements bruts • Taper dans les mains • Taper des pieds • Sauter • Bouger un bras vers l'intérieur, puis vers l'extérieur 	<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements plus lents nécessitant l'équilibre • Mettre un pied dedans et un pied dehors • Sauter sur un pied • Marcher sur la pointe des pieds • Toucher le nez en faisant passer la main en arrière 	<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une série de mouvements • Alternier deux mouvements (sauter deux fois sur un pied et une fois sur l'autre) • Créer une série : taper une fois dans les mains, sauter, taper une fois dans les mains, sauter. • Rendre la série plus difficile : taper deux fois dans les mains, sauter trois fois, taper deux fois dans les mains, sauter trois fois

Activité de détente : Long, petit et large

5 MIN.

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.
5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :
 - Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?

ADAPTATIONS :

- Quels autres animaux pouvez-vous imiter ?

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture**10 MIN.**

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. **Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe.** Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.
- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».
- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférées (ou un moment qu'ils/elles ont apprécié, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.

Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.

- Chantez une comptine pour dire au revoir. **Choisissez une comptine de la région.** Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !



JEU DE CARTES AVEC DES CHIFFRES 45 À 60 MIN.

THÈMES :	<ul style="list-style-type: none"> Notions de calcul : Opérations Notions de calcul : Sens des nombres 	Session # 5.2
MATÉRIEL :	<ul style="list-style-type: none"> Cartes avec des chiffres (1-10), objets à compter (blocs, capsules de bouteilles, pierres, feuilles, etc.), musique (facultatif) 	
PRÉPARATION :	<ul style="list-style-type: none"> Préparez un tableau des règles à respecter avec des images (que vous utiliserez à chaque session). Cartes avec des chiffres, une par enfant. 	

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités.

Ouverture

10 MIN.

- Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
- Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER



ÊTRE
ATTENTIF·VE



ÊTRE
GENTIL·LE



Donnez des exemples concrets de la règle « Être gentil·le » en lien avec le contexte, tels que partager les crayons, inclure les autres personnes dans les jeux, aider quelqu'un à ranger.

- Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons jouer à des jeux et apprendre les chiffres !

Compter et faire correspondre

25 MIN.

- Dites :** « Aujourd'hui, nous allons compter avec notre corps et avec des objets ! »
 - Montrez une carte avec un chiffre (p. ex., 3) et demandez : « Qui peut sauter 3 fois avec moi ? »
 - Faites-le ensemble : « 1, 2, 3 – Stop ! »

2. Répéter avec d'autres mouvements :

- Utilisez des actions telles que : frapper des mains, taper des pieds, faire des cercles avec ses bras, faire des bonds ou toucher ses orteils/elles.
- Dites le chiffre et tenez la carte avec le chiffre pendant que vous faites ensemble l'action.

3. Compter et associer des objets :

- Placez les **cartes avec des chiffres (1 à 5)** sur le sol ou sur le mur.
- Donnez aux enfants un petit tas d'objets en vrac (p. ex., des pierres ou des blocs).
- Demandez-leur : *Trouvez le chiffre 2. Pouvez-vous mettre 2 pierres à côté ?*
- Aidez-les à compter à voix haute lorsqu'ils/elles placent les objets.

4. Défi d'équipe : « Trouver et compter »

- Répartissez les enfants en paires ou en petits groupes.
- Dites un nombre et dites : « *Trouvez 4 objets dans la pièce et apportez-les ici !* ».
- Laissez-les compter ensemble, rassembler leurs objets et les montrer au groupe.

5. Chantez ensemble une comptine sur les chiffres (p. ex., « À la une... » ou « Trois petits cochons »).

- Accentuez le comptage et rendez-le amusant !

Extensions optionnelles :

- Ajoutez **des points ou des marques de comptage** sur les cartes avec les chiffres pour obtenir une représentation graphique.
- Demandez : « *Qu'est-ce qui vient après le 4 ?* » « *Pouvez-vous compter à rebours à partir de 5 ?* »
- Utilisez des marionnettes à doigt ou des animaux en peluche pour compter les ensembles en petits groupes.

Facultatif : Fais comme moi**5 MIN.**

1. Les enfants se placent en cercle.
2. Dites : *Nous allons jouer à un jeu appelé Fais comme moi. Nous allons écouter de la musique et danser. Imiter mes mouvements*
 - S'il n'y a pas de musique, demandez simplement aux enfants de faire ce que vous faites.
3. Commencez à jouer de la musique et faites un mouvement. Commencez par un mouvement simple et encouragez les enfants à le reproduire.
4. Laissez une minute pour que tous les enfants vous imitent, puis choisissez un nouveau mouvement.
5. Continuez à mener l'activité avec différents mouvements (voir les idées ci-dessous).
6. Après avoir réalisé au moins cinq mouvements différents et que les enfants se sentent à l'aise avec l'activité, demandez leur de mener le jeu. À tour de rôle autour du cercle, une personne fait un mouvement et les autres l'imitent.
7. Continuez jusqu'à ce que les enfants se désintéressent du jeu.

VARIATIONS :

- Cette activité peut être réalisée à l'extérieur.
- Cette activité peut être réalisée en demandant aux enfants de se placer deux par deux, l'un en face de l'autre, et de copier les mouvements de leur camarade en miroir.

NIVEAU : ÉLÉMENTAIRE	NIVEAU : INTERMÉDIAIRE	NIVEAU : AVANCÉ
----------------------	------------------------	-----------------

<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements bruts • Taper dans les mains • Taper des pieds • Sauter • Bouger un bras vers l'intérieur, puis vers l'extérieur 	<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements plus lents nécessitant l'équilibre • Mettre un pied dedans et un pied dehors • Sauter sur un pied • Marcher sur la pointe des pieds • Toucher le nez en faisant passer la main en arrière 	<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une série de mouvements • Alternier deux mouvements (sauter deux fois sur un pied et une fois sur l'autre) • Créer une série : taper une fois dans les mains, sauter, taper une fois dans les mains, sauter. • Rendre la série plus difficile : taper deux fois dans les mains, sauter trois fois, taper deux fois dans les mains, sauter trois fois
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Activité de détente : Long, petit et large 5 MIN.

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.
5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :
 - Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?

ADAPTATIONS :

- Quels autres animaux pouvez-vous imiter ?

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR-RICE-S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture

10 MIN.

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe. Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».

- Ramenez les enfants dans un grand cercle.
- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».
- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférées (ou un moment qu'ils/elles ont apprécié, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.

Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.

- Chantez une comptine pour dire au revoir. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !



MESURER AVEC SES PIEDS

45 À
60 MIN.

THÈMES :	<ul style="list-style-type: none"> Notions de calcul : Mesure Notions de calcul : Sens des nombres 	Session # 5.3
MATÉRIEL :	<ul style="list-style-type: none"> Papier Supports de lecture Tout objet à disposition (p. ex., une bouteille en plastique) 	<ul style="list-style-type: none"> Tableau noir et craie (facultatif) Cailloux (un par participant·e)
PRÉPARATION :	<ul style="list-style-type: none"> Préparez un tableau des règles à respecter avec des images (que vous utiliserez à chaque session). 	

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités.

Ouverture

10 MIN.

- Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
- Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER



ÊTRE
ATTENTIF·VE



ÊTRE
GENTIL·LE



Donnez des exemples concrets de la règle « Être gentil·le » en lien avec le contexte, tels que partager les crayons, inclure les autres personnes dans les jeux, aider quelqu'un à ranger.

- Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons jouer à des jeux et apprendre à mesurer en utilisant nos pieds !

Mesurer avec ses pieds

15 à 30 MIN.

1. Dites :

- Nous allons mesurer la longueur d'un objet en utilisant nos pieds !

2. Les enfants réfléchissent à une liste de choses dont ils/elles aimeraient mesurer la longueur. Par exemple, ils/elles peuvent mesurer un tapis, une table et un chemin.
3. Une fois qu'ils/elles se sont mis d'accord sur les éléments qu'ils/elles vont mesurer (au moins deux), posez-leur la question :
 - *D'après vous, lequel est le plus long, [objet un] ou [objet deux] ?*
4. Attendez leur réponse et dites :
 - *Bon, on va voir ?!*
5. Montrez aux enfants comment mesurer le premier objet avec leurs pieds (en plaçant leur talon au début de l'objet, puis leur pied, puis le talon de l'autre pied contre les orteils du premier pied, et ainsi de suite, tout en comptant le nombre de pas qu'ils/elles doivent faire). Il est souvent plus simple pour eux de réaliser cette activité à deux, avec un enfant qui marche et l'autre qui aide celui-ci à placer correctement ses pieds (talons contre orteils) tout en comptant les pas effectués. Ils/elles peuvent ensuite noter la grandeur sur une feuille de papier. Laissez tous les enfants essayer.
6. Ensuite, les enfants mesurent le second objet (s'ils/elles sont en binôme, ils/elles doivent inverser les rôles).
7. Ensuite, dites :
 - *Voyons si nous avons raison ! Combien d'entre vous ont trouvé que [l'objet un] avait plus de pieds que [l'objet deux] ? Est-ce que c'est que nous pensions ?*
8. Terminez en disant :
 - *Nous savons maintenant que [l'objet le plus long] est plus long que [l'objet le plus court] ! Bravo !*

ADAPTATIONS :

- Cette activité peut être réalisée avec d'autres objets que les pieds. Les enfants peuvent mesurer à l'aide de blocs, d'un crayon, de leurs mains ou d'autre chose.
- Cette activité peut être réalisée tant avec des objets à l'extérieur que des objets à l'intérieur. Par exemple, vous pouvez utiliser la distance :
 - *Qu'est-ce qui est plus grand ? La distance entre la porte de l'école et l'arbre, ou la distance entre l'arbre et la clôture !*

NIVEAU : ÉLÉMENTAIRE	NIVEAU : INTERMÉDIAIRE	NIVEAU : AVANCÉ
<ul style="list-style-type: none"> • Mesurer de petits objets simples, comme la longueur d'une table, en veillant à ce que les enfants utilisent leurs pieds, sans espace entre eux. • Gardez les mesures sur le sol. 	<ul style="list-style-type: none"> • Les enfants peuvent mesurer la hauteur des objets. 	<ul style="list-style-type: none"> • Les élèves peuvent mesurer la longueur, la hauteur et la profondeur.

Facultatif : Fais comme moi

5 MIN.

1. Les enfants se placent en cercle.
2. Dites : *Nous allons jouer à un jeu appelé Fais comme moi. Nous allons écouter de la musique et danser. Imiter mes mouvements*
 - S'il n'y a pas de musique, demandez simplement aux enfants de faire ce que vous faites.
3. Commencez à jouer de la musique et faites un mouvement. Commencez par un mouvement simple et encouragez les enfants à le reproduire.
4. Laissez une minute pour que tous les enfants vous imitent, puis choisissez un nouveau mouvement.
5. Continuez à mener l'activité avec différents mouvements (voir les idées ci-dessous).
6. Après avoir réalisé au moins cinq mouvements différents et que les enfants se sentent à l'aise avec l'activité, demandez leur de mener le jeu. À tour de rôle autour du cercle, une personne fait un mouvement et les autres l'imitent.
7. Continuez jusqu'à ce que les enfants se désintéressent du jeu.

VARIATIONS :

- Cette activité peut être réalisée à l'extérieur.
- Cette activité peut être réalisée en demandant aux enfants de se placer deux par deux, l'un en face de l'autre, et de copier les mouvements de leur camarade en miroir.

NIVEAU : ÉLÉMENTAIRE	NIVEAU : INTERMÉDIAIRE	NIVEAU : AVANCÉ
<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements bruts • Taper dans les mains • Taper des pieds • Sauter • Bouger un bras vers l'intérieur, puis vers l'extérieur 	<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements plus lents nécessitant l'équilibre • Mettre un pied dedans et un pied dehors • Sauter sur un pied • Marcher sur la pointe des pieds • Toucher le nez en faisant passer la main en arrière 	<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une série de mouvements • Alternier deux mouvements (sauter deux fois sur un pied et une fois sur l'autre) • Créer une série : taper une fois dans les mains, sauter, taper une fois dans les mains, sauter. • Rendre la série plus difficile : taper deux fois dans les mains, sauter trois fois, taper deux fois dans les mains, sauter trois fois

Activité de détente : Long, petit et large

5 MIN.

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.

5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :
 - *Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?*

ADAPTATIONS :

- Quels autres animaux pouvez-vous imiter ?

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture

10 MIN.

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. **Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe.** Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.
- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».
- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférée (ou une chose qu'ils/elles ont appréciée, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.

Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.

- Chantez une comptine pour dire au revoir. **Choisissez une comptine populaire.** Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !



FORMES GÉOMÉTRIQUES EN BÂTONS

45 À
60 MIN.

THÈMES :	<ul style="list-style-type: none"> Notions de calcul : Géométrie 	Session # 5.4
MATÉRIEL :	<ul style="list-style-type: none"> Cartes avec des formes géométriques Bâtons (ou cure-dents, perles, cailloux, capsules de bouteilles, coquillages, etc.) 	
PRÉPARATION :	<ul style="list-style-type: none"> Préparez un tableau des règles à respecter avec des images (que vous utiliserez à chaque session). Préparez des cartes avec des formes géométriques (cercle, carré, rectangle, triangle, losange) 	

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités.

Ouverture

10 MIN.

- Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
- Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER



ÊTRE
ATTENTIF·VE



ÊTRE
GENTIL·LE



Donnez des exemples concrets de la règle « Être gentil·le » en lien avec le contexte, tels que partager les crayons, inclure les autres personnes dans les jeux, aider quelqu'un à ranger.

- Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons jouer à des jeux et apprendre les formes géométriques !

Formes géométriques en bâtons

15 à 30 MIN.

- Donnez à chaque enfant une carte sur une feuille de papier sur laquelle est clairement dessinée la forme sélectionnée pour la session.
- Ensuite, dessinez la forme au tableau et dites son nom.

3. Montrez aux enfants comment tracer la forme avec leurs doigts. Décrivez la forme, en indiquant si elle comporte des lignes droites, des courbes ou des angles.
4. Ensuite, donnez à chaque enfant plusieurs bâtons (ou cure-dents, perles, cailloux, capsules de bouteilles, etc.) et montrez-leur comment tracer la forme avec les bâtons en les posant sur le contour de la forme.
5. Laissez-les essayer avec différents types d'objets. Par exemple, s'ils/elles font d'abord un carré avec des bâtons, laissez-les faire ensuite un carré avec des cailloux ou des roches.
6. Une fois qu'ils/elles ont fait ça plusieurs fois, félicitez-les d'avoir appris cette forme.

ADAPTATIONS :

- Pour une activité à l'extérieur, tracez la forme un grand sur le sol à l'aide d'un bâton. Demandez aux enfants de travailler ensemble pour tracer la forme à l'aide de cailloux, de grands bâtons ou de leur propre corps (tout le monde se tient sur la ligne pour faire la forme).
- Demandez aux enfants de rassembler le matériel que vous utiliserez pour tracer la forme. Envisagez de les laisser choisir les objets à l'extérieur qui leur seraient les plus utiles pour réaliser la forme dessinée sur leur feuille. Encouragez-les à réfléchir à la largeur, à la longueur et à la forme des objets qu'ils/elles pourraient utiliser par rapport à la forme dessinée sur leur feuille. Laissez-les prendre leurs papiers à l'extérieur pour les aider à trouver les objets qui conviennent le mieux.
- S'il n'y a pas assez d'objets, demandez aux enfants de travailler par deux ou par petits groupes et de se relayer.

Facultatif : Fais comme moi

5 MIN.

1. Les enfants se placent en cercle.
2. Dites : *Nous allons jouer à un jeu appelé Fais comme moi. Nous allons écouter de la musique et danser. Imiter mes mouvements*
 - S'il n'y a pas de musique, demandez simplement aux enfants de faire ce que vous faites.
3. Commencez à jouer de la musique et faites un mouvement. Commencez par un mouvement simple et encouragez les enfants à le reproduire.
4. Laissez une minute pour que tous les enfants vous imitent, puis choisissez un nouveau mouvement.
5. Continuez à mener l'activité avec différents mouvements (voir les idées ci-dessous).
6. Après avoir réalisé au moins cinq mouvements différents et que les enfants se sentent à l'aise avec l'activité, demandez leur de mener le jeu. À tour de rôle autour du cercle, une personne fait un mouvement et les autres l'imitent.
7. Continuez jusqu'à ce que les enfants se désintéressent du jeu.

VARIATIONS :

- Cette activité peut être réalisée à l'extérieur.
- Cette activité peut être réalisée en demandant aux enfants de se placer deux par deux, l'un en face de l'autre, et de copier les mouvements de leur camarade en miroir.

NIVEAU : ÉLÉMENTAIRE	NIVEAU : INTERMÉDIAIRE	NIVEAU : AVANCÉ
----------------------	------------------------	-----------------

<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements bruts • Taper dans les mains • Taper des pieds • Sauter • Bouger un bras vers l'intérieur, puis vers l'extérieur 	<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements plus lents nécessitant l'équilibre • Mettre un pied dedans et un pied dehors • Sauter sur un pied • Marcher sur la pointe des pieds • Toucher le nez en faisant passer la main en arrière 	<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une série de mouvements • Alternier deux mouvements (sauter deux fois sur un pied et une fois sur l'autre) • Créer une série : taper une fois dans les mains, sauter, taper une fois dans les mains, sauter. • Rendre la série plus difficile : taper deux fois dans les mains, sauter trois fois, taper deux fois dans les mains, sauter trois fois
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Activité de détente : Long, petit et large

5 MIN.

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.
5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :
 - Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?

ADAPTATIONS :

- Quels autres animaux pouvez-vous imiter ?

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture

10 MIN.

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe. Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.

- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».
- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférées (ou un moment qu'ils/elles ont apprécié, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.

Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.

- Chantez une comptine pour dire au revoir. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !

APPRENTISSAGE DES GESTES QUI
SAUVENT



CONTACT EN CAS D'URGENCE

45 À
60 MIN.

THÈMES :	<ul style="list-style-type: none"> Savoir à qui s'adresser en cas d'urgence. Se protéger des risques. 	Session # 6.1
MATÉRIEL :	<ul style="list-style-type: none"> Papier A4 Matériel d'écriture/de dessin 	
PRÉPARATION :	<ul style="list-style-type: none"> Dessin d'une ou de plusieurs personnes de confiance selon vous, pour servir d'exemple. Préparez un tableau des règles à respecter avec des images (que vous utiliserez à chaque session). 	

Ouverture

10 MIN.

- Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
- Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER



ÊTRE
ATTENTIF·VE



ÊTRE
GENTIL·LE



Donnez des exemples concrets de la règle « Être gentil·le » en lien avec le contexte, tels que partager les crayons, inclure les autres personnes dans les jeux, aider quelqu'un à ranger.

- Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons jouer à des jeux et apprendre à connaître quelle est la personne de confiance sur laquelle nous pouvons compter lorsque nous avons besoin d'aide !

Facultatif : Fais comme moi 5 MIN.

- Les enfants se placent en cercle.
- Dites : *Nous allons jouer à un jeu appelé Fais comme moi. Nous allons écouter de la musique et danser. Imiter mes mouvements*
 - S'il n'y a pas de musique, demandez simplement aux enfants de faire ce que vous faites.

3. Commencez à jouer de la musique et faites un mouvement. Commencez par un mouvement simple et encouragez les enfants à le reproduire.
4. Laissez une minute pour que tous les enfants vous imitent, puis choisissez un nouveau mouvement.
5. Continuez à mener l'activité avec différents mouvements (voir les idées ci-dessous).
6. Après avoir réalisé au moins cinq mouvements différents et que les enfants se sentent à l'aise avec l'activité, demandez leur de mener le jeu. À tour de rôle autour du cercle, une personne fait un mouvement et les autres l'imitent. Aidez-les si nécessaire.
7. Continuez jusqu'à ce que les enfants se désintéressent du jeu.

VARIATIONS :

- Cette activité peut être réalisée à l'extérieur.
- Cette activité peut être réalisée en demandant aux enfants de s'asseoir ou de rester debout deux par deux, l'un en face de l'autre, et de copier les mouvements de leur camarade.
- Laissez les enfants proposer des mouvements favorisant l'inclusion, en particulier des enfants handicapé·e·s.

NIVEAU : ÉLÉMENTAIRE	NIVEAU : INTERMÉDIAIRE	NIVEAU : AVANCÉ
<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements bruts • Taper dans les mains • Taper des pieds • Sauter • Bouger un bras vers l'intérieur, puis vers l'extérieur 	<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements plus lents nécessitant l'équilibre • Mettre un pied dedans et un pied dehors • Sauter sur un pied • Marcher sur la pointe des pieds • Toucher le nez en faisant passer la main en arrière 	<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une série de mouvements • Alternier deux mouvements (sauter deux fois sur un pied et une fois sur l'autre) • Créer une série : taper une fois dans les mains, sauter, taper une fois dans les mains, sauter. • Rendre la série plus difficile : taper deux fois dans les mains, sauter trois fois, taper deux fois dans les mains, sauter trois fois

Coordonnées de la personne à contacter en cas d'urgence 15 à 30 MIN.

9. Dites aux enfants qu'ils/elles vont parler d'une (ou de plusieurs) personne(s) de confiance dans leur vie.
10. Expliquez qu'une personne de confiance est une personne qui peut vous aider si vous en avez besoin. Par exemple, si vous êtes perdu·e·s, une personne sûre peut vous aider à retrouver votre maison et votre famille.
11. Apprenez aux enfants un jeu de questions-réponses pour reconnaître une personne de confiance.
 - Dites : « Si vous êtes perdu·e·s et seul·e·s, qui peut vous aider à retrouver votre maison ? »

- « Une personne sûre ! »
- 12. Demandez aux enfants de dire qui sont les personnes de confiance dans leur vie.
- 13. Donnez à chaque enfant une feuille de papier A4 et demandez-leur de dessiner des personnes de confiance dans leur vie. Il peut s'agir de membres de leur famille et/ou de personnes qui s'occupent d'eux (p. ex., enseignant·e·s, imams, voisin·e·s, frères et sœurs plus âgé·e·s, Majhi, etc.).
- 14. S'ils/elles connaissent les noms complets (prénom et nom) des personnes avec lesquelles ils/elles se sentent en sécurité, demandez-leur d'écrire ces noms à côté de l'image. S'ils/elles ne savent pas encore écrire, passez du temps avec chacun d'eux pour les aider à nommer chaque personne dans le dessin. De nombreux enfants ne connaissent pas le prénom et le nom des personnes avec lesquelles ils/elles se sentent en sécurité.
- 15. Expliquez aux enfants qu'il est important de se souvenir des noms complets de ces personnes afin de pouvoir les retrouver facilement si elles se perdent.
- 16. Insistez sur les messages clés :
 - Connaître le nom complet des adultes en qui vous avez confiance et le nom des adultes qui vous sont proches vous sera utile si jamais vous êtes séparés de votre famille.
 - Savoir décrire le lieu où vous habitez permettra aux adultes de retrouver votre famille si jamais vous êtes séparées.

ADAPTATIONS :

- Pour les enfants âgé·e·s de 6 ans, répétez cette session en l'élargissant afin qu'ils/elles dessinent leur maison et ses environs. Demandez-leur d'indiquer les principaux points de repère dans les environs. S'ils/elles connaissent leur adresse, demandez-leur de s'entraîner à la prononcer.

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Rappelez aux enfants que cette activité contribuera à leur sécurité.
- Si nécessaire : Aidez les enfants à trouver les informations en utilisant les fiches d'enregistrement, votre connaissance des structures communautaires et des contacts clés, etc.
- Si nécessaire : Si les enfants ne connaissent pas leur « adresse », utilisez les fiches d'enregistrement ou votre connaissance de la communauté pour repérer le camp, la zone et le quartier, et aidez-les à inscrire ces informations sur leur dessin.
- Parlez-en aux donneur de soins et incitez-les à apprendre aux enfants leur prénom et nom au complet.

Activité de détente : Long, petit et large 5 MIN.

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.
5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :

- *Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?*

ADAPTATIONS :

- Quels autres animaux pouvez-vous imiter ?

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture

10 MIN.

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe. Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.
- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».
- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférées (ou un moment qu'ils/elles ont apprécié, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.

Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.

- Chantez une comptine pour dire au revoir. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session.



EXERCICES D'ÉVACUATION

45 À
60 MIN.

THÈMES :	<ul style="list-style-type: none"> Se protéger des risques. 	Session # 6.2
MATÉRIEL :	<ul style="list-style-type: none"> Aucun. 	
PRÉPARATION :	<ul style="list-style-type: none"> Sélectionnez un lieu de rencontre suffisamment proche de l'espace sécurisé pour que tous les enfants puissent y accéder, mais suffisamment éloigné pour garantir la sécurité. Il peut s'agir d'un lieu différent pour les incendies et les inondations. Soyez préparé·e à traiter à ce sujet et entraînez-vous pour tous les lieux, si nécessaire. Repérez les enfants qui pourraient avoir besoin d'une aide supplémentaire pendant l'exercice – les exercices d'entraînement vous y aideront. Préparez un tableau pour l'exercice d'évacuation avec des images (facultatif) Élaborez un visuel qui pourra être réutilisé pour aider les enfants à se souvenir des 4 règles : <ul style="list-style-type: none"> Trouver un·e camarade (image ou dessin de deux enfants se tenant par la main) Se mettre en rang (image ou dessin de deux rangées d'enfants en ligne) Rester silencieux (image ou dessin d'un doigt sur les lèvres montrant le signe « chut ») Marcher (image ou dessin d'enfants en train de marcher). 	

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités.

Ouverture

10 MIN.

- Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
- Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER



ÊTRE
ATTENTIF·VE



ÊTRE
GENTIL·LE



- Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons jouer à des jeux et apprendre quel est notre lieu de rendez-vous si nous devons partir, nous allons calmer nos corps et nos esprits, nous allons nettoyer, nous allons chanter notre comptine pour nous dire au revoir, puis nous rentrerons à la maison.

Facultatif : Fais comme moi

5 MIN.

1. Les enfants se placent en cercle.
2. Dites : *Nous allons jouer à un jeu appelé Fais comme moi. Nous allons écouter de la musique et danser. Imiter mes mouvements*
 - S'il n'y a pas de musique, demandez simplement aux enfants de faire ce que vous faites.
3. Commencez à jouer de la musique et faites un mouvement. Commencez par un mouvement simple et encouragez les enfants à le reproduire.
4. Laissez une minute pour que tous les enfants vous imitent, puis choisissez un nouveau mouvement.
5. Continuez à mener l'activité avec différents mouvements (voir les idées ci-dessous).
6. Après avoir réalisé au moins cinq mouvements différents et que les enfants se sentent à l'aise avec l'activité, demandez leur de mener le jeu. À tour de rôle autour du cercle, une personne fait un mouvement et les autres l'imitent.
7. Continuez jusqu'à ce que les enfants se désintéressent du jeu.

VARIATIONS :

- Cette activité peut être réalisée à l'extérieur.
- Cette activité peut être réalisée en demandant aux enfants de se placer deux par deux, l'un en face de l'autre, et de copier les mouvements de leur camarade en miroir.

NIVEAU : ÉLÉMENTAIRE	NIVEAU : INTERMÉDIAIRE	NIVEAU : AVANCÉ
<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements bruts • Taper dans les mains • Taper des pieds • Sauter • Bouger un bras vers l'intérieur, puis vers l'extérieur 	<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements plus lents nécessitant l'équilibre • Mettre un pied dedans et un pied dehors • Sauter sur un pied • Marcher sur la pointe des pieds • Toucher le nez en faisant passer la main en arrière 	<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une série de mouvements • Alternier deux mouvements (sauter deux fois sur un pied et une fois sur l'autre) • Créer une série : taper une fois dans les mains, sauter, taper une fois une fois dans les mains, sauter. • Rendre la série plus difficile : taper deux fois dans les mains, sauter trois fois, taper deux fois dans les mains, sauter trois fois

Exercices d'évacuation

15 à 30 MIN.

1. Expliquez l'exercice :

- Parfois, nous avons besoin de quitter où nous sommes et de nous rendre dans un point de rencontre sûr.
- Les facilitateur·rice·s doivent donner des exemples spécifiques de situations dans lesquelles il peut être nécessaire d'évacuer, et faire le lien avec la session correspondante, p. ex. les inondations
- Aujourd'hui, nous allons nous entraîner à évacuer en toute sécurité, afin que nous sachions tous ce qu'il faut faire. Je vais vous donner les instructions qu'il faudra suivre pour nous aider à sortir d'ici en toute sécurité.

2. Présentez clairement les étapes :

- **Écouter** – Le silence nous permet d'entendre les instructions.
- **Trouver un·e camarade** – Mettez-vous à côté d'une personne qui pourra éventuellement vous aider.
- **Se mettre en rang** – Mettez-vous en rang de manière ordonnée pour que nous puissions partir ensemble.
- **Marcher** – Marchez à un rythme régulier pour éviter les accidents et les retards.

3. Mettez en pratique les étapes à l'aide d'un jeu :

Jouez à « Le/la maître·sse dit » pour inculquer les étapes :

- « Le/la maître·sse dit... trouvez un·e camarade proche de vous. »
- « Le/la maître·sse dit... mettez-vous en rang avec votre camarade. »
- « Le/la maître·sse dit... restez tranquille. »
- « Le/la maître·sse dit... marchez avec moi. »

4. Marchez jusqu'au lieu de rencontre :

- Entraînez-vous à marcher ensemble en silence jusqu'au point de rencontre sûr.
- Une fois sur place, expliquez : « Ici c'est notre point de rencontre sûr si jamais nous devons partir rapidement. »
- Prenez la feuille de présence avec vous et assurez-vous que tout le monde est présent au point de rencontre

5. Rentrez et faites le point :

Retournez dans la salle de classe et passez en revue les points positifs, par exemple :

- « Vous êtes restés silencieux et vous avez pu entendre mes instructions – excellent travail ! »
- « Vous avez marché en toute sécurité et vous ne vous êtes pas précipités – bravo ! »

Rassurez-les : « Nous continuerons à nous entraîner pour que tout le monde sache comment se maintenir en sécurité. »

6. Utilisez des éléments visuels :

Créez un tableau réutilisable montrant les 4 étapes :

- **Trouver un·e camarade** (image de deux enfants se tenant par la main)

- **Se mettre en rang** (image d'enfants en rangs)
- **Rester silencieux** (doigt sur les lèvres, signe « chut »)
- **Marcher** (les enfants marchent calmement).

Activité de détente : Long, petit et large

5 MIN.

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.
5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :
 - *Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?*

ADAPTATIONS :

- Quels autres animaux pouvez-vous imiter ?

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture

10 MIN.

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. **Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe.** Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.
- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».
- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférées (ou un moment qu'ils/elles ont apprécié, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.

Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.

- Chantez une comptine pour dire au revoir. **Choisissez une comptine populaire.** Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !



SE LAVER LES MAINS

55 À
65 MIN.

THÈMES :	<ul style="list-style-type: none"> Se protéger des risques. 	Session # 6.3
MATÉRIEL :	<ul style="list-style-type: none"> Eau propre et savon pour se laver les mains 	
PRÉPARATION :	<ul style="list-style-type: none"> Durée : Cette session dépasse la durée recommandée pour une session. Les facilitateur·rice·s peuvent choisir de réduire le nombre d'activités ou de les répartir sur deux sessions distinctes. Trouvez les informations les plus récentes sur les éventuelles épidémies auprès des autorités locales, des professionnel·le·s de santé, et des équipes chargées de l'Eau, Hygiène et Assainissement et adaptez les messages clés ci-dessous aux orientations locales. Il est crucial d'aborder au cours de cette session les possibles préjugés locaux contre les personnes qui ont requiert un traitement médical. Assurez-vous que l'équipe a revu cette session et l'a adaptée en conséquence. Nous vous conseillons vivement d'inviter des donneur·euse·s de soins à cette session afin que ces derniers puissent entendre et transmettre à leur tour les mêmes messages clés. Si vous organisez cette session dans une région qui a déjà connu une grave épidémie, le contenu peut s'avérer sensible. Assurez-vous que les enfants se sentent à l'aise avec vous et entre eux. Vous devez également bien connaître le contenu de la séance avant de l'animer. Veillez en outre à être bien préparé·e pour reconnaître les signes de détresse, ainsi que d'être en mesure d'aider les enfants et les adolescent·e·s en utilisant des techniques de PSP. Les activités physiques de cette session devront peut-être être adaptées aux enfants handicapé·e·s. Lors de la préparation de cette session, demandez à ces derniers, ainsi qu'à leurs donneur·euse·s de soins, les adaptations dont ils/elles auraient besoin. Cette session comprend des activités où les enfants doivent se toucher les uns les autres. Celles-ci peuvent ne pas être appropriées en cas de propagation de l'épidémie. En effet, le contact des enfants entre eux pourrait être un vecteur de propagation (p. ex., la mpox). 	

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités.

Ouverture

10 MIN.

- Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
- Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER

ÊTRE
ATTENTIF·VEÊTRE
GENTIL·LE

- Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons jouer à des jeux et apprendre comment nous protéger et protéger nos amis en nous lavant les mains. Nous allons nous tranquilliser, nous allons nettoyer, nous allons chanter notre comptine pour nous dire au revoir, puis nous rentrerons à la maison.

Pourquoi est-ce que c'est important de se laver les mains ? 5 MIN.

1. Expliquez qu'aujourd'hui, nous allons apprendre pourquoi il est important de se laver les mains.
2. Demandez : *Est-ce que quelqu'un ici a déjà eu mal au ventre ou s'est déjà senti malade ? Quelqu'un a-t-il toussé ou eu mal à la gorge ?* Expliquez que tout le monde peut tomber malade de temps en temps. *Certaines maladies sont dues à de minuscules germes. Ils sont si petits que nous ne pouvons pas les voir. Ils sont même plus petits qu'un grain de sable !*
3. Demandez aux enfants de regarder leurs mains. *Regardez de très près – est-ce que vous voyez quelque chose ?* Insistez sur l'idée que les germes ne sont pas visibles.
4. Dites aux enfants que notre corps est très efficace pour lutter contre les germes, mais qu'il y a des choses que nous pouvons faire pour l'aider, comme se laver les mains.

Se laver les mains

20 à 30 MIN.

1. Se laver les mains avec du savon permet de se protéger. C'est l'un des moyens d'empêcher les germes de nous rendre malades.
2. Dites : *D'abord, nous allons parler de quand nous devons nous laver les mains. Demandez aux enfants à quel moment ils/elles pensent qu'il est important de se laver les mains.*
3. Dites : *Nous devons nous laver les mains régulièrement, en particulier après avoir utilisé les latrines, avant de toucher des aliments ou de manger, après nous être mouchés, avoir toussé ou éternué, avant de toucher notre bouche, notre nez ou nos yeux, après avoir touché ou jeté des déchets, et après avoir joué avec des animaux. Il est important de se laver souvent les mains pour rester en bonne santé.*
4. Ensuite, allez à une station de lavage des mains – un robinet ou un seau à l'extérieur. Veillez à ce qu'il y ait du savon.
5. Dites : *Nous devons nous laver les mains avec du savon pendant au moins 20 secondes en suivant 5 étapes.* Montrez comment se laver les mains :
 - Étape 1 : Se mouiller les mains à l'eau courante
 - Étape 2 : Mettre suffisamment de savon pour couvrir les mains mouillées
 - Étape 3 : Frotter toutes les surfaces de la main – y compris le revers de la main, l'espace entre les doigts et sous les ongles – pendant au moins 20 secondes
 - Étape 4 : Rincer abondamment à l'eau courante
 - Étape 5 : Se sécher les mains avec un tissu propre ou une serviette jetable – si vous n'en avez pas, séchez-vous les mains à l'air libre

6. S'il existe une comptine locale que les enfants connaissent et qui dure 20 à 30 secondes, chantez-la pendant que les enfants s'entraînent à se laver les mains à tour de rôle. Ils/elles sauront ainsi combien de temps dure un bon lavage des mains. **Vous pouvez aussi utiliser cette comptine (sur l'air de « Row, row, row your boat » en anglais) :**
 - Lave, lave, lave tes mains
 - Lave-les proprement.
 - Frotte ici (en frottant les mains l'une contre l'autre)
 - Frotte là (en frottant le dessus des mains)
 - Et frotte entre les doigts (en frottant entre les doigts).

Messages clés

5 MIN.

1. Après l'activité, rassemblez le groupe et répétez les messages clés.
2. Rappelez aux enfants que tout le monde peut tomber malade. Les germes ne tiennent pas compte de notre âge, de notre genre, de là où nous habitons ou de qui nous sommes. Ce qui compte, ce sont les actions que nous entreprenons.
3. Si quelqu'un ne se sent pas bien, on peut prévenir un adulte et garder un peu nos distances jusqu'à ce qu'il - elle aille mieux
4. Si tu te sens malade, dis-le à un adulte qui peut t'aider.

Activité de détente : Long, petit et large

5 MIN.

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.
5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :
 - *Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?*

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture

10 MIN.

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. **Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe.** Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».

- Ramenez les enfants dans un grand cercle.
- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».
- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférées (ou un moment qu'ils/elles ont apprécié, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.

Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.

- Chantez une comptine pour dire au revoir. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !



PRÉPARATION EN CAS D'INCENDIES 45 À 60 MIN. (1)

THÈMES : • Se protéger des risques.

Session
6.4.1

MATÉRIEL : • Facultatif : marionnette

PRÉPARATION : • Aucun.



Le contenu de cette session peut être sensible. Assurez-vous que les enfants se sentent à l'aise avec vous et entre eux. Vous devez également bien connaître le contenu de la séance avant de l'animer. Veillez en outre à être bien préparé·e pour reconnaître les signes de détresse, ainsi que d'être en mesure d'aider les enfants et les adolescent·e·s en utilisant des techniques de PSP.

Cette session présente trois mesures à prendre en cas d'incendie. Il peut être nécessaire de répartir ces activités sur deux sessions et de revenir sur ces mesures ultérieurement en posant des questions telles que : « Qui peut me rappeler ce qu'il faut faire s'il y a beaucoup de fumée ? ».

Les activités physiques de cette session devront peut-être également être adaptées aux enfants handicapé·e·s. Lors de la préparation de cette session, consultez les tuteur·rice·s afin de discuter des adaptations possibles pour répondre aux besoins de tous les enfants.

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités.

Ouverture

10 MIN.

1. Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
2. Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
3. Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER



ÊTRE
ATTENTIF·VE



ÊTRE
GENTIL·LE



4. Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons jouer à des jeux et apprendre ce qu'il faut faire pour se protéger des incendies, nous allons nous tranquilliser, nous allons nettoyer, nous allons chanter notre comptine pour nous dire au revoir, puis nous rentrerons à la maison.

Facultatif : Fais comme moi

5 MIN.

1. Les enfants se placent en cercle.
2. Dites : *Nous allons jouer à un jeu appelé Fais comme moi. Nous allons écouter de la musique et danser. Imiter mes mouvements*
 - S'il n'y a pas de musique, demandez simplement aux enfants de faire ce que vous faites.
3. Commencez à jouer de la musique et faites un mouvement. Commencez par un mouvement simple et encouragez les enfants à le reproduire.
4. Laissez une minute pour que tous les enfants vous imitent, puis choisissez un nouveau mouvement.
5. Continuez à mener l'activité avec différents mouvements (voir les idées ci-dessous).
6. Après avoir réalisé au moins cinq mouvements différents et que les enfants se sentent à l'aise avec l'activité, demandez leur de mener le jeu. À tour de rôle autour du cercle, une personne fait un mouvement et les autres l'imitent.
7. Continuez jusqu'à ce que les enfants se désintéressent du jeu.

VARIATIONS :

- Cette activité peut être réalisée à l'extérieur.
- Cette activité peut être réalisée en demandant aux enfants de se placer deux par deux, l'un en face de l'autre, et de copier les mouvements de leur camarade en miroir.
- Laissez les enfants proposer des mouvements favorisant l'inclusion, en particulier des enfants handicapé-e-s.

NIVEAU : ÉLÉMENTAIRE	NIVEAU : INTERMÉDIAIRE	NIVEAU : AVANCÉ
<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements amples • Taper dans les mains • Taper des pieds • Sauter • Bouger un bras vers l'intérieur, puis vers l'extérieur 	<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements plus lents nécessitant l'équilibre • Mettre un pied dedans et un pied dehors • Sauter sur un pied • Marcher sur la pointe des pieds • Toucher le nez en faisant passer la main en arrière 	<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une série de mouvements • Alternier deux mouvements (sauter deux fois sur un pied et une fois sur l'autre) • Créer une série : taper une fois dans les mains, sauter, taper une fois une fois dans les mains, sauter. • Rendre la série plus difficile : taper deux fois dans les mains, sauter trois fois, taper deux fois dans les mains, sauter trois fois

Sécurité incendie – Partie I

15 à 30 MIN.

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont apprendre ce qu'est un incendie et comment se protéger.
2. Dites : *Le feu peut être très utile. À quoi sert le feu ?*
 - *Le feu peut être utile pour cuisiner, chauffer l'eau pour se laver et se réchauffer dans la maison.*
3. Demandez : *Pourquoi devons-nous être prudents avec le feu ?*
 - Dites : *Le feu peut aussi être dangereux et nous faire du mal. Par exemple, un feu sur un vêtement est un mauvais feu. Si notre maison ou notre espace sûr prend feu, c'est aussi un mauvais feu.*
4. Dites : *Cela contribue à notre sécurité de savoir ce qu'il faut faire en cas d'incendie. Nous allons jouer à des jeux pour nous entraîner à rester en sécurité en cas d'incendie.*

Arrête, Tombe et Roule – Le pompier a dit...

5. Expliquez « Arrête, Tombe et Roule ». Dites : *Si vos vêtements prennent feu, il faut vous arrêter, vous laisser tomber et rouler sur vous-mêmes pour éteindre le feu. Arrête, Tombe et Roule.* Demandez aux enfants de répéter la phrase.
6. Faites une démonstration de « Arrête, Tombe et Roule ». Si nécessaire, posez une couverture, une serviette ou une grande feuille de papier sur le sol avant de le faire.
7. Dites : *Nous allons jouer à un jeu pour pratiquer « Arrête, Tombe et Roule ». « Le pompier a dit... », c'est comme Jacques a dit, quand je dis « Le pompier a dit... », vous devez tous faire cette action. Par exemple, le pompier a dit touche ta tête (les enfants se touchent la tête).*
8. Jouez à Le Pompier a dit. Vous pouvez dire, Le pompier a dit...
 - Arrête-toi (ou stop)
 - Tombe (sur le sol et allonge-toi)
 - Couvre-toi le visage (avec les mains)
 - Roule sur toi même (si c'est pertinent, le dire 3 fois)
 - Relève- toi



9. **Soulignez :** Les incendies, ça arrive, mais il est important de se rappeler que la plupart des gens n'en connaîtront jamais.

Même en cas d'incendie, il existe de nombreux moyens de rester en sécurité. C'est pourquoi nous pratiquons des exercices tels que « Arrête, Tombe et Roule » ou « S'accroupir et s'en aller » (s'accroupir ou marcher en se penchant, chercher une sortie sûre et partir) – pour nous assurer que nous savons exactement ce qu'il faut faire.

Et n'oubliez pas qu'il y a toujours des adultes, comme les parents, les enseignants ou les pompiers, qui sont là pour nous aider à assurer notre sécurité. En apprenant ces gestes de sécurité, vous devenez super futé(e) et prêt(e) à te protéger !

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :**Messages clés :**

- Pour éviter les incendies, ne jamais jouer avec les prises ou les fils électriques, les allumettes, les briquets ou les bougies...
- En cas d'incendie, crier « Au feu » !
- Si les vêtements prennent feu, il faut s'arrêter, se laisser tomber et rouler sur soi-même !

Activité de détente : Long, petit et large**5 MIN.**

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.
5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :
 - *Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?*

ADAPTATIONS :

- Quels autres animaux pouvez-vous imiter ?

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture**10 MIN.**

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. **Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe.** Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.
- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».
- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférées (ou un moment qu'ils/elles ont apprécié, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.

Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.

- Chantez une comptine pour dire au revoir. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !



PRÉPARATION EN CAS D'INCENDIES 45 À 60 MIN. (2)

THÈMES :

- Se protéger des risques.

Session
6.4.2

MATÉRIEL :

- Grande couverture, serviette, tissu
- Facultatif : marionnette ou morceau de papier

PRÉPARATION :

- Aucun.



Le contenu de cette session peut être sensible. Assurez-vous que les enfants se sentent à l'aise avec vous et entre eux. Vous devez également bien connaître le contenu de la séance avant de l'animer. Veillez en outre à être bien préparé·e pour reconnaître les signes et les symptômes de stress ou de détresse, ainsi que d'être en mesure d'aider les enfants et les adolescent·e·s en utilisant des techniques de PSP.

Cette session présente trois mesures à prendre en cas d'incendie. Il peut être nécessaire de répartir ces activités sur deux sessions et de revenir sur ces mesures ultérieurement en posant des questions telles que : « Qui peut me rappeler ce qu'il faut faire s'il y a beaucoup de fumée ? ».

Les activités physiques de cette session devront peut-être également être adaptées aux enfants handicapé·e·s. Lors de la préparation de cette session, consultez les tuteur·rice·s afin de discuter des adaptations possibles pour répondre aux besoins de tous les enfants.

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités.

Ouverture

10 MIN.

1. Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
2. Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
3. Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER



ÊTRE
ATTENTIF·VE



ÊTRE
GENTIL·LE



4. Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons jouer à des jeux et apprendre ce qu'il faut faire pour se protéger des incendies, nous allons nous tranquilliser, nous allons nettoyer, nous allons chanter notre comptine pour nous dire au revoir, puis nous rentrerons à la maison.

Facultatif : Fais comme moi

5 MIN.

1. Les enfants se placent en cercle.
2. Dites : *Nous allons jouer à un jeu appelé Fais comme moi. Nous allons écouter de la musique et danser. Imiter mes mouvements*
 - S'il n'y a pas de musique, demandez simplement aux enfants de faire ce que vous faites.
3. Commencez à jouer de la musique et faites un mouvement. Commencez par un mouvement simple et encouragez les enfants à le reproduire.
4. Laissez une minute pour que tous les enfants vous imitent, puis choisissez un nouveau mouvement.
5. Continuez à mener l'activité avec différents mouvements (voir les idées ci-dessous).
6. Après avoir réalisé au moins cinq mouvements différents et que les enfants se sentent à l'aise avec l'activité, demandez leur de mener le jeu. À tour de rôle autour du cercle, une personne fait un mouvement et les autres l'imitent.
7. Continuez jusqu'à ce que les enfants se désintéressent du jeu.

VARIATIONS :

- Cette activité peut être réalisée à l'extérieur.
- Cette activité peut être réalisée en demandant aux enfants de se placer deux par deux, l'un en face de l'autre, et de copier les mouvements de leur camarade en miroir.
- Laissez les enfants proposer des mouvements favorisant l'inclusion, en particulier des enfants handicapé-e-s.

NIVEAU : ÉLÉMENTAIRE	NIVEAU : INTERMÉDIAIRE	NIVEAU : AVANCÉ
<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements amples • Taper dans les mains • Taper des pieds • Sauter • Bouger un bras vers l'intérieur, puis vers l'extérieur 	<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements plus lents nécessitant l'équilibre • Mettre un pied dedans et un pied dehors • Sauter sur un pied • Marcher sur la pointe des pieds • Toucher le nez en faisant passer la main en arrière 	<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une série de mouvements • Alternier deux mouvements (sauter deux fois sur un pied et une fois sur l'autre) • Créer une série : taper une fois dans les mains, sauter, taper une fois une fois dans les mains, sauter. • Rendre la série plus difficile : taper deux fois dans les mains, sauter trois fois, taper deux fois dans les mains, sauter trois fois

Sécurité incendie – Partie II

15 à 30 MIN.

1. Dites aux enfants qu'aujourd'hui, nous allons à nouveau nous exercer à la sécurité incendie
2. Demandez : *Quelqu'un peut-il me rappeler pourquoi il faut être prudent avec le feu ? Que faut-il faire si mes vêtements prennent feu ?*
3. Récapitulez les étapes : Arrête, Tombe et Roule sur toi même. Demandez à un volontaire de montrer ces étapes.
4. Dites aux enfants qu'aujourd'hui, nous allons nous entraîner à faire ce qu'il faut faire s'il y a beaucoup de fumée.

S'accroupir et S'en aller

5. Expliquer « S'accroupir et s'en aller ». Dites : *Les incendies provoquent parfois beaucoup de fumée. Pour échapper au feu et à la fumée, il faut s'accroupir et s'en aller. Répétez après moi.* Demandez aux enfants de répéter la phrase.
6. Faites la démonstration. Si nécessaire, placez une couverture, une bâche, une serviette ou une grande feuille de papier au sol.
 - Dites : « *S'accroupir* » signifie se baisser au sol – Se mettre à quatre pattes près du sol
 - « *S'en aller* » signifie ramper vers la porte ou la sortie – Montrer comment ramper
 - *N'oubliez pas d'appeler AU FEU – Criez AU FEU ! AU FEU !*
7. Dites : *Nous allons nous entraîner à s'accroupir, à ramper.*
 - Expliquez le jeu. Je vais faire un bruit fort, comme une sirène, ou frapper dans les mains, et vous allez vous baisser, ramper et appeler en rampant vers la porte.
 -
 - Demandez aux enfants d'indiquer la porte ou la sortie afin que tous sachent où partir.
 - Assurez-vous que les enfants savent où se trouve la sortie en marquant l'espace avec l'indication « Sortie ». Répétez l'exercice 1 à 3 fois pour afin que les enfants apprennent à ramper lentement et à rester près du sol.
 - Pour tous les enfants, demandez-leur de descendre le plus bas possible s'ils/elles ne peuvent pas ramper et/ou si l'espace n'est pas sûr (p. ex., être dehors et il n'est pas possible de ramper sur le gravier).
8. **Soulignez :** Les incendies, ça arrive, mais il est important de se rappeler que la plupart des gens n'y seront jamais confronté·e·s Même en cas d'incendie, il existe de nombreux moyens de rester en sécurité.

C'est pourquoi nous pratiquons des exercices tels que « Arrête, Tombe et Roule sur toi même » ou « S'accroupir et s'en aller » – pour nous assurer que nous savons exactement ce qu'il faut faire.

Et n'oubliez pas qu'il y a toujours des adultes, comme les parents, les enseignants ou les pompiers, qui sont là pour nous aider à assurer notre sécurité. En apprenant ces gestes de sécurité, vous devenez super futé·e et prêt·e à te protéger !



VARIATIONS :

- Utilisez un grand tissu (ou une longue corde, un manche à balai, etc.) et demandez aux enfants volontaires de le tenir au-dessus de la tête des enfants pour s'entraîner à ramper en position basse. Dites-leur que le tissu ou la corde représente la fumée et qu'ils/elles doivent passer en dessous. Une fois qu'ils/elles sont passé-e-s, ils/elles doivent crier AU FEU.

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

Messages clés :

- Pour éviter les incendies, ne jamais jouer avec les prises ou les fils électriques, les allumettes, les briquets ou les bougies...
- En cas d'incendie, crier « Au feu » !
- Si les vêtements prennent feu, il faut s'arrêter, se laisser tomber et rouler sur soi-même !
- S'il y a du feu et de la fumée, il faut s'accroupir et s'en aller – ramper sous la fumée et sortir. Crier « Au Feu » !

Activité de détente : Long, petit et large

5 MIN.

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.
5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :
 - Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?

ADAPTATIONS :

- Quels autres animaux pouvez-vous imiter ?

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture**10 MIN.**

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. **Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe.** Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.
- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».
- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférées (ou un moment qu'ils/elles ont apprécié, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.

Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.

- Chantez une comptine pour dire au revoir. **Choisissez une comptine populaire.** Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !



PRÉPARATION EN CAS D'INCENDIES 45 À 60 MIN. (3)

THÈMES : • Se protéger des risques.

Session
6.4.3

MATÉRIEL : • De l'eau propre

• Facultatif : marionnette

PRÉPARATION : • Aucun.



Le contenu de cette session peut être sensible. Assurez-vous que les enfants se sentent à l'aise avec vous et entre eux. Vous devez également bien connaître le contenu de la séance avant de l'animer. Veillez en outre à être bien préparé·e pour reconnaître les signes et les symptômes de stress ou de détresse, ainsi que d'être en mesure d'aider les enfants et les adolescent·e·s en utilisant des techniques de PSP.

Cette session présente trois mesures à prendre en cas d'incendie. Il peut être nécessaire de répartir ces activités sur deux sessions et de revenir sur ces mesures ultérieurement en posant des questions telles que : « Qui peut me rappeler ce qu'il faut faire s'il y a beaucoup de fumée ? ».

Les activités physiques de cette session devront peut-être également être adaptées aux enfants handicapé·e·s. Lors de la préparation de cette session, consultez les tuteur·rice·s afin de discuter des adaptations possibles pour répondre aux besoins de tous les enfants.

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités.

Ouverture

10 MIN.

1. Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
2. Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
3. Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER



ÊTRE
ATTENTIF·VE



ÊTRE
GENTIL·LE



4. Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons jouer à des jeux et apprendre ce qu'il faut faire pour se protéger des incendies, nous allons nous tranquilliser, nous allons nettoyer, nous allons chanter notre comptine pour nous dire au revoir, puis nous rentrerons à la maison.

Facultatif : Fais comme moi

5 MIN.

1. Les enfants se placent en cercle.
2. Dites : *Nous allons jouer à un jeu appelé Fais comme moi. Nous allons écouter de la musique et danser. Imiter mes mouvements*
 - S'il n'y a pas de musique, demandez simplement aux enfants de faire ce que vous faites.
3. Commencez à jouer de la musique et faites un mouvement. Commencez par un mouvement simple et encouragez les enfants à le reproduire.
4. Laissez une minute pour que tous les enfants vous imitent, puis choisissez un nouveau mouvement.
5. Continuez à mener l'activité avec différents mouvements (voir les idées ci-dessous).
6. Après avoir réalisé au moins cinq mouvements différents et que les enfants se sentent à l'aise avec l'activité, demandez leur de mener le jeu. À tour de rôle autour du cercle, une personne fait un mouvement et les autres l'imitent.
7. Continuez jusqu'à ce que les enfants se désintéressent du jeu.

VARIATIONS :

- Cette activité peut être réalisée à l'extérieur.
- Cette activité peut être réalisée en demandant aux enfants de se placer deux par deux, l'un en face de l'autre, et de copier les mouvements de leur camarade en miroir.
- Laissez les enfants proposer des mouvements favorisant l'inclusion, en particulier des enfants handicapé-e-s.

NIVEAU : ÉLÉMENTAIRE	NIVEAU : INTERMÉDIAIRE	NIVEAU : AVANCÉ
<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements amples • Taper dans les mains • Taper des pieds • Sauter • Bouger un bras vers l'intérieur, puis vers l'extérieur 	<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements plus lents nécessitant l'équilibre • Mettre un pied dedans et un pied dehors • Sauter sur un pied • Marcher sur la pointe des pieds • Toucher le nez en faisant passer la main en arrière 	<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une série de mouvements • Alternier deux mouvements (sauter deux fois sur un pied et une fois sur l'autre) • Créer une série : taper une fois dans les mains, sauter, taper une fois dans les mains, sauter. • Rendre la série plus difficile : taper deux fois dans les mains, sauter trois fois, taper deux fois dans les mains, sauter trois fois

Sécurité incendie – Partie III

15 à 30 MIN.

1. Dites aux enfants qu'aujourd'hui, nous allons à nouveau nous exercer à la sécurité incendie
2. Demandez : *Quelqu'un peut-il me rappeler pourquoi il faut être prudent avec le feu ? Que faut-il faire si mes vêtements prennent feu ? Que faut-il faire s'il y a beaucoup de fumée*
3. Récapitulez les étapes : Arrête, Tombe et Roule sur toi même. Demandez à un volontaire de montrer ces étapes.
4. Récapitulez les étapes : S'accroupir et s'en aller. Demandez à un volontaire de montrer ces étapes.

Refroidir et Appeler à l'aide

5. Expliquez que le feu peut aussi nous brûler. Une brûlure est une sensation de chaleur sur la peau, elle est douloureuse et la peau peut parfois modifier (devenir plus rouge ou plus foncée).
6. Dites : *Si vous vous brûlez à cause de la chaleur ou du feu, il faut refroidir et appeler l'aide.* Demandez aux enfants de répéter la phrase.
7. Faites la démonstration. Vous pouvez également utiliser une marionnette.
 - Faites semblant d'avoir une brûlure à la main (comme si vous aviez touché une poêle chaude). Dites : *Aïe, je me suis brûlé e la main !*
 - Versez de l'eau sur votre main ou faites semblant de passer votre main sous un robinet (faites ce qui est le plus logique dans le contexte). Dites : *Je refroidis la brûlure.*
 - Appeler à l'aide. Dites : *Aidez-moi ! Je me suis brûlé e la main !*
8. Dites que s'il n'y a pas d'eau à proximité, nous devons immédiatement appeler à l'aide.
9. Expliquez que nous allons mettre en pratique tout ce que nous avons appris jusqu'à présent sur la sécurité incendie.
10. Demandez aux enfants de se mettre en petits groupes. Dites-leur que vous allez leur donner un mot et qu'ils/elles doivent vous montrer les actions.
 - Si je dis « vêtements », vous devez faire l'exercice « Arrête, Tombe et Roule sur toi même »
 - Si je dis « fumée », vous devez faire l'exercice « S'accroupir et s'en aller »
 - Si je dis « brûlure », vous devez faire l'exercice « Refroidir et Appeler à l'aide »
 - Si je dis « feu », vous devez crier très fort « AU FEU »

11. **Soulignez** : Les incendies, ça arrive, mais il est important de se rappeler que la plupart des gens n'y seront jamais confrontés. Même en cas d'incendie, il existe de nombreux moyens de rester en sécurité.

C'est pourquoi nous pratiquons des exercices tels que « Arrête, Tombe et Roule sur toi même » ou « S'accroupir et s'en aller » – pour nous assurer que nous savons exactement ce qu'il faut faire.

Et n'oubliez pas qu'il y a toujours des adultes, comme les parents, les enseignants ou les pompiers, qui sont là pour nous aider à assurer notre sécurité. En apprenant ces gestes de sécurité, vous devenez super futé-e et prêt-e à te protéger !

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

Messages clés :

Pour éviter les incendies, ne jamais jouer avec les prises ou les fils électriques, les allumettes, les briquets ou les bougies...

- En cas d'incendie, crier « Au feu » !
- Si les vêtements prennent feu, il faut s'arrêter, se laisser tomber et rouler sur soi-même !
- S'il y a du feu et de la fumée, il faut s'accroupir et s'en aller – ramper sous la fumée et sortir. Crier « Au Feu » !
- Refroidir une brûlure avec de l'eau propre

Activité de détente : Long, petit et large

5 MIN.

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.
5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :
 - Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?

ADAPTATIONS :

- Quels autres animaux pouvez-vous imiter ?

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture

10 MIN.

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. **Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe.** Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.
- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».
- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférées (ou un moment qu'ils/elles ont apprécié, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.

Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.

- Chantez une comptine pour dire au revoir. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !



SÉCURITÉ AUX ABORDS DES ROUTES

45 À
60 MIN.

THÈMES :	<ul style="list-style-type: none"> Se protéger des risques. 	Session # 6.5
MATÉRIEL :	<ul style="list-style-type: none"> Craie, cailloux ou bâtons 	
PRÉPARATION :	<ul style="list-style-type: none"> Avant la session, trouvez un espace approprié, à l'intérieur ou à l'extérieur, où vous pouvez créer une « route » à l'aide de craies, de cailloux, de bâtons ou de tout autre moyen de délimitation 	

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités.

Ouverture

10 MIN.

- Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
- Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER



ÊTRE
ATTENTIF·VE



ÊTRE
GENTIL·LE



- Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons jouer à des jeux et apprendre ce qu'il faut faire pour être en sécurité près des routes et des véhicules, nous allons nous tranquilliser, nous allons nettoyer, nous allons chanter notre comptine pour nous dire au revoir, puis nous rentrerons à la maison.

Facultatif : Fais comme moi

5 MIN.

- Les enfants se placent en cercle.
- Dites : *Nous allons jouer à un jeu appelé Fais comme moi. Nous allons écouter de la musique et danser. Imiter mes mouvements*
 - S'il n'y a pas de musique, demandez simplement aux enfants de faire ce que vous faites.
- Commencez à jouer de la musique et faites un mouvement. Commencez par un mouvement simple et encouragez les enfants à le reproduire.

4. Laissez une minute pour que tous les enfants vous imitent, puis choisissez un nouveau mouvement.
5. Continuez à mener l'activité avec différents mouvements (voir les idées ci-dessous).
6. Après avoir réalisé au moins cinq mouvements différents et que les enfants se sentent à l'aise avec l'activité, demandez leur de mener le jeu. À tour de rôle autour du cercle, une personne fait un mouvement et les autres l'imitent.
7. Continuez pendant 4 à 7 tours et arrêtez-vous avant que les enfants ne se désintéressent.

VARIATIONS :

- Cette activité peut être réalisée à l'extérieur.
- Cette activité peut être réalisée en demandant aux enfants de se placer deux par deux, l'un en face de l'autre, et de copier les mouvements de leur camarade en miroir.
- Laissez les enfants proposer des mouvements favorisant l'inclusion, en particulier des enfants handicapé·e·s.

NIVEAU : ÉLÉMENTAIRE	NIVEAU : INTERMÉDIAIRE	NIVEAU : AVANCÉ
<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements bruts • Taper dans les mains • Taper des pieds • Sauter • Bouger un bras vers l'intérieur, puis vers l'extérieur 	<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements plus lents nécessitant l'équilibre • Mettre un pied dedans et un pied dehors • Sauter sur un pied • Marcher sur la pointe des pieds • Toucher le nez en faisant passer la main en arrière 	<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une série de mouvements • Alternier deux mouvements (sauter deux fois sur un pied et une fois sur l'autre) • Créer une série : taper une fois dans les mains, sauter, taper une fois dans les mains, sauter. • Rendre la série plus difficile : taper deux fois dans les mains, sauter trois fois, taper deux fois dans les mains, sauter trois fois

Sécurité aux abords des routes

15 à 30 MIN.

1. Dites qu'aujourd'hui, nous allons nous entraîner à être en sécurité lorsque nous sommes près des routes
2. Demandez : *Quelqu'un habite-t-il près d'une route ? Ou traverse-t-il une route au cours de sa journée ? À quoi devons-nous faire attention lorsque nous nous trouvons près d'une route ?*
3. Demandez : *Quelles sont les autres moyens de transports qui utilisent la route ?* Expliquez que les voitures, les vélos, les camions et les autres véhicules se déplacent très vite, et que nous devons donc nous en éloigner lorsque nous marchons près d'une route ou que nous la traversons.
4. Montrez aux enfants la route que vous avez préparée avant la session. Expliquez que nous allons nous entraîner à traverser la route en toute sécurité.
5. **Jeux de rôle :**
 - Demandez à un adulte ou à un enfant plus âgé de jouer le rôle de la voiture sur la route.

- Montrez comment traverser la route en toute sécurité, en s'arrêtant d'abord, puis en regardant des deux côtés et en écoutant pour savoir s'il y a des véhicules, et en se demandant s'il y a assez de temps et quand il est possible de traverser en toute sécurité.
 - Rappelez aux enfants de rester près de l'adulte, ou de la personne plus âgée, qui les accompagne.
 - Rappelez aux enfants qu'ils/elles doivent continuer à être vigilants lorsqu'ils/elles traversent la route.
6. Après la démonstration, laissez les enfants s'entraîner à traverser la route un par un, en faisant attention à la voiture, en regardant d'un côté, puis de l'autre, puis de nouveau de l'autre côté. Encouragez-les à dire « Arrête, Regarde, Écoute, Réfléchis » pendant qu'ils/elles font ces actions.
 7. Entraînez-vous ensuite à marcher le long de la route en gardant une distance de sécurité. Expliquez qu'il est préférable de faire face aux véhicules afin qu'ils/elles puissent vous voir et que vous puissiez les voir.

ADAPTATIONS :

- Selon le contexte, cette session peut faire partie d'un plan de sécurité routière visant à regrouper tous les enfants qui se rendent à l'espace sûr à pied ou à les faire accompagner par un adulte volontaire.

Activité de détente : Long, petit et large**5 MIN.**

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.
5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :
 - *Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?*

ADAPTATIONS :

- Quels autres animaux pouvez-vous imiter ?

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture

10 MIN.

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe. Par exemple : On va ranger, on va ranger, Tous ensemble, tous ensemble, Chacun fait sa part, C'est beaucoup plus marrant, Hop, on range ! Hop, on range (sur un air de Frère Jacques)
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.
- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».
- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférées (ou une chose qu'ils/elles ont appréciée, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.
- Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.
- Chantez une comptine pour dire au revoir. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !



PRÉPARATION AUX FRAPPES AÉRIENNES/ BOMBARDEMENTS

45 À
60 MIN.

THÈMES :

- Se protéger des risques.

Session # 6.6

MATÉRIEL :

- Aucun.

PRÉPARATION :

- **Cette session dépend du contexte.** Il est crucial de donner des orientations cohérentes avec les recommandations locales en matière de sécurité en cas de frappes aériennes ou de bombardements. Les activités ci-dessous ont pour objet de renforcer la capacité des enfants à écouter les adultes pour rester en sécurité. Elles doivent être adaptées à votre contexte.
- Si possible, faites participer les donneur·euse·s de soins à cette session afin que les enfants et les adultes puissent pratiquer ces étapes ensemble.
- Travaillez avec les enfants handicapés et leurs donneur·euse·s de soins dans le but d'adapter l'exercice aux capacités physiques des enfants et aux responsabilités incombant aux donneur·euse·s de soins en ce qu'il s'agit de la préparation aux frappes aériennes ou aux bombardements



Le contenu de cette session peut être sensible. Assurez-vous que les enfants se sentent à l'aise avec vous et entre eux. Vous devez également bien connaître le contenu de la séance avant de l'animer. Veillez en outre à être bien préparé·e pour reconnaître les signes de détresse, ainsi que d'être en mesure d'aider les enfants et les adolescent·e·s en utilisant des techniques de PSP.

Cette session doit être organisée en même temps que les sessions d'apprentissage des gestes qui sauvent « **Exercices d'évacuation** » et « **Contact en cas d'urgence** ».

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités.

Ouverture

10 MIN.

- Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
- Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER



ÊTRE
ATTENTIF·VE



ÊTRE
GENTIL·LE



- Donnez des exemples concrets de la règle « Être gentil-le » en lien avec le contexte, tels que partager les crayons, inclure les autres personnes dans les jeux, aider quelqu'un à ranger.
- Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons jouer à des jeux et apprendre ce qu'il faut faire pour se protéger pendant les frappes aériennes et les bombardements, nous allons nous tranquilliser, nous allons nettoyer, nous allons chanter notre comptine pour nous dire au revoir, puis nous rentrerons à la maison.

Préparation aux frappes aériennes/ bombardements*

15 à 30 MIN.

1. Demandez, *Est-ce que quelqu'un sait ce qu'est une frappe aérienne ?*
2. Dites : *Aujourd'hui, nous allons parler de la manière de rester en sécurité en cas de frappe aérienne. Une frappe aérienne c'est quand il y a un bruit fort à l'extérieur à cause des avions dans le ciel, et ensuite une explosion.*
3. En cas de frappe aérienne, il est important d'écouter attentivement et de suivre les instructions des adultes qui veillent sur vous. Nous allons jouer à un jeu pour nous entraîner à écouter et à faire.

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

Les étapes ci-dessous ne sont qu'un exemple et partent du postulat que les enfants se trouvent à l'intérieur d'un bâtiment au moment de la frappe aérienne. Si vous travaillez dans un camp, ou s'il existe des abris anti-bombes particuliers dans votre contexte, indiquez les mesures que les personnes doivent prendre pour se mettre en sécurité.

4. Dites aux enfants qu'il y a 4 choses qui peuvent nous aider à rester en sécurité lorsqu'il y a une attaque aérienne sur un bâtiment :
 - Exemple : S'éloigner des fenêtres et des portes
 - Exemple : Se mettre sous un meuble solide
 - Exemple : S'allonger au sol, se boucher les oreilles et ouvrir légèrement la bouche
 - Exemple : Inspirer et expirer lentement pour se calmer
5. Dites : *Nous allons jouer à un jeu appelé « Le/la maître·sse a dit ». Je vais dire : Le/la maître·sse a dit... une action, et vous devrez faire cette action. Entraînons-nous. Le/la maître·sse a dit : touchez-vous la tête ; Le/la maître·sse a dit : asseyez-vous.*
6. Faites le même jeu en énonçant les actions de sécurité à mettre en œuvre en cas de frappes aériennes. Premièrement :
 - Marchez avec les enfants pour trouver l'endroit de la pièce qui est le plus éloigné des portes et des fenêtres.
 - Passez en revue les meubles de la pièce. Demandez : Ce meuble a-t-il l'air solide ? Peut-on se mettre en dessous ? Est-ce qu'il protégera nos têtes ?
 - Entraînez-vous à vous allonger au sol, à vous couvrir les oreilles et à ouvrir légèrement la bouche

7. Une fois que les enfants auront appris ces actions, jouez avec eux/elles à « Le/la maître·sse a dit » pour revoir toutes les étapes dans le cas d'une frappe aérienne. Faites-le en petits groupes, avec l'aide des tuteur·rice·s s'ils/elles participent à la session.
8. Dites : *Le/la maître·sse a dit...*
 - *Fenêtres et portes* (les enfants doivent s'éloigner des fenêtres et des portes)
 - *Meubles* (les enfants doivent se mettre sous un meuble adapté, sûr et solide)
 - *Sol* (les enfants se couchent à plat sur le sol, se bouchent les oreilles et ouvrent légèrement la bouche)
 - *Respirer* (les enfants s'exercent à inspirer lentement par le nez – comme pour sentir une fleur – et à expirer lentement par la bouche – comme pour souffler une bougie). Les enfants devraient si possible respirer dans une manche, une écharpe ou un tissu pour limiter l'inhalation de poussières.
9. Lorsque tout le monde a fait un essai, dites aux enfants les choses qui ont bien marché et celles qu'ils/elles doivent pratiquer davantage :
 - *Vous êtes resté·e·s très silencieux·se·s pendant notre entraînement ! Vous pouviez donc entendre mes instructions, ce qui vous a permis de rester en sécurité. Bon travail !*
 - *Vous avez marché jusqu'à l'endroit le plus sûr de la pièce ! Cela vous a permis, vous et vos ami·e·s, de ne pas tomber. C'était super !*
10. Créez un visuel qui pourra être réutilisé pour aider les enfants à se souvenir des actions.

Facultatif : Fais comme moi

5 MIN.

1. Les enfants se placent en cercle.
2. Dites : *Nous allons jouer à un jeu appelé Fais comme moi. Nous allons écouter de la musique et danser. Imiter mes mouvements*
 - S'il n'y a pas de musique, demandez simplement aux enfants de faire ce que vous faites.
3. Commencez à jouer de la musique et faites un mouvement. Commencez par un mouvement simple et encouragez les enfants à le reproduire.
4. Laissez une minute pour que tous les enfants vous imitent, puis choisissez un nouveau mouvement.
5. Continuez à mener l'activité avec différents mouvements (voir les idées ci-dessous).
6. Après avoir réalisé au moins cinq mouvements différents et que les enfants se sentent à l'aise avec l'activité, demandez leur de mener le jeu. À tour de rôle autour du cercle, une personne fait un mouvement et les autres l'imitent.
7. Continuez pendant 4 à 7 tours et arrêtez-vous avant que les enfants ne se désintéressent.

VARIATIONS :

- Cette activité peut être réalisée à l'extérieur.
- Cette activité peut être réalisée en demandant aux enfants de se placer deux par deux, l'un en face de l'autre, et de copier les mouvements de leur camarade en miroir.
- Laissez les enfants proposer des mouvements favorisant l'inclusion, en particulier des enfants handicapé·e·s.

NIVEAU : ÉLÉMENTAIRE	NIVEAU : INTERMÉDIAIRE	NIVEAU : AVANCÉ
----------------------	------------------------	-----------------

<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements bruts • Taper dans les mains • Taper des pieds • Sauter • Bouger un bras vers l'intérieur, puis vers l'extérieur 	<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements plus lents nécessitant l'équilibre • Mettre un pied dedans et un pied dehors • Sauter sur un pied • Marcher sur la pointe des pieds • Toucher le nez en faisant passer la main en arrière 	<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une série de mouvements • Alternier deux mouvements (sauter deux fois sur un pied et une fois sur l'autre) • Créer une série : taper une fois dans les mains, sauter, taper une fois dans les mains, sauter. • Rendre la série plus difficile : taper deux fois dans les mains, sauter trois fois, taper deux fois dans les mains, sauter trois fois
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Activité de détente : Long, petit et large

5 MIN.

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.
5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :
 - Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?

ADAPTATIONS :

- Quels autres animaux pouvez-vous imiter ?

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture

10 MIN.

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe. Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.

- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».
- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférées (ou un moment qu'ils/elles ont apprécié, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.

Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.

- Chantez une comptine pour dire au revoir. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !



SE PROTÉGER DE LA MPOX

60 à
90 MIN.

THÈMES :	<ul style="list-style-type: none"> Se protéger des risques. 	Session # 6.7
MATÉRIEL :	<ul style="list-style-type: none"> Eau et savon pour se laver les mains 	
PRÉPARATION :	<ul style="list-style-type: none"> Durée : Cette session dépasse la durée recommandée pour une session. Les facilitateur·rice·s peuvent choisir de réduire le nombre d'activités ou de les répartir sur deux sessions distinctes. Trouvez les informations les plus récentes sur la mpox auprès des autorités locales ou des professionnel·le·s de santé, et adaptez les messages clés ci-dessous aux orientations locales. S'il n'existe aucune orientation locale, veuillez consulter la page dédiée à la Mpox sur le SharePoint de SCL ici. Nous vous conseillons vivement d'inviter des donneur·euse·s de soins à cette session afin que ces derniers puissent entendre et transmettre à leur tour les mêmes messages clés. Si vous organisez cette session dans une région déjà touchée par la mpox, le contenu peut s'avérer sensible. Les activités physiques de cette session devront peut-être également être adaptées aux enfants à mobilité réduite. Lors de la préparation de cette session, consultez les tuteur·rice·s afin de discuter des adaptations possibles pour répondre aux besoins de tous les enfants. Il est possible de répéter cette session plusieurs fois pour assurer que les enfants apprennent les messages clés et s'en souviennent. 	



Le contenu de cette session peut être sensible. Assurez-vous que les enfants se sentent à l'aise avec vous et entre eux. Vous devez également bien connaître le contenu de la séance avant de l'animer. Veillez en outre à être bien préparé·e pour reconnaître les signes de détresse, ainsi que d'être en mesure d'aider les enfants et les adolescent·e·s en utilisant des techniques de PSP.

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités.

Ouverture

10 MIN.

- Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
- Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER

ÊTRE
ATTENTIF·VEÊTRE
GENTIL·LE

- Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous ferons des jeux et apprendrons comment nous protéger, nous et nos amis, du virus de la mpox. Nous allons nous tranquilliser, nous allons nettoyer, nous allons chanter notre comptine pour nous dire au revoir, puis nous rentrerons à la maison.

Introduction à la Mpox

15 à 30 MIN.

1. Expliquez qu'aujourd'hui, nous allons nous intéresser aux virus.
2. Demandez : *Quelqu'un ici a-t-il déjà été malade, eu de la fièvre ou a toussé ?* (Cette question peut être délicate si une épidémie de maladie préoccupante est en cours, car elle pourrait potentiellement entraîner une stigmatisation des personnes qui y répondent : adaptez si nécessaire.)
3. Expliquez que tout le monde peut tomber malade de temps en temps. Certaines maladies sont dues à des virus, qui sont de minuscules germes. Ils sont si petits que nous ne pouvons pas les voir. Ils sont même plus petits qu'un grain de sable ! Comme nous ne pouvons pas voir les virus, nous devons travailler ensemble pour les empêcher de se propager.
4. Dites : *Les virus ont besoin de personnes, d'animaux ou d'objets pour pouvoir se déplacer. Quand on y pense, on peut avoir peur des virus. Cependant, nous pouvons mettre en œuvre de nombreuses mesures pour empêcher les virus de se propager. Il s'agit entre autres de :*
 - Se laver les mains avec de l'eau et du savon ou avec un désinfectant pour les mains
 - Ne pas toucher ses yeux, son nez ou sa bouche si ses mains ne sont pas propres
 - Vérifier qu'il n'y a pas d'égratignures, de déchirures ou de lésions cutanées et, s'il y en a, les recouvrir
 - Éviter de toucher les animaux, et si vous le faites, lavez-vous les mains après
 - Ouvrir les fenêtres pour laisser entrer l'air frais
 - Utiliser des gobelets, des bols ou des assiettes différents
 - Prévenir un adulte si vous ne vous sentez pas bien

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Pour les enfants les plus jeunes, limitez le nombre d'étapes et concentrez-vous sur le lavage des mains et l'utilisation de gobelets séparés.

Travail d'équipe contre les virus

20 à 30 MIN.

1. Nous allons faire un jeu pour nous entraîner à travailler en équipe afin d'empêcher les virus de se propager.
2. Dites : *D'abord nous allons créer une action pour chacune des étapes.* Présentez les gestes à effectuer pour se laver les mains, ouvrir les fenêtres, utiliser des gobelets séparés, vérifier qu'il n'y a pas d'égratignures. Les actions doivent être très simples. Elles doivent simplement servir d'aide-mémoire. Par exemple, pour les « Utiliser des gobelets différents », les enfants peuvent faire semblant de boire dans un gobelet.

3. Avec l'aide des donneur·euse·s de soins, exercez-vous à réaliser ensemble chacune des actions.
4. Ensuite, demandez aux enfants de se promener dans l'espace. Dites que vous (le/la facilitateur·rice) êtes porteur·euse du virus.
5. Vous allez dire le nom de quelques enfants. Lorsque ceux-ci / celles-ci entendront leur nom, ils/elles doivent se figer – ils/elles sont entré·e·s en contact avec le virus !
6. Dites au reste du groupe – nous avons besoin de votre aide ! Faisons les actions nécessaires pour libérer nos amis.
7. Demandez à un donneur de soins de citer l'une des actions, par exemple « se laver les mains » – tous les enfants doivent montrer l'action pour se laver les mains.
8. Répétez l'exercice pour toutes les actions, jusqu'à ce que tous les enfants aient été figés et libérés. Veillez à ce que tous les enfants soient figés afin d'insister sur le fait que tout le monde peut attraper un virus.
9. Dites : *Bravo pour avoir fait ce qu'il fallait pour assurer votre sécurité et celle de vos amis !*

Activité : Se laver les mains

20 à 30 MIN.

1. Se laver les mains avec du savon permet de se protéger. C'est l'un des moyens d'empêcher la propagation de la mpox.
2. Dites : *D'abord, nous allons parler de **quand** nous devons nous laver les mains.* Demandez aux enfants à quel moment ils/elles pensent qu'il est important de se laver les mains.
3. Dites : *Nous devons nous laver les mains régulièrement, en particulier après avoir utilisé les latrines, avant de toucher des aliments ou de manger, après nous être mouchés, avoir toussé ou éternué, avant de toucher notre bouche ou notre nez, après avoir touché des déchets, et après avoir été en contact avec des animaux. Il est important de se laver souvent les mains pour rester en bonne santé.*
4. Ensuite, allez à une station de lavage des mains – un robinet ou un seau à l'extérieur. Veillez à ce qu'il y ait du savon.
5. Dites : *Nous devons nous laver les mains avec du savon pendant au moins 20 secondes en suivant 5 étapes. Montrez comment se laver les mains :*
 - Étape 1 : Se mouiller les mains à l'eau courante
 - Étape 2 : Mettre suffisamment de savon pour couvrir les mains mouillées
 - Étape 3 : Frotter toutes les surfaces de la main – y compris le revers de la main, l'espace entre les doigts et sous les ongles – pendant au moins 20 secondes
 - Étape 4 : Rincer abondamment à l'eau courante
 - Étape 5 : Se sécher les mains avec un tissu propre ou une serviette jetable – si vous n'en avez pas, séchez-vous les mains à l'air libre
6. S'il existe une comptine locale que les enfants connaissent et qui dure 20 à 30 secondes, chantez-la pendant que les enfants s'entraînent à se laver les mains à tour de rôle. Ils/elles sauront ainsi combien de temps dure un bon lavage des mains. *Vous pouvez aussi utiliser cette comptine (sur l'air de « Row, row, row your boat » en anglais) :*
 - Lave, lave, lave tes mains
 - Lave-les proprement.
 - Frotte ici (en frottant les mains l'une contre l'autre)
 - Frotte là (en frottant le dessus des mains)
 - Et frotte entre les doigts (en frottant entre les doigts).

Messages clés

5 MIN.

1. Après l'activité, rassemblez le groupe et répétez certains messages clés.
2. Rappelez aux enfants que les virus peuvent infecter n'importe qui. Ils/elles ne tiennent pas compte de notre âge, de notre genre, de là où nous habitons ou de qui nous sommes. Ce qui compte, ce sont les actions que nous entreprenons.
3. Si quelqu'un ne se sent pas bien, on peut prévenir un adulte et garder un peu nos distances jusqu'à ce qu'il - elle aille mieux
4. Si tu te sens malade, dis-le à un adulte qui peut t'aider.
5. Si tu sais que tu as la mpox, voici ce que tu peux faire pour prendre soin de toi et des autres :
 - Boire beaucoup d'eau
 - Te reposer autant que possible
 - Essayer de ne pas gratter tes éruptions cutanées

Activité de détente : Long, petit et large

5 MIN.

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.
5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :
 - *Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?*

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture

10 MIN.

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. **Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe.** Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.
- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».

- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférées (ou un moment qu'ils/elles ont apprécié, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.


Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.

- Chantez une comptine pour dire au revoir. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !



SE PROTÉGER DU CHOLÉRA

60 à
90 MIN.

THÈMES :	<ul style="list-style-type: none"> Se protéger des risques. 	Session # 6.8
MATÉRIEL :	<ul style="list-style-type: none"> Eau propre et savon pour se laver les mains 	
PRÉPARATION :	<ul style="list-style-type: none"> Durée : Cette session dépasse la durée recommandée pour une session. Les facilitateur·rice·s peuvent choisir de réduire le nombre d'activités ou de les répartir sur deux sessions distinctes. Trouvez les informations les plus récentes sur le choléra auprès des autorités locales, des professionnel·le·s de santé, et des équipes chargées de la santé et de l'Eau, Hygiène et Assainissement et adaptez les messages clés ci-dessous aux orientations locales. S'il n'existe aucune orientation locale, veuillez consulter les recommandations de l'OMS ici. Avant la session, assurez-vous de disposer des informations sur les endroits où les familles peuvent recevoir des soins médicaux et transmettez-les aux enfants et aux adolescent·e·s. Il s'agit notamment de savoir où les familles peuvent se procurer des solutions de réhydratation orale ou comment elles peuvent la fabriquer elles-mêmes. Il est crucial d'aborder au cours de cette session les possibles préjugés locaux contre les personnes qui ont recours à un traitement médical pendant une épidémie de choléra. Assurez-vous que l'équipe a revu cette session et l'a adaptée en conséquence. Nous vous conseillons vivement d'inviter des donneur·euse·s de soins à cette session afin que ces derniers puissent entendre et transmettre à leur tour les mêmes messages clés. 	
<div>  <p>Le contenu de cette session peut être sensible. Assurez-vous que les enfants se sentent à l'aise avec vous et entre eux. Vous devez également bien connaître le contenu de la séance avant de l'animer. Veillez en outre à être bien préparé·e pour reconnaître les signes de détresse, ainsi que d'être en mesure d'aider les enfants et les adolescent·e·s en utilisant des techniques de PSP.</p> </div>		

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités.

Ouverture

10 MIN.

- Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
- Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER

ÊTRE
ATTENTIF·VEÊTRE
GENTIL·LE

- Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons jouer à des jeux et apprendre comment nous protéger, nous et nos amis du choléra. Nous allons nous tranquilliser, nous allons nettoyer, nous allons chanter notre comptine pour nous dire au revoir, puis nous rentrerons à la maison.

Qu'est-ce que le choléra ?

15 à 30 MIN.

1. Expliquez qu'aujourd'hui, nous allons nous intéresser à une maladie qu'on appelle le choléra.
2. Demandez : *Est-ce que quelqu'un ici a déjà eu mal au ventre ou s'est déjà senti malade ?* Expliquez que tout le monde peut tomber malade de temps en temps. Certaines maladies sont dues à des bactéries, qui sont de minuscules germes. Ils sont si petits que nous ne pouvons pas les voir. Ils sont même plus petits qu'un grain de sable !
3. Demandez aux enfants de regarder leurs mains. *Regardez de très près – est-ce que vous voyez quelque chose ?* Insistez sur le fait que les germes ne se voient pas.
4. Expliquez :
 - Même si les bactéries ne sont pas visibles, nous pouvons les attraper sur nos mains, notamment lorsque nous allons aux toilettes, lorsque nous touchons des objets sales ou lorsque nous sommes avec des personnes ou des animaux malades.
 - Comme nous ne pouvons pas voir les bactéries, nous devons travailler ensemble pour les empêcher de se propager.
 - Un type de bactérie peut provoquer une maladie qu'on appelle le choléra. Les germes du choléra vivent dans de l'eau insalubre, c'est-à-dire de l'eau qui a été (contaminée) mélangée à de l'eau sale provenant notamment des toilettes et des latrines. Si une personne boit cette eau insalubre, ou mange des aliments qui ont été lavés avec elle ou préparés avec un couteau ou une planche à découper contaminés, le germe du choléra peut entrer dans son corps et la rendre malade.
 - Le choléra peut nous faire brusquement vomir beaucoup, et nous faire faire du caca liquide/ avoir une diarrhée.
 - Parfois, les gens tombent malades à cause du choléra, parfois à cause d'autres germes – aujourd'hui, nous allons parler de la manière de se protéger du choléra.
5. *Même si nous ne nous sentons pas mal, nous pouvons être porteurs de germes qui peuvent nous rendre malades ou rendre les autres malades. Quand on y pense, on peut avoir peur du choléra. Cependant, nous pouvons mettre en œuvre de nombreuses mesures pour empêcher le choléra de se propager. Il s'agit entre autres de :*
 - Se laver les mains régulièrement avec de l'eau et du savon, notamment à des moments clés (les donneur·euse·s de soins peuvent aider les enfants à utiliser un désinfectant pour les mains si de l'eau et du savon ne sont pas disponibles)

- Boire de l'eau potable ! Ne pas oublier que vous ne pouvez pas toujours voir si l'eau est propre ou sale, car les germes sont très petits. Si vous n'êtes pas sûr que l'eau soit propre, demandez à un adulte si l'eau a été traitée
- Éliminer les germes après avoir fait caca ! Après avoir été aux toilettes, lavez-vous les mains avec de l'eau et du savon à chaque fois.
- Ne pas manger d'aliments provenant de la rue sans autorisation
- Prévenir un adulte dès que vous vous sentez nauséeux (p. ex., si vous avez envie de vomir) ou que vous avez la diarrhée

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Le choléra se propage par les excréments – les enfants de cet âge trouvent le caca amusant ! Vous pouvez utiliser des actions drôles et des blagues sur le caca pour les aider à mémoriser la manière d'éviter les germes du choléra.
- Pour les enfants les plus jeunes, limitez le nombre d'étapes et concentrez-vous sur le lavage des mains et l'eau potable.
- Pour que les donneur·euse·s de soins : Si votre enfant vomit et a la diarrhée, consultez immédiatement des professionnel·le·s de santé. Si vous avez accès à de l'eau potable et à des sels de réhydratation orale, donnez-en fréquemment de petites gorgées à votre enfant en attendant les professionnel·le·s de santé. Il est important d'agir rapidement.

Travail d'équipe contre le choléra

20 à 30 MIN.

1. Nous allons maintenant jouer à un jeu pour nous entraîner à travailler ensemble afin d'empêcher le choléra de se propager et d'obtenir de l'aide si nous sommes malades.
2. Dites : *D'abord que nous allons créer une action pour chacune des étapes.*
 - Présentez les gestes pour se laver les mains
 - Une action pour boire de l'eau potable
 - Une action pour nettoyer/cuisiner les aliments
 - Une action et une phrase à dire à un adulte

Il peut s'agir d'actions très simples que vous pouvez créer avec les propositions des enfants.

Avec l'aide des donneur·euse·s de soins, exercez-vous à réaliser ensemble chacune des actions.

3. Demandez ensuite aux enfants de marcher librement dans l'espace.
4. Vous allez dire le nom de quelques enfants. Lorsque les enfants entendent leur nom, ils/elles doivent se figer : ils/elles sont entrés en contact avec le germe du choléra !
5. Dites au reste du groupe – nous avons besoin de votre aide ! Faisons les actions nécessaires pour libérer nos ami·e·s.
6. Répétez l'exercice pour toutes les actions, jusqu'à ce que tous les enfants aient été figés et libérés. Veillez à ce que tous les enfants soient figés afin d'insister sur le fait que tout le monde peut attraper le choléra.
7. Demandez à un·e donneur·euse de soins de citer l'une des actions, par exemple « se laver les mains » – tous les enfants doivent montrer l'action pour se laver les mains.
8. Dites : *Bravo pour avoir fait ce qu'il fallait pour assurer votre sécurité et celle de vos ami·e·s !*

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Le choléra se propage par les excréments – les enfants de cet âge trouvent le caca amusant ! Vous pouvez utiliser des actions drôles et des blagues sur le caca pour les aider à mémoriser la manière d'éviter les germes du choléra.
- Pour les enfants les plus jeunes, limitez le nombre d'étapes et concentrez-vous sur le lavage des mains et l'eau potable.
- Facultatif : Si les donneur·euse·s de soins participent à la session, ajoutez une action supplémentaire pour les tuteur·rice·s uniquement, afin de leur inculquer l'action « consulter des professionnel·le·s de santé ».

Se laver les mains**20 à 30 MIN.**

1. Se laver les mains avec du savon permet de se protéger. C'est l'un des moyens d'empêcher la propagation du choléra.
2. Dites : *D'abord, nous allons parler de **quand** nous devons nous laver les mains.* Demandez aux enfants à quel moment ils/elles pensent qu'il est important de se laver les mains.
3. Dites : *Nous devons nous laver les mains régulièrement, en particulier après avoir utilisé les latrines, avant de toucher des aliments ou de manger, après nous être mouchés, avoir toussé ou éternué, avant de toucher notre bouche ou notre nez, après avoir touché des déchets, et après avoir été en contact avec des animaux. Il est important de se laver souvent les mains pour rester en bonne santé.*
4. Ensuite, allez à une station de lavage des mains – un robinet ou un seau à l'extérieur. Veillez à ce qu'il y ait du savon.
5. Dites : *Nous devons nous laver les mains avec du savon pendant au moins 20 secondes en suivant 5 étapes. Montrez comment se laver les mains :*
 - Étape 1 : Se mouiller les mains à l'eau courante
 - Étape 2 : Mettre suffisamment de savon pour couvrir les mains mouillées
 - Étape 3 : Frotter toutes les surfaces de la main – y compris le revers de la main, l'espace entre les doigts et sous les ongles – pendant au moins 20 secondes
 - Étape 4 : Rincer abondamment à l'eau courante
 - Étape 5 : Se sécher les mains avec un tissu propre ou une serviette jetable – si vous n'en avez pas, séchez-vous les mains à l'air libre
6. *S'il existe une comptine locale que les enfants connaissent et qui dure 20 à 30 secondes, chantez-la pendant que les enfants s'entraînent à se laver les mains à tour de rôle. Ils/elles sauront ainsi combien de temps dure un bon lavage des mains. Vous pouvez aussi utiliser cette comptine (sur l'air de « Row, row, row your boat » en anglais) :*
 - Lave, lave, lave tes mains
 - Lave-les proprement.
 - Frotte ici (en frottant les mains l'une contre l'autre)
 - Frotte là (en frottant le dessus des mains)
 - Et frotte entre les doigts (en frottant entre les doigts).

Messages clés**5 MIN.**

1. Après l'activité, rassemblez le groupe et répétez les messages clés.

2. Rappelez aux enfants que tout le monde peut tomber malade. Les germes ne tiennent pas compte de notre âge, de notre genre, de là où nous habitons ou de qui nous sommes. Ce qui compte, ce sont les actions que nous entreprenons.
3. Si quelqu'un ne se sent pas bien, on peut prévenir un adulte et garder un peu nos distances jusqu'à ce qu'il/elle aille mieux. Si quelqu'un se sent malade, le fait de le prendre dans ses bras, de l'embrasser et de le toucher peut favoriser la propagation des germes. Nous pouvons montrer que nous nous soucions d'eux/elles en utilisant des mots gentils, en chantant une chanson qui les fait sourire ou en leur faisant un dessin de ce qu'ils/elles aiment.
4. Si tu te sens malade, dis-le à un adulte qui peut t'aider.
5. **Pour les donneurs de soin** Si votre enfant vomit et a la diarrhée, consultez immédiatement des professionnel·le·s de santé. Donnez-leur si possible de l'eau potable et des sels de réhydratation orale en attendant.

Activité de détente : Long, petit et large

5 MIN.

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.
5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :
 - Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture

10 MIN.

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. **Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe.** Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.
- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».
- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférées (ou un moment qu'ils/elles ont apprécié, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.


Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.

- Chantez une comptine pour dire au revoir. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !



PRÉPARATION EN CAS DE VAGUES DE FROID

60 à
90 MIN.

THÈMES :	<ul style="list-style-type: none"> Se protéger des risques. 	Session # 6.9
MATÉRIEL :	<ul style="list-style-type: none"> Quelques couches de vêtements supplémentaires, y compris des vêtements d'extérieur tels qu'un manteau, des gants, une écharpe et un chapeau. 	
PRÉPARATION :	<ul style="list-style-type: none"> Durée : Cette session dépasse la durée recommandée pour une session. Les facilitateur·rice·s peuvent choisir de réduire le nombre d'activités ou de les répartir sur deux sessions distinctes. Trouvez les informations les plus récentes sur les alertes météo de froid glacial auprès des autorités locales ou des professionnel·le·s de santé, et adaptez les messages clés ci-dessous aux orientations locales. Informez les adolescent·e·s, les enfants et leurs donneurs de soin des éventuelles distributions de kits d'hiver ou des activités de préparation pour affronter à l'hiver. Il est recommandé de faire participer les donneur·euse·s de soins à cette session afin qu'ils/elles aient les mêmes informations. Les activités physiques de cette session devront peut-être également être adaptées aux enfants à mobilité réduite. Lors de la préparation de cette session, consultez les donneur·euse·s de soins afin de discuter des adaptations possibles pour répondre aux besoins de tous les enfants 	
	<p>Le contenu de cette session peut être sensible. Assurez-vous que les enfants se sentent à l'aise avec vous et entre eux. Vous devez également bien connaître le contenu de la séance avant de l'animer. Veillez en outre à être bien préparé·e pour reconnaître les signes de détresse, ainsi que d'être en mesure d'aider les enfants et les adolescent·e·s en utilisant des techniques de PSP.</p>	

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités. (Dites à haute voix chaque changement de mouvement afin que les enfants présentant des handicaps sensoriels, notamment des troubles de l'audition, puissent vous suivre.)

Ouverture

10 MIN.

- Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
- Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER

ÊTRE
ATTENTIF·VEÊTRE
GENTIL·LE

- Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons jouer à des jeux et apprendre comment nous protéger, nous et nos amis. Nous allons nous tranquilliser, nous allons nettoyer, nous allons chanter notre comptine pour nous dire au revoir, puis nous rentrerons à la maison.

Il fait froid dehors

15 MIN.

1. Expliquez qu'aujourd'hui, nous allons apprendre à nous réchauffer par temps froid.
2. Demandez : *Quel temps fait-il dehors en ce moment ?*
3. Discutez entre vous pour convenir s'il fait humide, sec ou s'il y a de la neige. Le soleil brille peut-être, mais il fait encore froid.
4. Demandez : *Quelles sont les choses que nous pouvons faire pour rester au chaud par temps froid ?*
5. Recueillez quelques réponses des enfants – sur ce que nous pouvons porter, faire, comment nous comporter.

Bouger son corps pour se réchauffer

20 MIN.

1. Dites : *Notre corps est extraordinaire ! Il travaille dur pour nous réchauffer lorsqu'il fait froid et nous rafraîchir lorsqu'il fait chaud, mais il y a des choses que nous pouvons faire pour l'aider.*
2. Nous allons voir si nous pouvons réchauffer notre corps !
3. Demandez aux enfants de se placer dans un endroit de la pièce où ils/elles peuvent vous voir et où ils/elles ont la possibilité d'étirer leurs bras
4. Montrez aux enfants les exercices suivants :
 - **Sauts en étoile** : Demandez aux enfants d'écarter les bras et les jambes en forme d'étoile, puis de les ramener vers le corps. Répétez ces sauts 5 fois.
 - **Courir sur place** : demandez aux enfants de courir aussi vite qu'ils/elles le peuvent pendant que vous comptez à rebours à partir de 10.
 - **Moulin à vent** : Demandez aux enfants de se tenir droits et de bouger leurs bras en cercle pour s'échauffer les bras et les épaules. Faites 5 cercles vers l'avant et 5 cercles vers l'arrière.
 - Ajoutez d'autres mouvements que les enfants connaissent bien ou aiment bien – sauter sur une jambe, ou peut-être un mouvement de danse.
 - Adaptez ces mouvements pour que tous les enfants puissent y participer.
 - Dites aux enfants de ne pas faire trop d'exercices car ils/elles pourraient transpirer et avoir encore plus froid qu'avant une fois qu'ils/elles se seront reposés !
5. Après une minute ou deux de ces exercices, demandez aux enfants de s'arrêter et de rester immobiles. S'ils/elles sont à l'aise, ils/elles peuvent fermer les yeux, sinon demandez-leur d'être attentif·ve·s à leur corps et à ce qu'ils/elles ressentent.

6. Demandez : *Que remarquez-vous ? Sur votre respiration ? Sur votre cœur ? Avez-vous chaud ou froid ?*
7. Dites que, lorsque nous nous déplaçons, notre corps consomme de l'énergie, ce qui crée de la chaleur.

Si nous avons froid, nous pouvons sauter, courir, sautiller ou même danser pour nous réchauffer !

Si de l'eau est disponible, veillez à ce que les enfants boivent après ces exercices. Rappelez-leur qu'il est toujours important de s'hydrater, quel que soit le temps.

Couche sur couche

20 à 30 MIN.

1. Demandez : *Que portez-vous quand il fait froid ? Quel est le vêtement préféré que vous portez quand vous avez froid ?* Si les enfants ont l'objet avec eux, ils/elles peuvent vous le montrer et vous pouvez leur demander de dire comment il est : épais, fin, duveteux, lisse ?
2. Dite : *Lorsqu'il fait froid, nous devons porter plusieurs couches. Quelqu'un sait-il ce que « couches » veut dire ?*
3. Expliquez qu'on parle de « couches » lorsque l'on met une chose au-dessus d'une autre. En temps normal, nous portons peut-être une ou deux couches, mais lorsqu'il fait froid, nous avons besoin de plus de couches. Soulignez l'importance de rester au sec lorsqu'il fait froid ; enlevez les vêtements mouillés dès que possible.
4. Montrez les couches supplémentaires que vous avez amenées. Demandez aux enfants de proposer ce que vous pourriez mettre, et dans quel ordre. Si l'on vous suggère de mettre, par exemple, un pull-over épais, faites-en d'abord la démonstration, puis voyez si vous pouvez mettre une couche plus fine par-dessus.
5. Demandez : *Est-ce que ça marche ? C'est le un bon ordre ?* En faisant ainsi par essais et erreurs, montrez-leur que commencer par les couches les plus fines vous permet de porter plus de couches. Et plus vous portez de couches, plus vous aurez chaud !

Messages clés

5 MIN.

1. Après l'activité, rassemblez le groupe et répétez certains messages clés :
 - Lorsque nous avons froid, nous pouvons nous réchauffer en bougeant notre corps
 - Il faut toujours penser à boire de l'eau et des liquides, même lorsqu'il fait froid !
 - Lorsqu'il fait froid, nous pouvons rester au chaud en portant plusieurs couches de vêtements
 - Il est important de garder les mains et les pieds au chaud
 - Porter un chapeau

Facultatif : Réchauffer nos mains

5 à 10 MIN.

1. Demandez : *Lorsqu'il fait froid dehors, quelles sont les parties de votre corps qui se refroidissent en premier ?*
2. Dites : *Nos mains sont généralement les premières à ressentir le froid.*

Lorsque nos mains sont très froides, il peut être difficile de bouger nos doigts et ils/elles peuvent parfois être douloureux. Nous allons essayer quelques exercices pour réchauffer nos mains :

- Collez vos mains l'une contre l'autre en laissant un espace vide au milieu et soufflez à l'intérieur plusieurs fois.
- Ensuite, frottez vos paumes l'une contre l'autre aussi rapidement que vous pouvez.
- Maintenant qu'elles se sont réchauffées, essayez de remuer doucement vos doigts, de faire des cercles avec vos poignets, et de serrer puis de relâcher vos poings rapidement.
- Gardez vos mains au chaud en mettant des gants, des mitaines ou même des chaussettes.
- Si vous n'en avez pas, vous pouvez placer vos mains sous vos aisselles : la main gauche sous l'aisselle droite, et vice-versa.

Activité de détente : Long, petit et large

5 MIN.

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.
5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :
 - *Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?*

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture

10 MIN.

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. **Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe.** Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.
- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».
- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférées (ou un moment qu'ils/elles ont apprécié, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.

Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.

- Chantez une comptine pour dire au revoir. **Choisissez une comptine populaire.** Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.

- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !



PRÉPARATION EN CAS DE CANICULE

60 à
90 MIN.

THÈMES :	<ul style="list-style-type: none"> Se protéger des risques. 	Session # 6.10
MATÉRIEL :	<ul style="list-style-type: none"> Images d'objets, ou les objets eux-mêmes, à cacher pour la chasse au trésor : bouteille d'eau ; chapeau ; serviette ; un objet pour représenter l'ombre (parapluie, arbre) ; ventilateur ; vêtements de couleur claire. Ces objets seront différents selon le contexte. 	
PRÉPARATION :	<ul style="list-style-type: none"> Durée : Cette session dépasse la durée recommandée pour une session. Les facilitateur·rice·s peuvent choisir de réduire le nombre d'activités ou de les répartir sur deux sessions distinctes. Trouvez les informations les plus récentes sur les alertes météo de canicule auprès des autorités locales ou des professionnel·le·s de santé, et adaptez les messages clés ci-dessous aux orientations locales. Il est recommandé de faire participer les donneur·euse·s de soins à cette session afin qu'ils/elles aient les mêmes informations. Les activités physiques de cette session devront peut-être également être adaptées aux enfants handicapé·e·s. Lors de la préparation de cette session, consultez les tuteur·rice·s afin de discuter des adaptations possibles pour répondre aux besoins de tous les enfants. 	

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités.

Ouverture 10 MIN.

- Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
- Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER



ÊTRE
ATTENTIF·VE



ÊTRE
GENTIL·LE



- Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons jouer à des jeux et apprendre comment nous protéger, nous et nos amis. Nous allons nous tranquilliser, nous allons nettoyer, nous allons chanter notre comptine pour nous dire au revoir, puis nous rentrerons à la maison.

Il fait chaud dehors

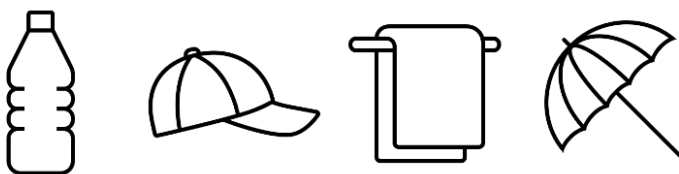
10 À 15 MIN.

1. Expliquez qu'aujourd'hui, nous allons apprendre comment rester au frais lorsqu'il fait très chaud.
2. Demandez : *Quel temps fait-il dehors en ce moment ?* Discutez entre vous pour convenir s'il y a du soleil, s'il pleut, s'il y a des nuages.
3. *Il arrive que le temps soit beaucoup plus chaud que d'habitude pendant plusieurs jours d'affilée. C'est ce qu'on appelle une canicule.*
4. Demandez : *Qu'est-ce qu'on ressent quand il fait très chaud ?* Les enfants peuvent dire qu'ils/elles ont l'impression de fondre, d'être dans un four ou qu'ils/elles ont envie de sauter dans l'eau pour se rafraîchir.
5. Demandez : *Qu'est-ce que nous pouvons faire pour rester au frais quand il fait chaud ?* Recueillez quelques réponses des enfants – sur ce que nous pouvons porter, faire, et comment nous comporter.
6. Expliquez que lorsqu'il y a une canicule, nous devons veiller à ne pas avoir trop chaud, sinon nous risquons de tomber malades.
7. Aujourd'hui, nous allons nous rappeler trois choses à faire lorsqu'il fait très chaud dehors :
 - **Rester hydratés et ne pas attendre pas d'avoir soif pour boire** – notre corps a besoin d'eau pour rester frais et en bonne santé. Vous pouvez vous hydrater en buvant de l'eau et en mangeant des fruits ou de la soupe. Si vous êtes déshydratés, votre donneur de soin peut vous donner une solution de réhydratation orale.
 - **Porter des vêtements amples et de couleur claire**, comme le blanc, et un chapeau/une casquette/quelque chose pour couvrir votre tête si possible, lorsque vous êtes à l'extérieur
 - **Restez à l'abri du soleil et essayez de trouver de l'ombre** – le soleil nous donne très chaud et, si nous avons trop chaud, nous pouvons tomber malades.
 - **Faire des activités calmes sans trop courir** – lorsque nous courons, nous avons encore plus chaud.

Chasse au trésor pour combattre la chaleur

30 MIN.

1. Avant la session, cachez les images ou les objets à différents endroits dans l'espace. Vous pouvez masquer plusieurs images ou objets identiques. **Ces images ne sont que des exemples – veillez à utiliser des images pertinentes et appropriées au contexte.**



2. Répartissez les enfants en petits groupes.
3. Dites aux enfants que, pendant cette activité, ils/elles doivent marcher pour ne pas avoir trop chaud.

4. Donnez aux enfants 5 minutes pour trouver 2 objets ou images par groupe. Veillez à ce que chaque groupe ne ramasse que 2 objets ou images, afin que tous les groupes aient une chance de trouver quelque chose.
5. Reformez le grand groupe.
6. Invitez chaque groupe à montrer ce qu'il a trouvé et, s'il le peut, à dire comment cela aide à se protéger de la chaleur. S'ils/elles ne sont pas sûr·e·s, demandez à un autre enfant de les aider à trouver la réponse.
 - Bouteille d'eau – il faut boire beaucoup d'eau quand il fait chaud
 - Chapeau – il protège notre visage et notre cou du soleil
 - Serviette – nous pouvons essuyer la sueur ou mouiller la serviette pour rester au frais
 - Ombre – pour se protéger des rayons du soleil
7. Lorsque chaque groupe a eu l'occasion de s'exprimer, demandez aux enfants de se tourner vers leur voisin·e et de lui dire une chose qu'ils/elles peuvent faire pour rester en sécurité lorsqu'il fait très chaud.

Activité de détente : Long, petit et large

5 MIN.

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.
5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :
 - *Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?*

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture

10 MIN.

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. **Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe.** Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.
- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».

- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférées (ou un moment qu'ils/elles ont apprécié, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.


Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.

- Chantez une comptine pour dire au revoir. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !



PRÉPARATION EN CAS D'INONDATIONS

45 À
60 MIN.

THÈMES :	<ul style="list-style-type: none">Se protéger des risques.	Session # 6.11
MATÉRIEL :	<ul style="list-style-type: none">SeauRoches	<ul style="list-style-type: none">EauCorde ou bâtons
PRÉPARATION :	<ul style="list-style-type: none">L'activité « Sauve-qui-peut dans la forêt » donne une structure, mais le contenu doit être adapté aux pratiques locales en matière de préparation et de réponse aux inondations. Cette activité doit être adaptée à votre contexte, et prendre notamment en compte : où se trouvent les points d'évacuation sûrs ; quels sont les principaux risques dans votre entourage ; comment éviter ces risques.	
<div></div> <p>Le contenu de cette session peut être sensible. Assurez-vous que les enfants se sentent à l'aise avec vous et entre eux. Vous devez également bien connaître le contenu de la séance avant de l'animer. Veillez en outre à être bien préparé·e pour reconnaître les signes de détresse, ainsi que d'être en mesure d'aider les enfants et les adolescent·e·s en utilisant des techniques de PSP.</p>		

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités.

Ouverture

10 MIN.

1. Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
2. Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
3. Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER



ÊTRE
ATTENTIF·VE



ÊTRE
GENTIL·LE



4. Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons jouer à des jeux et apprendre ce qu'il faut faire pour se protéger en cas d'inondation, nous allons nous calmer, nous allons nettoyer, nous allons chanter notre comptine pour nous dire au revoir, puis nous rentrerons à la maison.

Facultatif : Fais comme moi

5 MIN.

1. Les enfants se placent en cercle.
2. Dites : *Nous allons jouer à un jeu appelé Fais comme moi. Nous allons écouter de la musique et danser. Imiter mes mouvements*
 - S'il n'y a pas de musique, demandez simplement aux enfants de faire ce que vous faites.
3. Commencez à jouer de la musique et faites un mouvement. Commencez par un mouvement simple et encouragez les enfants à le reproduire.
4. Laissez une minute pour que tous les enfants vous imitent, puis choisissez un nouveau mouvement.
5. Continuez à mener l'activité avec différents mouvements (voir les idées ci-dessous).
6. Après avoir réalisé au moins cinq mouvements différents et que les enfants se sentent à l'aise avec l'activité, demandez leur de mener le jeu. À tour de rôle autour du cercle, une personne fait un mouvement et les autres l'imitent.
7. Continuez jusqu'à ce que les enfants se désintéressent du jeu.

VARIATIONS :

- Cette activité peut être réalisée à l'extérieur.
- Cette activité peut être réalisée en demandant aux enfants de se placer deux par deux, l'un en face de l'autre, et de copier les mouvements de leur camarade en miroir.

NIVEAU : ÉLÉMENTAIRE	NIVEAU : INTERMÉDIAIRE	NIVEAU : AVANCÉ
<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements bruts • Taper dans les mains • Taper des pieds • Sauter • Bouger un bras vers l'intérieur, puis vers l'extérieur 	<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements plus lents nécessitant l'équilibre • Mettre un pied dedans et un pied dehors • Sauter sur un pied • Marcher sur la pointe des pieds • Toucher le nez en faisant passer la main en arrière 	<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une série de mouvements • Alternier deux mouvements (sauter deux fois sur un pied et une fois sur l'autre) • Créer une série : taper une fois dans les mains, sauter, taper une fois dans les mains, sauter. • Rendre la série plus difficile : taper deux fois dans les mains, sauter trois fois, taper deux fois dans les mains, sauter trois fois

Qu'est-ce qu'une inondation ?

20 MIN.

1. Demandez : *Quelqu'un a-t-il déjà vu une inondation ? Qu'est-ce que tu as vu ?*
2. Expliquez que nous allons apprendre à nous protéger en cas d'inondation. Dites : *Une inondation c'est quand l'eau recouvre des terres qui sont habituellement sèches, ou déborde son cours d'eau habituel.*

Les inondations peuvent être rapides et violentes. Nous allons apprendre à nous protéger en cas d'inondation.

Démonstration facultative :

3. Prenez un petit seau ou un récipient et placez-y des objets familiers, tels que des roches.
4. Remplissez d'eau un petit arrosoir.
5. Demandez aux enfants d'imaginer qu'il y a une ville à l'intérieur du seau.
6. Versez lentement de l'eau dans le seau.
7. Expliquez que, si la pluie tombe lentement comme l'eau, elle s'écoule dans la rue, les égouts ou le sol et s'en va. Mais lorsque l'eau n'a nulle part où aller, ou si la pluie tombe trop vite et trop fort, elle inonde la ville.
8. Versez beaucoup d'eau plus rapidement pour montrer les conséquences.

Se protéger en cas d'inondations – Sauve-qui-peut dans la forêt 20 MIN.

1. Dites, *Nous allons jouer à un jeu où nous ferons semblant d'être des animaux dans une forêt et de devoir nous mettre à l'abri d'une inondation. Nous allons apprendre comment rester en sécurité.*
2. Dites, *Faisons semblant que nous sommes dans une forêt (ou une jungle) et que vous êtes tous des animaux de la forêt. Quel animal voulez-vous être ?* Laissez quelques enfants répondre (p. ex., écureuil, ours, oiseau, renard, singe, etc.)
3. Dites : *Il pleut très fort et, tout d'un coup, l'eau de pluie monte, et le sol devient comme une rivière d'eau. Nous devons trouver un endroit sûr. Où pourrions-nous aller ?*
4. Expliquez où l'on se sent en sécurité dans la forêt imaginaire. Dites : *Nous devons aller le plus haut possible. Il y a une colline là-bas.* Indiquez un coin ou une zone de l'espace. Placez le dessin d'une colline sur le mur ou dans cette zone si possible. Conduisez tous les « animaux » vers la colline imaginaire.
5. Dites : *Nous sommes maintenant en sécurité sur notre haute colline. Nous ne devons pas jouer au bord de la rivière ou d'autres cours d'eau en cas d'inondation.*
6. Expliquez que les animaux peuvent appeler à l'aide et attendre qu'un adulte leur dise qu'ils/elles peuvent descendre en toute sécurité. Dites : *Nous allons tous crier À L'AIDE ! et attendre qu'un adulte nous dise que nous pouvons retourner jouer dans la forêt en toute sécurité.*
7. Jouez le rôle de l'adulte en question et ramenez les enfants dans la « forêt ».
8. Placez des morceaux de corde ou de longs bâtons sur le sol. Dites aux enfants que ce sont des fils électriques. Dites : *lorsqu'il y a de l'eau et des inondations, nous devons rester loin des fils électriques. Faisons le tour de la forêt jusqu'à notre colline imaginaire sans marcher sur les fils.*
9. Ramenez les enfants dans l'espace et sur la colline imaginaire.
10. Dites : *Maintenant nous sommes en sécurité sur notre colline. Nous sommes restés loin des fils électriques qui peuvent être dangereux en cas d'inondation.*
11. Faites revenir les enfants et asseyez-vous en cercle.
12. Remerciez les enfants d'avoir écouté et d'avoir veillé à leur sécurité.

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Si une inondation a récemment frappé la région, adaptez la démonstration afin de ménager les enfants.
- Lisez les notes de préparation dans les informations sur la session pour cette activité et veillez à ce qu'elle soit adaptée à l'avance.

Messages clés :

- Ne pas jouer pas dans les zones inondées ou à proximité des zones inondées.
- Aller dans les endroits plus élevés que le niveau du sol, comme des collines.
- Éloignez-vous des fils électriques qui pendent ou sont desserrés, ainsi que des prises
- N'essayez de traverser le cours d'eau.

Activité de détente : Long, petit et large

5 MIN.

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.
5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :
 - *Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?*

ADAPTATIONS :

- Quels autres animaux pouvez-vous imiter ?

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture

10 MIN.

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. **Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe.** Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.
- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».

- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférées (ou une chose qu'ils/elles ont appréciée, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.


Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.

- Chantez une comptine pour dire au revoir. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !



PRÉPARATION EN CAS D'ORAGES

45 À
60 MIN.

THÈMES :	<ul style="list-style-type: none"> Se protéger des risques. 	Session # 6.12
MATÉRIEL :	<ul style="list-style-type: none"> Une photo d'une maison ou d'un bâtiment Une photo d'un arbre Une photo d'une rivière ou d'un lac 	
PRÉPARATION :	<ul style="list-style-type: none"> Accrocher la photo de la maison ou du bâtiment dans un endroit de l'espace Accrocher la photo de l'arbre dans un autre endroit Accrocher la photo du lac ou de la rivière dans un autre endroit 	
 <p>Le contenu de cette session peut être sensible. Assurez-vous que les enfants se sentent à l'aise avec vous et entre eux. Vous devez également bien connaître le contenu de la séance avant de l'animer. Veillez en outre à être bien préparé·e pour reconnaître les signes de détresse, ainsi que d'être en mesure d'aider les enfants et les adolescent·e·s en utilisant des techniques de PSP.</p>		

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités.

Ouverture

10 MIN.

1. Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
2. Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
3. Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER



ÊTRE
ATTENTIF·VE



ÊTRE
GENTIL·LE



4. Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons jouer à des jeux et apprendre ce qu'il faut faire pour se protéger en cas de tonnerre et d'éclairs, nous allons nous calmer, nous allons nettoyer, nous allons chanter notre comptine pour nous dire au revoir, puis nous rentrerons à la maison.

Facultatif : Fais comme moi

5 MIN.

1. Les enfants se placent en cercle.
2. Dites : *Nous allons jouer à un jeu appelé Fais comme moi. Nous allons écouter de la musique et danser. Imiter mes mouvements*
 - S'il n'y a pas de musique, demandez simplement aux enfants de faire ce que vous faites.
3. Commencez à jouer de la musique et faites un mouvement. Commencez par un mouvement simple et encouragez les enfants à le reproduire.
4. Laissez une minute pour que tous les enfants vous imitent, puis choisissez un nouveau mouvement.
5. Continuez à mener l'activité avec différents mouvements (voir les idées ci-dessous).
6. Après avoir réalisé au moins cinq mouvements différents et que les enfants se sentent à l'aise avec l'activité, demandez leur de mener le jeu. À tour de rôle autour du cercle, une personne fait un mouvement et les autres l'imitent.
7. Continuez jusqu'à ce que les enfants se désintéressent du jeu.

VARIATIONS :

- Cette activité peut être réalisée à l'extérieur.
- Cette activité peut être réalisée en demandant aux enfants de se placer deux par deux, l'un en face de l'autre, et de copier les mouvements de leur camarade en miroir.

NIVEAU : ÉLÉMENTAIRE	NIVEAU : INTERMÉDIAIRE	NIVEAU : AVANCÉ
<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements bruts • Taper dans les mains • Taper des pieds • Sauter • Bouger un bras vers l'intérieur, puis vers l'extérieur 	<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements plus lents nécessitant l'équilibre • Mettre un pied dedans et un pied dehors • Sauter sur un pied • Marcher sur la pointe des pieds • Toucher le nez en faisant passer la main en arrière 	<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une série de mouvements • Alternier deux mouvements (sauter deux fois sur un pied et une fois sur l'autre) • Créer une série : taper une fois dans les mains, sauter, taper une fois dans les mains, sauter. • Rendre la série plus difficile : taper deux fois dans les mains, sauter trois fois, taper deux fois dans les mains, sauter trois fois

Tonnerre et éclairs

15 à 30 MIN.

1. Expliquez aux enfants qu'ils/elles vont apprendre à se protéger contre le tonnerre et les éclairs.
2. Demandez :
 - *Quelqu'un se souvient-il d'avoir déjà vu des éclairs ou entendu le tonnerre ? Comment c'était ? Quel bruit ça faisait ?*
3. Expliquez ce qu'est un éclair. Dites :

- *Un éclair c'est comme une grande lumière brillante dans le ciel. Parfois, il illumine tout le ciel, parfois il ressemble à un zigzag.*
 - *Ça se produit quand les nuages sont vraiment pleins d'énergie et qu'ils ont besoin de l'évacuer, un peu comme on saute quand on est super excité-e ·s !*
 - *Les éclairs sont très puissants, ils peuvent être dangereux. Aujourd'hui, nous allons donc apprendre comment rester en sécurité !*
4. Un éclair est généralement suivi d'un coup de tonnerre.
 - *Dites : Le tonnerre c'est le gros bruit qu'on entend après un éclair. C'est comme si le ciel jouait du tambour très fort !*
 - *Levez la main si vous vous souvenez avoir déjà entendu le tonnerre.*
 - *Dites : Quand il est proche, le tonnerre peut parfois être très fort et faire peur. Il est normal d'avoir peur lorsqu'on entend des bruits forts. Si tu entends un bruit fort et que tu ne sais pas ce que c'est, trouve un adulte à qui tu peux demander.*
 5. Demande : *Où se trouve selon vous l'endroit le plus sûr en cas de tonnerre et d'éclairs ?*
 - *Dites : Lorsqu'une tempête éclate, nous devons rentrer à l'intérieur le plus rapidement possible !*
 - *Une fois à l'intérieur, nous devons nous éloigner des fenêtres car des éclairs peuvent parfois être très près.*
 - *Si nous sommes surpris-e ·s par un orage, nous ne devons pas nous abriter sous un arbre, car les éclairs, comme les oiseaux, cherchent les arbres où ils peuvent se poser.*
 - *Si nous sommes pris dans une tempête, nous devons rester loin de l'eau. Les éclairs, comme les grenouilles, aiment sauter dans l'eau.*
 6. Montrez l'endroit où vous avez accroché les images de l'arbre, de l'étendue d'eau et du bâtiment, et nommez chacune d'elles pour que les enfants sachent ce qu'elles représentent.
 7. Demandez aux enfants de marcher librement dans l'espace et lorsque vous direz « éclair » ou « tonnerre » (ou ferez un bruit qui ressemble au tonnerre – comme frapper sur le bureau), ils/elles devront se rendre dans l'espace le plus sûr.
 8. Répétez l'exercice plusieurs fois et insistez sur le fait qu'il est plus sûr d'aller à l'intérieur d'un bâtiment.
 9. Répétez l'exercice plusieurs fois pour bien ancrer le message.

VARIATIONS :

- Enlevez la photo du bâtiment et faites le signe convenu pour le tonnerre et la foudre. Où doivent-ils/elles aller maintenant ? Indiquez-leur qu'ils/elles doivent être éloignés à la fois de l'arbre et de l'eau.

Activité de détente : Long, petit et large

5 MIN.

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.
5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.

6. Demandez :

- *Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?*

ADAPTATIONS :

- Quels autres animaux pouvez-vous imiter ?

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture**10 MIN.**

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. **Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe.** Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.
- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».
- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférées (ou un moment qu'ils/elles ont apprécié, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.


Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.

- Chantez une comptine pour dire au revoir. **Choisissez une comptine de la région.** Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !



PRÉPARATION EN CAS DE CYCLONES

45 À
60 MIN.

THÈMES :	<ul style="list-style-type: none"> Se protéger des risques. 	Session # 6.13
MATÉRIEL :	<ul style="list-style-type: none"> Grand bocal transparent ou bouteille coupée en deux. Eau Cuillère ou bâton 	<ul style="list-style-type: none"> Papier pour tous les enfants (facultatif) Crayons de couleur, feutres ou crayons de cire)
PRÉPARATION :	<ul style="list-style-type: none"> Il est conseillé d'organiser la session « Préparation en cas d'orages » avant cette session. Préparez les matériaux nécessaires pour créer un cyclone dans un bocal. 	
 <p>Le contenu de cette session peut être sensible. Assurez-vous que les enfants se sentent à l'aise avec vous et entre eux. Vous devez également bien connaître le contenu de la séance avant de l'animer. Veillez en outre à être bien préparé-e pour reconnaître les signes de détresse, ainsi que d'être en mesure d'aider les enfants et les adolescent-e-s en utilisant des techniques de PSP.</p>		

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités.

Ouverture

10 MIN.

1. Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. **Choisissez une comptine populaire.** Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
2. Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant-e-s.
3. Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER



ÊTRE
ATTENTIF·VE



ÊTRE
GENTIL·LE



4. Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons jouer à des jeux et apprendre ce qu'il faut faire pour se protéger pendant un cyclone, nous allons nous calmer, nous allons nettoyer, nous allons chanter notre comptine pour nous dire au revoir, puis nous rentrerons à la maison.

Se protéger en cas de cyclones

15 à 30 MIN.

Qu'est-ce qu'un cyclone ?

1. Expliquez ce qu'est un cyclone. Dites : *Un cyclone est une tempête très forte, qui tourne sur elle-même, avec des vents violents, de la pluie, du tonnerre et des éclairs qui tourbillonnent autour du centre (ou de l'œil) de la tempête.*
2. Choisissez une des activités facultatives.

Cyclone dans un bocal

1. Montrez un cyclone. Dites : Nous allons faire un cyclone dans un bocal !
2. Rassemblez les enfants en cercle.
3. Verser de l'eau dans un bocal transparent jusqu'à mi-hauteur
4. Utilisez une cuillère ou un bâton pour remuer l'eau assez rapidement pour créer un effet de tourbillon
5. Dites : Vous voyez comment tourne un cyclone ? L'eau qui tourne dans le récipient est comme un cyclone qui tourne dans le ciel.
6. Laissez les enfants essayer de remuer l'eau pour créer un cyclone

Symphonie du cyclone

1. Expliquez que vous allez créer un cyclone (également appelé ouragan) en produisant les différents sons correspondant aux différentes choses qu'ils/elles peuvent voir, entendre ou ressentir pendant un cyclone ou un ouragan.
2. Dites : *Les cyclones créent des vents violents, de la pluie, du tonnerre et des éclairs. Nous allons créer un cyclone de vent, de pluie, de tonnerre et d'éclairs.*
3. Répartissez les enfants en 4 groupes. Attribuez un son à chaque groupe d'enfants :
 - 1. Vents forts – faites un bruit de vent qui souffle
 - 2. Fortes pluies – dites « splash splash »
 - 3. Tonnerre – taper du pied
 - 4. Éclair – tapez dans les mains
4. Entraînez-vous avec chaque groupe pour qu'ils/elles se souviennent de leur son.
5. Faites le/la chef-fe d'orchestre et indiquez quand chaque groupe émet le son du cyclone en le pointant du doigt ou en l'appelant.
6. Levez les bras et dites – tous en même temps !
7. Baissez les bras et faites taire les groupes pour qu'ils/elles cessent de faire du bruit.
8. Dites *L'ouragan s'en est allé et nous pouvons sortir jouer en toute sécurité.*

Œil de la tempête (pause calme dans le cyclone)

1. Expliquez que les cyclones peuvent parfois avoir une pause au milieu de leur trajectoire. Cette pause ne signifie pas que la tempête est terminée, c'est juste une pause. Il est important d'attendre la fin du cyclone pour sortir.
2. Dites : *Je vais vous lire une petite histoire sur le moment de calme au milieu d'un cyclone, que l'on appelle aussi l'œil du cyclone. Écoutez attentivement.*
3. Lisez l'histoire suivante aux enfants.

Histoire :

Mohamed est coincé à l'intérieur avec sa famille pendant un cyclone. Il pleut beaucoup et les eaux de crue s'accumulent dans les fossés. Le vent souffle fort, Mohamed peut l'entendre gémir à l'extérieur. Sa maison est petite, et toute sa famille, et même certains de ses voisins, est à l'intérieur. Il n'y a même plus d'espace pour jouer.

Il s'ennuie beaucoup et veut aller jouer dehors. Tout d'un coup, l'orage se calme. Les pluies s'arrêtent et le vent se calme. Mohamed est si heureux qu'il se lève d'un bond et court dehors aussitôt qu'il se rend compte que le temps a changé.

Avant qu'il ne puisse partir, sa grande sœur, Yasmine, lui rappelle que les cyclones ont toujours un moment de calme, ou une pause, au milieu de la tempête. « Attention, Mohamed », dit-elle, « ne sors pas tant que nous n'avons pas reçu l'avis officiel disant que le cyclone est passé. Il pourrait s'agir de l'œil du cyclone – ou de la pause au milieu de la tempête. Le cyclone n'est peut-être pas encore terminé ».

Mohamed jette un coup d'œil à l'extérieur par une fente de la porte et crie : « Mais, sœurette, tu vois bien que c'est fini ! Regarde comme c'est calme et tranquille dehors, même la pluie s'est arrêtée ! ». Yasmine se dirige vers la porte et s'apprête à regarder à l'extérieur lorsqu'elle entend un énorme fracas.

Yasmine et Mohamed reculent sous le choc. Leur père leur annonce qu'un arbre vient de tomber sur la route devant leur maison. Mohamed est étonné de constater que, même si tout semble calme, le cyclone n'est pas encore terminé. Il est reconnaissant à sa grande sœur de l'avoir empêché d'aller jouer dehors. Mohamed et Yasmine restent à l'intérieur et s'assoient avec leurs parents à côté de la radio pour écouter les nouvelles et savoir quand ils/elles pourront sortir en toute sécurité.

4. Encouragez une brève discussion autour des questions suivantes :

- Pourquoi **Mohamed** a-t-il pensé qu'il pouvait sortir en toute sécurité ?
- Qu'est-ce que **Yasmine** a dit à **Mohamed** de faire pour rester en sécurité ?

Incitez tous les enfants à répondre et à dire ce dont ils/elles se souviennent de l'histoire.

- **Yasmine** dit à son frère de rester à l'intérieur, même si la tempête semble terminée.
- Il y a toujours un moment de calme ou une pause au milieu d'un cyclone. C'est ce qu'on appelle « l'œil du cyclone ». Cela ne signifie pas que le cyclone est terminé. Il est donc très important de rester à l'intérieur jusqu'à ce que vous receviez un avis officiel indiquant qu'il est possible de sortir à nouveau.
- **Yasmine, Mohamed** et leurs parents ont écouté la radio en attendant l'annonce officielle de la fin de la tempête.

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :**Messages clés :**

- En cas de fortes pluies, de vents violents ou de tonnerre, rester à l'intérieur.
- Ne pas oublier qu'il y a une pause, qu'on appelle l'œil du cyclone. La tempête n'est pas terminée. Il faut rester à l'intérieur.
- Rester avec ses parents et donneurs de soin, et attendre qu'on nous dise qu'il est possible de sortir en toute sécurité.

Facultatif : Fais comme moi

5 MIN

1. Les enfants se placent en cercle.
2. Dites : *Nous allons jouer à un jeu appelé Fais comme moi. Nous allons écouter de la musique et danser. Imiter mes mouvements*
 - S'il n'y a pas de musique, demandez simplement aux enfants de faire ce que vous faites.
3. Commencez à jouer de la musique et faites un mouvement. Commencez par un mouvement simple et encouragez les enfants à le reproduire.
4. Laissez une minute pour que tous les enfants vous imitent, puis choisissez un nouveau mouvement.
5. Continuez à mener l'activité avec différents mouvements (voir les idées ci-dessous).
6. Après avoir réalisé au moins cinq mouvements différents et que les enfants se sentent à l'aise avec l'activité, demandez leur de mener le jeu. À tour de rôle autour du cercle, une personne fait un mouvement et les autres l'imitent.
7. Continuez jusqu'à ce que les enfants se désintéressent du jeu.

VARIATIONS :

- Cette activité peut être réalisée à l'extérieur.
- Cette activité peut être réalisée en demandant aux enfants de se placer deux par deux, l'un en face de l'autre, et de copier les mouvements de leur camarade en miroir.

NIVEAU : ÉLÉMENTAIRE	NIVEAU : INTERMÉDIAIRE	NIVEAU : AVANCÉ
<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements bruts • Taper dans les mains • Taper des pieds • Sauter • Bouger un bras vers l'intérieur, puis vers l'extérieur 	<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements plus lents nécessitant l'équilibre • Mettre un pied dedans et un pied dehors • Sauter sur un pied • Marcher sur la pointe des pieds • Toucher le nez en faisant passer la main en arrière 	<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une série de mouvements • Alternier deux mouvements (sauter deux fois sur un pied et une fois sur l'autre) • Créer une série : taper une fois dans les mains, sauter, taper une fois dans les mains, sauter. • Rendre la série plus difficile : taper deux fois dans les mains, sauter trois fois, taper deux fois dans les mains, sauter trois fois

Activité de détente : Long, petit et large

5 MIN.

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.

5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :
 - *Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?*

ADAPTATIONS :

- Quels autres animaux pouvez-vous imiter ?

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture

10 MIN.

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. **Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe.** Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.
- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».
- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférées (ou un moment qu'ils/elles ont apprécié, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.


Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.

- Chantez une comptine pour dire au revoir. **Choisissez une comptine populaire.** Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !



PRÉPARATION AUX GLISSEMENTS DE TERRAIN ET AUX COULÉES DE BOUE

65 À
80 MIN.

THÈMES :	<ul style="list-style-type: none"> Se protéger des risques. 	Session # 6.14
MATÉRIEL :	<ul style="list-style-type: none"> Terre (facultatif) Bâtons Eau (facultatif) Roches 	
PRÉPARATION :	<ul style="list-style-type: none"> Durée : Cette session dépasse la durée recommandée pour une session. Les facilitateur·rice·s peuvent choisir de réduire le nombre d'activités ou de les répartir sur deux sessions distinctes. Vérifiez quel est le point d'évacuation en cas de glissement de terrain et mentionnez-le comme « lieu sûr » au cours de l'activité « Sauve-qui-peut avec les animaux ». Cette session doit être examinée par les membres de la communauté et adaptée avec leur collaboration afin de s'assurer que les messages sont conformes aux bonnes pratiques locales. 	
 <p>Le contenu de cette session peut être sensible. Assurez-vous que les enfants se sentent à l'aise avec vous et entre eux. Vous devez également bien connaître le contenu de la séance avant de l'animer. Veillez en outre à être bien préparé·e pour reconnaître les signes de détresse, ainsi que d'être en mesure d'aider les enfants et les adolescent·e·s en utilisant des techniques de PSP.</p>		

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités.

Ouverture

10 MIN.

1. Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. Choisissez une comptine populaire. Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
2. Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
3. Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER



ÊTRE
ATTEN
TIF·VE



ÊTRE
GENTI
L·LE



- Indiquez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons jouer à des jeux et apprendre ce qu'il faut faire pour se protéger en cas de glissement de terrain ou de coulées de boue, nous allons nous calmer, nous allons nettoyer, nous allons chanter notre comptine pour nous dire au revoir, puis nous rentrerons à la maison.

Facultatif : Fais comme moi

5 MIN.

- Les enfants se placent en cercle.
- Dites : *Nous allons jouer à un jeu appelé Fais comme moi. Nous allons écouter de la musique et danser. Imiter mes mouvements*
 - S'il n'y a pas de musique, demandez simplement aux enfants de faire ce que vous faites.
- Commencez à jouer de la musique et faites un mouvement. Commencez par un mouvement simple et encouragez les enfants à le reproduire.
- Laissez une minute pour que tous les enfants vous imitent, puis choisissez un nouveau mouvement.
- Continuez à mener l'activité avec différents mouvements (voir les idées ci-dessous).
- Après avoir réalisé au moins cinq mouvements différents et que les enfants se sentent à l'aise avec l'activité, demandez leur de mener le jeu. À tour de rôle autour du cercle, une personne fait un mouvement et les autres l'imitent.
- Continuez jusqu'à ce que les enfants se désintéressent du jeu.

VARIATIONS :

- Cette activité peut être réalisée à l'extérieur.
- Cette activité peut être réalisée en demandant aux enfants de se placer deux par deux, l'un en face de l'autre, et de copier les mouvements de leur camarade en miroir.

NIVEAU : ÉLÉMENTAIRE	NIVEAU : INTERMÉDIAIRE	NIVEAU : AVANCÉ
<ul style="list-style-type: none"> Choisir des mouvements bruts Taper dans les mains Taper des pieds Sauter Bouger un bras vers l'intérieur, puis vers l'extérieur 	<ul style="list-style-type: none"> Choisir des mouvements plus lents nécessitant l'équilibre Mettre un pied dedans et un pied dehors Sauter sur un pied Marcher sur la pointe des pieds Toucher le nez en faisant passer la main en arrière 	<ul style="list-style-type: none"> Réaliser une série de mouvements Alterner deux mouvements (sauter deux fois sur un pied et une fois sur l'autre) Créer une série : taper une fois dans les mains, sauter, taper une fois dans les mains, sauter. Rendre la série plus difficile : taper deux fois dans les mains, sauter trois fois, taper deux fois dans les mains, sauter trois fois

Qu'est-ce qu'un glissement de terrain ou une coulée de boue ?

15 à 30 MIN.

1. Expliquez aux enfants qu'ils/elles vont apprendre à se protéger lors d'un glissement de terrain ou d'une coulée de boue.
Dites : *Un glissement de terrain ou une coulée de boue se produit lorsque des roches, de la boue ou de la terre se déplacent rapidement. Ils/elles peuvent survenir rapidement et il est donc important de les anticiper.*

Montrez un glissement de terrain/une coulée de boue.

2. Si possible, emmenez les enfants dehors, ramassez du sable ou de la terre et formez un tas qui ressemble à une colline. S'il n'est pas possible d'être à l'extérieur, vous pouvez mettre du sable ou de la terre dans un seau et faire la démonstration à l'intérieur.
 - Remplissez un petit arrosoir (ou une tasse ou un autre récipient) avec de l'eau.
 - Demandez aux enfants d'imaginer que le petit tas est une colline.
 - Versez de l'eau lentement et doucement jusqu'à ce que le sable/la terre ne puisse plus absorber l'eau et que la pente s'abaisse, créant ainsi une coulée. Demandez aux enfants ce qu'ils/elles ont remarqué.

S'il n'est pas possible de faire une démonstration physique, préparez quelques dessins rudimentaires pour montrer ce qui se passe lors d'un glissement de terrain.
3. Dites : *Pour nous protéger, nous pouvons être attentif·ve·s aux sons étranges avec nos oreilles : des arbres qui craquent (faire craquer des brindilles) ou des rochers qui s'entrechoquent (faire s'entrechoquer des pierres). Si vous entendez ces bruits, vous devez immédiatement prévenir un adulte.*
4. Invitez quelques enfants à casser des brindilles ou à frapper des roches.
5. Dites : *Pour nous protéger, nous pouvons aussi être attentif·ve·s aux choses étranges avec nos yeux : les arbres sont inclinés (inclinez votre corps), de nouvelles fissures apparaissent dans les arbres ou les murs, ou de gros rochers et de la boue dans la rivière. Parlez-en immédiatement à un adulte.*
6. Invitez les enfants à se lever et à s'incliner comme des arbres.

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

Ces informations sont destinées aux facilitateur·rice·s, et non aux enfants de 4 à 6 ans.

- Un **glissement de terrain** est un mouvement de roches, du sol ou de débris le long d'une pente. Ce mouvement se produit lorsque la force de gravité devient plus forte que les éléments qui maintiennent la pente en place. Les glissements de terrain peuvent se produire brusquement ou se développer au fil du temps.

Causes des glissements de terrain

- Les glissements de terrain peuvent être dus à des facteurs **naturels** et **humains** :
- **Causes naturelles** :
 - **Pluies abondantes et inondations** – Une trop grande quantité d'eau affaiblit le sol et le fait glisser.
 - **Tremblements de terre et secousses** – Les secousses font le sol se détacher et s'effondrer.
 - **Éruptions volcaniques** – Les cendres et la lave peuvent déstabiliser les pentes.

- **Érosion** – L'eau ou le vent enlève progressivement le sol, ce qui rend les pentes instables.
- **Causes d'origine humaine :**
 - **Déforestation** – Les racines des arbres aident à maintenir le sol en place ; lorsqu'on coupe des arbres, on affaiblit les pentes.
 - **Construction et fouilles** – Creuser ou construire sur des pentes peut perturber la stabilité.
 - **Mauvais drainage** – L'accumulation d'eau peut affaiblir le sol et augmenter le risque de glissement de terrain.

Conséquences des glissements de terrain

- Dommages aux habitations, aux routes et aux bâtiments
- Rivières obstruées, entraînant des inondations
- Pertes en vies humaines et perturbations de la vie des communautés

Comment prévenir les glissements de terrain

- Planter des arbres pour maintenir le sol en place
- Construire des murs de soutènement sous les pentes
- Améliorer les systèmes de drainage pour contrôler l'écoulement de l'eau
- Éviter de construire dans les zones à risque

Facultatif : Se protéger en cas de coulées de boue/ glissements de terrain – Sauve-qui-peut avec les animaux 20 MIN.

1. Expliquez l'activité.
2. Dites : *Nous allons jouer à un jeu où nous allons faire semblant d'être des animaux et de devoir nous mettre à l'abri d'une coulée de boue/ d'un glissement de terrain. Ces phénomènes peuvent survenir tout d'un coup, il est donc bon de connaître les signes et de partir le plus tôt possible. Nous allons apprendre comment rester en sécurité.*
3. Dites : *Faites comme si nous étions des animaux que l'on trouve tout autour. Quel animal voulez-vous être ? Laissez quelques enfants répondre (p. ex., écureuil, ours, oiseau, renard, singe, etc.)*
4. Dites aux enfants qu'il existe dans leur endroit un endroit sûr où ils/elles devraient se rendre en cas de glissement de terrain. Parlez de l'endroit où se trouve ce lieu sûr et accrochez-en une image au mur. Dites : *C'est un endroit éloigné de la coulée de boue/du glissement de terrain et du danger.*
5. Si le contexte s'y prête, éparpillez ici et là quelques bouts de corde (ou tout objet long similaire) sur le sol. Expliquez aux enfants qu'il s'agit de fils électriques. Dites : *les fils électriques peuvent être dangereux en cas de glissement de terrain ou de coulée de boue. Nous devons nous éloigner d'eux.*
6. Expliquez que vous allez promener les animaux autour de la zone pour rechercher les signes d'un glissement de terrain ou d'une coulée de boue. Dites : *Promenons-nous pour voir si nous voyons des signes de coulée de boue ou de glissement de terrain. Si nous entendons ou voyons des signes, nous devons nous mettre à l'abri.*
7. Commencez la promenade, en veillant à éviter les « fils électriques » ou d'autres dangers spécifiques au contexte. Choisissez quelques-unes des possibilités suivantes (ou faites-les toutes si les enfants sont motivés).

- En marchant, faites craquer quelques de bâtons et dites : *J'entends le bruit des arbres qui craquent. Que devons-nous faire ?*

Si nécessaire, rappelez aux enfants qu'ils/elles doivent prévenir un adulte (vous) et que tous doivent se rendre au « lieu sûr ». Quand tout le monde est en sécurité, dites : *Vous avez entendu le bruit des arbres qui craquent. Vous avez prévenu un adulte et vous vous êtes rendus dans un endroit sûr. Nous sommes en sécurité.*

- En marchant, penchez-vous vers l'avant. Attendez voir si les enfants le remarquent. Si ce n'est pas le cas, dites : *Je vois que les arbres sont inclinés. Que devons-nous faire ?*

Aidez les enfants à prévenir l'adulte (vous) et à marcher jusqu'à la colline sûre. Lorsque vous êtes sur la colline sûre, dites : *Vous avez remarqué des arbres inclinés dans la forêt. Vous avez prévenu un adulte et vous vous êtes rendus dans un endroit sûr. Nous sommes en sécurité.*

- En marchant, frappez quelques roches l'une contre l'autre. Attendez voir si les enfants le remarquent et réagissent. Sinon, dites : *J'entends le bruit de gros rochers qui s'entrechoquent. Que devons-nous faire ?*

Aidez les enfants à vous dire ce qu'il faut faire et à marcher vers le « lieu sûr ». Lorsque vous êtes arrivés au « lieu sûr », dites : *Nous avons entendu de gros rochers qui s'entrechoquaient. Nous avons prévenu un adulte et nous nous sommes rendus dans un endroit sûr. Nous sommes en sécurité.*

8. Remerciez les enfants d'avoir écouté et d'avoir veillé à leur sécurité.

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Si un glissement de terrain ou une coulée de boue a récemment frappé la région, adaptez la démonstration afin de ménager les enfants.
- Pour les enfants les plus jeunes, envisagez de faire l'activité « Sauve-qui-peut avec les animaux » lors d'une autre session.

Messages clés :

- Si on voit des arbres inclinés, il faut prévenir un adulte !
- Si on voit des fissures dans les arbres ou les murs, il faut prévenir un adulte !
- Si on entend des bruits inhabituels, comme des arbres qui craquent ou des pierres qui s'entrechoquent, il faut prévenir un adulte !
- Les glissements de terrain et les coulées de boue peuvent se produire rapidement, il faut donc se mettre en sécurité le plus vite possible. Rappelez aux enfants où se trouve l'endroit sûr.

Activité de détente : Long, petit et large 5 MIN.

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.
5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :

- *Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?*

ADAPTATIONS :

- Quels autres animaux pouvez-vous imiter ?

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture**10 MIN.**

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. **Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe.** Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.
- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».
- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférées (ou une chose qu'ils/elles ont appréciée, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui. Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.
- Chantez une comptine pour dire au revoir. **Choisissez une comptine populaire.** Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !



PRÉPARATION EN CAS DE TREMBLEMENTS DE TERRE

45 À
60 MIN.

THÈMES :	<ul style="list-style-type: none"> Se protéger des risques. 	Session # 6.15
MATÉRIEL :	<ul style="list-style-type: none"> Affiche avec l'exercice : « Baissez-vous, couvrez-vous et agrippez-vous » 	
PRÉPARATION :	<ul style="list-style-type: none"> Repérez les endroits les plus sûrs de la pièce où les enfants doivent se mettre à l'abri. Ils/elles doivent être éloignés des fenêtres. Ne vous abritez pas dans un cadre de porte. Il est préférable de se placer sous une table où rien ne peut vous tomber dessus. 	



Le contenu de cette session peut être sensible. Assurez-vous que les enfants se sentent à l'aise avec vous et entre eux. Vous devez également bien connaître le contenu de la séance avant de l'animer. Veillez en outre à être bien préparé·e pour reconnaître les signes de détresse, ainsi que d'être en mesure d'aider les enfants et les adolescent·e·s en utilisant des techniques de PSP.

Prévoir des pauses en fonction des besoins. Les pauses n'ont pas été planifiées, car vous savez mieux que quiconque quand les enfants ont besoin de se détendre, de bavarder ou de jouer entre deux activités.

Ouverture

10 MIN.

- Accueillez les enfants en chantant une petite comptine de bienvenue. **Choisissez une comptine populaire.** Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Faites l'appel (le cas échéant) ou comptez les participant·e·s.
- Énoncez 3 à 5 règles simples ainsi que les attentes pour la session. Prévoyez un cadre avec des images ou des dessins pour appuyer visuellement vos propos.

Ces règles doivent être adaptées au contexte et s'adresser spécifiquement aux enfants. Donnez un exemple et montrez à quoi ressemble chaque règle pour vous assurer que les enfants la comprennent. Par exemple :

ÉCOUTER



ÊTRE
ATTENTIF·VE



ÊTRE
GENTIL·LE



- Présentez aux enfants le programme de la session afin qu'ils/elles sachent à quoi s'attendre. Utilisez un tableau de conférence préparé en amont, avec des images pour représenter le programme.

Aujourd'hui, nous allons jouer et apprendre. Nous allons jouer à des jeux et apprendre ce qu'il faut faire pour se protéger en cas de tremblement de terre, nous allons nous calmer, nettoyer, chanter notre comptine pour nous dire au revoir, puis nous rentrerons à la maison.

Facultatif : Fais comme moi

5 MIN.

1. Les enfants se placent en cercle.
2. Dites : *Nous allons jouer à un jeu appelé Fais comme moi. Nous allons écouter de la musique et danser. Imiter mes mouvements*
 - S'il n'y a pas de musique, demandez simplement aux enfants de faire ce que vous faites.
3. Commencez à jouer de la musique et faites un mouvement. Commencez par un mouvement simple et encouragez les enfants à le reproduire.
4. Laissez une minute pour que tous les enfants vous imitent, puis choisissez un nouveau mouvement.
5. Continuez à mener l'activité avec différents mouvements (voir les idées ci-dessous).
6. Après avoir réalisé au moins cinq mouvements différents et que les enfants se sentent à l'aise avec l'activité, demandez leur de mener le jeu. À tour de rôle autour du cercle, une personne fait un mouvement et les autres l'imitent.
7. Continuez jusqu'à ce que les enfants se désintéressent du jeu.

VARIATIONS :

- Cette activité peut être réalisée à l'extérieur.
- Cette activité peut être réalisée en demandant aux enfants de se placer deux par deux, l'un en face de l'autre, et de copier les mouvements de leur camarade en miroir.

NIVEAU : ÉLÉMENTAIRE	NIVEAU : INTERMÉDIAIRE	NIVEAU : AVANCÉ
<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements bruts • Taper dans les mains • Taper des pieds • Sauter • Bouger un bras vers l'intérieur, puis vers l'extérieur 	<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des mouvements plus lents nécessitant l'équilibre • Mettre un pied dedans et un pied dehors • Sauter sur un pied • Marcher sur la pointe des pieds • Toucher le nez en faisant passer la main en arrière 	<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une série de mouvements • Alternier deux mouvements (sauter deux fois sur un pied et une fois sur l'autre) • Créer une série : taper une fois dans les mains, sauter, taper une fois dans les mains, sauter. • Rendre la série plus difficile : taper deux fois dans les mains, sauter trois fois, taper deux fois dans les mains, sauter trois fois

Préparation en cas de tremblements de terre

15 à 30 MIN.

1. Expliquez : Un tremblement de terre se produit lorsque le sol tremble. La terre peut bouger sous vos pieds comme un bateau sur les vagues. Lorsque cela se produit, il peut y avoir des bruits forts, comme des coups et des chocs, et des objets lourds, comme des bâtiments, peuvent bouger et s'effondrer. Nous devons nous protéger lorsque cela se produit.

2. Expliquez qu'il y a 3 choses à faire en cas de tremblement de terre. Il faut : se baisser, se couvrir et s'agripper à quelque chose.
3. Montrez chacune de ces étapes :



Les utilisateurs de fauteuils roulants doivent verrouiller leurs chaises, se couvrir et agripper quelque chose :



Activité : Baissez-vous, couvrez-vous et agrippez-vous

4. Dites : *Nous allons jouer à un jeu appelé « Le/la maître·sse a dit ». Je vais dire : Le/la maître·sse a dit... une action, et vous devrez faire cette action. Entraînons-nous. Le/la maître·sse a dit : touchez-vous la tête ; Le/la maître·sse a dit : asseyez-vous.*
5. Ajouter les étapes
 - Le/la maître·sse a dit de se baisser à terre
 - Le/la maître·sse a dit de se couvrir pour éviter les chutes d'objets
 - Le/la maître·sse a dit de s'agripper à quelque chose jusqu'à ce que les secousses s'arrêtent
6. Répétez l'exercice jusqu'à ce que les enfants comprennent les trois étapes. Rappelez aux enfants qu'ils/elles doivent faire ces actions tout de suite et ne pas s'inquiéter pour leurs jouets ou leurs affaires.
7. Demandez : *Que dois-je faire après m'être baissé·e au sol ? Si le sol continue de trembler, dois-je bouger ?*
 - Dites aux enfants que s'ils/elles sont à l'intérieur, ils/elles ne doivent pas sortir tant que les secousses n'ont pas cessé. Ils/elles devront peut-être attendre à l'intérieur pendant un petit moment !
 - Rappeler aux enfants qu'ils/elles doivent rester près de leur donneur de soins, de leur maître·sse ou de leurs frères et sœurs, quelle que soit la personne avec laquelle ils/elles se trouvent au moment du tremblement de terre
8. Dites aux enfants que s'ils/elles sont dehors pendant un tremblement de terre, ils/elles ne doivent pas rentrer à l'intérieur.
9. Dites aux enfants que nous allons nous entraîner régulièrement afin d'être prêts en cas de tremblement de terre. Dites aux enfants qu'ils/elles peuvent aussi partager ces étapes avec quelqu'un qu'ils/elles connaissent, comme un adulte ou un ami·e !

Activité de détente : Long, petit et large

5 MIN.

1. Dites aux enfants qu'ils/elles vont faire une activité pour nous calmer l'esprit et le corps.
2. Trouvez un espace dans la pièce ou placez-vous en cercle. Assurez-vous d'avoir suffisamment de place.
3. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très grand. Comme une girafe.
4. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous tout petit. Comme une souris.
5. Comptez jusqu'à huit, et faites-vous très large. Comme un éléphant.
6. Demandez :
 - *Arrivez-vous à sentir vos muscles ou certaines parties de votre corps lorsque vous vous faites grand, petit et large ? Quelles sont les parties de votre corps que vous ressentez ?*

ADAPTATIONS :

- Quels autres animaux pouvez-vous imiter ?

REMARQUES DESTINÉES AUX FACILITATEUR·RICE·S :

- Modifiez les chiffres, les animaux et le message lors de chaque session. Par exemple, comptez jusqu'à trois, et faites-vous tout petit comme une fourmi. Cela permettra aux enfants d'apprendre à compter et d'enrichir leur vocabulaire.
- Rappelez aux enfants qu'il est important de se détendre et de calmer son esprit et son corps. Cela contribue à rester en bonne santé.

Clôture

10 MIN.

- Invitez les enfants à nettoyer l'espace et à ranger le matériel. **Si vous avez une comptine à chanter, chantez-la en groupe.** Par exemple : « Nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie, nettoie tout, nettoie, nettoie, tou'le monde nettoie un p'tit bout ».
- Ramenez les enfants dans un grand cercle.
- Donnez un feedback positif sur une contribution que les enfants ont apportée à la session. Vous mettez ainsi en valeur un comportement que vous souhaitez promouvoir. Par exemple : « J'ai beaucoup aimé la manière dont vous avez tous·tes été attentif·ve·s aujourd'hui pendant notre cercle d'ouverture ».
- Demandez à quelques volontaires de partager l'une des activités qu'ils/elles ont préférées (ou un moment qu'ils/elles ont apprécié, une chose qui les a fait rire, etc.) au cours de la séance d'aujourd'hui.

Lorsque les enfants se sentent à l'aise avec vous, vous pouvez demander directement à certains d'entre eux de partager leur expérience.

- Chantez une comptine pour dire au revoir. **Choisissez une comptine populaire.** Chantez la même comptine à chaque session afin que les enfants se familiarisent avec elle.
- Dites aux enfants que vous serez heureux·se de les retrouver lors de la prochaine session !