

30 ÉTAPES

Vers l'inclusion, la participation,
l'environnement et la numérisation



Funded by
the European Union

léo lagrange
animation



EIVA
EMPOWER INNOVATE VALUE ACT





**Funded by
the European Union**

Financé par l'Union européenne. Les points de vue et opinions exprimés sont toutefois ceux des auteurs uniquement et ne reflètent pas nécessairement ceux de l'Union européenne ou de l'Agence Erasmus+ France / Éducation Formation. Ni l'Union européenne ni l'autorité octroyant la subvention ne peuvent en être tenues responsables.

Nom du Projet : Forwarding Learning, Opening Worlds

Acronyme : FLOW

Code du Projet : 2024-1-FR02-KA210-YOU-000253382

Auteurs et contributeurs:

DEDEYAN Célia
BABOU Clémence
SOULIERE Aurelie
DEMANGEOT Lise
RACKI Antoine

BABUTAU Cristian
BORBILAU Roxana
FRANCOIS Augustin
DEVILLIER Anjely
DAUPHIN Angelo

DAL Hakan
OZBEK Özlem
DURGUT Kerem
İlhan Vahap Göğüş
Eymen Erdem
Ömer Bostancı

Table des matières

Introduction	4
À propos du projet FLOW	5
Le partenariat	5
À propos de ce guide	6
Garantir des mobilités de qualité	7
Les 30 étapes vers l'inclusion, la participation, l'environnement et la numérisation	8
Remerciements	72
Conclusion	72

Introduction



FLOW

Le guide « 30 étapes vers l'inclusion, la participation, l'environnement et la numérisation » a été élaboré dans le cadre du projet Erasmus+ FLOW – Forwarding Learning, Opening Worlds, un partenariat à petite échelle réunissant trois organisations de Roumanie, de France et de Turquie.

Ce guide contribue directement aux quatre priorités clés d'Erasmus+ :



Inclusion et diversité



Participation à la vie démocratique



Transformation numérique



Environnement et lutte contre le changement climatique.

Il donne vie à ces priorités grâce à des méthodes concrètes et adaptables que les éducateurs, les animateurs socio-éducatifs et les organisations peuvent utiliser pour concevoir des expériences d'apprentissage enrichissantes.

C'est une invitation à apprendre par la pratique, à réfléchir ensemble et à prendre des mesures modestes mais efficaces pour construire une Europe plus inclusive, durable et participative.



**Funded by
the European Union**

À propos du projet FLOW

Le projet est né d'une vision commune : rendre l'apprentissage plus inclusif, participatif, respectueux de l'environnement et connecté numériquement.

Grâce à FLOW, les partenaires ont exploré comment l'éducation non formelle peut inciter les jeunes à agir au sein de leur communauté, à développer des compétences transversales et à s'engager dans la coopération européenne.

Les objectifs du projet sont les suivants :

- 1** Aider les animateurs socio-éducatifs à améliorer leurs compétences en matière d'animation et leur accès à des outils pédagogiques de qualité.
- 2** Promouvoir la sensibilisation à l'environnement et au numérique chez les jeunes grâce à l'apprentissage par l'expérience.
- 3** Encourager l'inclusion, la créativité et la participation aux activités pour les jeunes en Europe et au-delà.

FLOW combine l'échange de pratiques, le renforcement des capacités et la création d'outils pratiques tels que ce guide.

Il sert de plateforme aux animateurs jeunesse pour partager leurs expériences, tester des méthodes et co-développer des ressources éducatives qui peuvent être réutilisées et adaptées dans divers contextes d'apprentissage.

Le partenariat



COMMUNITY

Basée à Bursa, en Turquie, cette organisation jeune mais dynamique promeut l'éducation, la culture et la participation des jeunes à travers des initiatives locales et internationales.



EIVA

Cette organisation basée à Arad, en Roumanie, œuvre pour soutenir les jeunes et les éducateurs par le biais de l'éducation non formelle, du volontariat et de l'innovation sociale.



Leo Lagrange Animation

Offrir aux enfants des lieux de rencontres et d'échanges qui leur permettent de développer leur autonomie et leur esprit critique, soutenir l'initiative et l'expression de toutes les jeunes, proposer aux adultes, aux familles et aux seniors nombre d'espaces d'action et/ ou d'engagement : tels sont les engagements de la Fédération Léo Lagrange.

À propos de ce guide

Le guide « 30 étapes vers l'inclusion, la participation, l'environnement et la numérisation » est l'un des principaux résultats du projet FLOW – Forwarding Learning, Opening Worlds.

Il a été conçu pour fournir aux animateurs socio-éducatifs, aux éducateurs et aux organisations des méthodes d'apprentissage non formelles accessibles et prêtes à l'emploi, qui peuvent être facilement adaptées à différents contextes, thèmes et groupes.

Chaque activité présentée dans ce guide a été testée, partagée ou inspirée par le travail des trois partenaires FLOW, l'association EIVA, l'Atelier Mobilité Leo Lagrange et COMMUNITY Türkiye, ainsi que par des ressources éducatives existantes telles que la SALTO-Youth Toolbox et d'autres pratiques éducatives ouvertes.

Le guide comprend 30 méthodes regroupées sous quatre thèmes principaux :

Inclusion



Activités favorisant l'empathie, l'égalité et l'appartenance ;

Participation



Outils qui permettent aux jeunes de s'exprimer et de prendre des initiatives ;

Numérisation



activités visant à développer la créativité et la sensibilisation au numérique.

Environnement



ateliers expérientiels sur la durabilité et les pratiques écologiques ;

Ces pratiques s'adressent aux jeunes âgés de 14 à 30 ans et peuvent être mises en œuvre dans le cadre d'échanges de jeunes, d'ateliers locaux, d'activités de volontariat, de formations ou d'événements communautaires.

Garantir des mobilités de qualité

Dans le cadre des mobilités Erasmus+ pour les jeunes, l'expérience des participants se construit bien avant leur départ et se poursuit longtemps après leur retour chez eux. Ce chapitre rassemble trois éléments fondamentaux qui rendent les mobilités sûres, accessibles et véritablement éducatives. Dans le cadre du projet FLOW, ces trois éléments ont été explorés de manière pratique lors de visites d'étude organisées dans chaque pays partenaire, chaque visite étant axée sur un pilier clé de la qualité des mobilités des jeunes.

En France, les partenaires ont examiné de près la manière de préparer les participants avant les mobilités d'apprentissage, depuis la compréhension des besoins et la définition des attentes jusqu'à la création d'un début sûr et motivant pour le parcours d'apprentissage.

En Turquie, l'accent a été mis sur l'inclusion des jeunes moins favorisés, en explorant des moyens pratiques de réduire les obstacles, de renforcer le soutien et de garantir une participation réelle et significative.

En Roumanie, les partenaires ont exploré la réflexion et la reconnaissance des acquis d'apprentissage, en partageant des méthodes qui aident les jeunes à donner un sens à leur expérience et à articuler clairement ce qu'ils ont appris.

Ensemble, ces trois visites d'étude ont façonné une approche commune du soutien aux participants tout au long du cycle de mobilité, avant le départ et après le retour.

Préparation des participants avant les mobilités d'apprentissage :

Une phase de préparation solide aide les jeunes à se sentir en sécurité, informés et prêts à apprendre. Elle réduit le stress, favorise la motivation, prévient les malentendus et rend la mobilité accessible à tous. Avant de partir, nous créons les conditions nécessaires à l'apprentissage.

Apprendre à connaître les participants et leurs besoins

1

Avant le départ, l'organisation d'envoi rencontre les participants afin de comprendre leurs attentes, leurs motivations, leurs points forts et les obstacles éventuels. Cela inclut les besoins pratiques, les objectifs d'apprentissage, les considérations relatives à la santé ou au bien-être, ainsi que tout soutien nécessaire aux participants moins favorisés. Ces premières conversations permettent d'adapter la mobilité à chaque profil et de garantir un accès équitable pour tous.

Partager des informations claires et accessibles

Les participants reçoivent des informations simples et fiables sur le programme, l'organisation d'accueil, la vie quotidienne pendant la mobilité, le calendrier et les objectifs d'apprentissage. Cela les aide à se sentir en sécurité et réduit leur anxiété. Si nécessaire, les informations sont adaptées à des formats accessibles.

2

Renforcer la motivation et l'appropriation

Des ateliers préparatoires ou de courtes réunions aident les participants à se familiariser avec les thèmes du projet. Ils peuvent également co-créer des accords de groupe et des intentions personnelles, afin que la mobilité soit perçue comme « leur » expérience, et non comme quelque chose qui leur arrive. Une préparation interculturelle de base est incluse afin de favoriser une communication respectueuse et la curiosité.

3

Préparation pratique et émotionnelle

4

Les organisations vérifient tous les aspects logistiques (voyage, hébergement, assurance, documents, visas si nécessaire) et accompagnent les participants à chaque étape. La préparation inclut également la préparation émotionnelle : comment gérer le stress, communiquer ses besoins, demander de l'aide et gérer les conflits. Rencontrer d'anciens participants et écouter leurs témoignages peut réduire la peur et renforcer la confiance.

Préparation du processus d'apprentissage et reconnaissance

Les participants sont guidés pour fixer des objectifs d'apprentissage simples et comprendre comment l'apprentissage sera soutenu et reconnu pendant et après la mobilité. Cela peut inclure des outils de réflexion, des échanges entre pairs et une introduction aux principes du Youth-pass. L'organisation d'accueil explique l'approche d'apprentissage sur place et le type de soutien disponible.

5

Instaurer la confiance entre tous les acteurs

6

Une bonne préparation permet de créer une véritable relation entre les participants, les animateurs jeunesse et les organisations partenaires avant le début de la mobilité. La confiance améliore la communication, renforce la sécurité et donne le ton pour une expérience d'apprentissage positive.

Inclusion des participants moins favorisés dans les mobilités de jeunes

La mobilité inclusive ne se limite pas à « inviter tout le monde ». Elle consiste à supprimer les obstacles avant qu'ils n'empêchent la participation, à adapter l'environnement d'apprentissage pendant l'activité et à offrir un soutien de suivi afin que l'expérience puisse déboucher sur des résultats concrets.

Sensibilisation inclusive et sélection équitable

1

Pour atteindre les jeunes qui ne postulent généralement pas, les partenaires travaillent avec des réseaux locaux de confiance : centres de jeunesse, écoles, services sociaux, groupes communautaires, organisations de migrants, associations de personnes handicapées et mentors locaux. La communication est adaptée : langage clair, messages directs, courtes vidéos et séances d'information informelles.

La sélection se concentre sur la motivation et les besoins de soutien, et non sur des « profils parfaits ». Le cas échéant, les partenaires veillent à ce que le processus reste flexible.

Plans de soutien individuels et préparation sur mesure

- Avant la mobilité, chaque participant peut disposer d'un plan de soutien simple : ce qui l'aide à se sentir en sécurité, ce qui déclenche son stress, le type de soutien pédagogique dont il a besoin et les personnes qu'il peut contacter. Cela peut inclure :
- des réunions de préparation supplémentaires
- un soutien linguistique
- des systèmes de parrainage avant la mobilité
- une aide pour les documents, les déplacements ou les besoins liés à la santé
- des routines claires et des informations pratiques dans des formats accessibles

2

Environnements d'apprentissage sûrs et favorables sur place

3

Pendant la mobilité, l'inclusion devient réalité grâce à l'organisation de l'apprentissage :

- accords de groupe clairs et règles anti-discrimination
- un style d'animation favorable
- vérifications régulières pour détecter rapidement les difficultés
- des espaces sûrs et des procédures claires en cas de conflit, de harcèlement ou de situation de crise
- accessibilité pratique (accès physique, pauses, coins tranquilles)

Soutien et mentorat entre pairs

Les approches entre pairs peuvent être très efficaces pour favoriser l'inclusion, car elles réduisent l'isolement et renforcent le sentiment d'appartenance. Un modèle simple consiste à jumeler les participants en tant que copains ou à créer des moments structurés de mentorat entre pairs.

4

Ce type d'approche a également été exploré à travers des exemples de partenaires au cours du projet, montrant comment le mentorat peut aider les jeunes à renforcer leur confiance, leurs compétences en communication et leurs relations sociales.

Réflexion et reconnaissance des résultats d'apprentissage

La réflexion est un élément clé de l'éducation non formelle. Elle aide les participants à revenir sur ce qu'ils ont vécu, à en comprendre la signification et à remarquer comment cette expérience a façonné leurs compétences, leurs attitudes et leur confiance en eux. Lorsque les jeunes sont encouragés à faire une pause et à observer ce qu'ils ont ressenti, ce qui les a mis au défi, ce qui les a surpris et ce qu'ils ont découvert sur eux-mêmes et sur les autres, l'apprentissage devient visible et utilisable.

1

Rendre l'apprentissage visible de manière accessible

Les participants ne nomment pas toujours automatiquement leur apprentissage, en particulier lorsque les changements les plus importants sont internes : se sentir plus confiant, s'exprimer, faire confiance aux autres, être plus indépendant, gérer ses émotions ou coopérer entre différentes cultures. Une réflexion structurée crée un espace clair pour la prise de conscience et la recherche de sens.

2

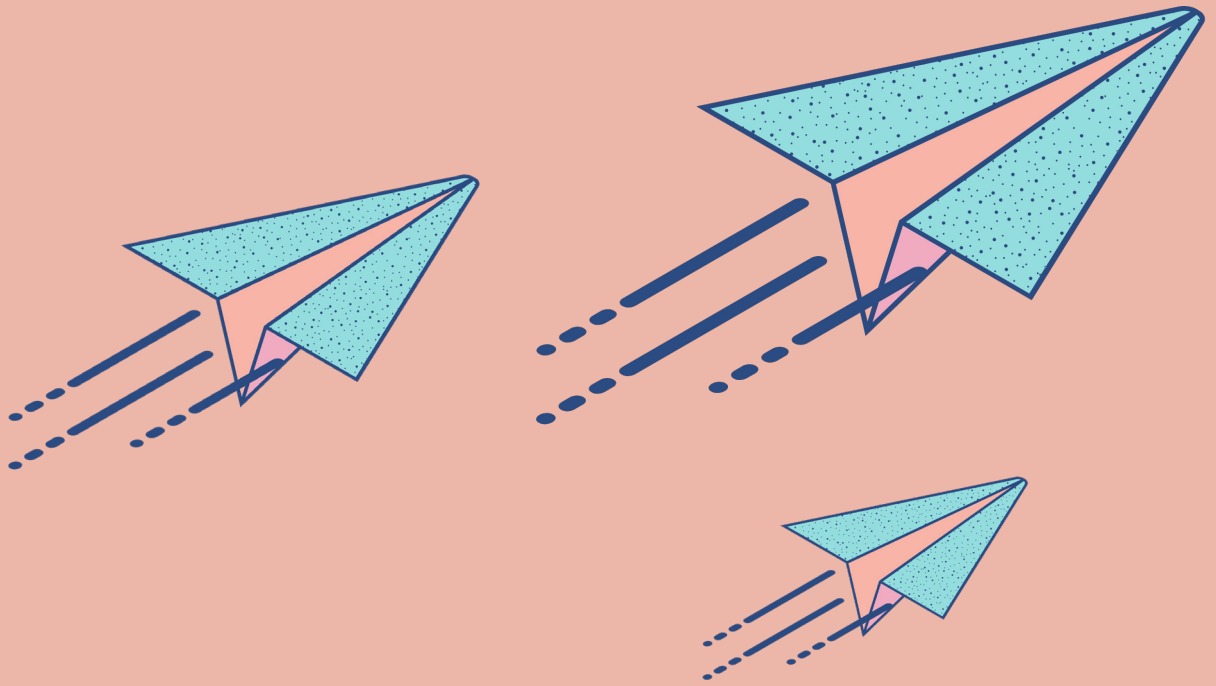
Une reconnaissance en lien avec la vie réelle

La reconnaissance des résultats d'apprentissage aide les participants à exprimer ce qu'ils ont acquis : compétences en communication et en collaboration, esprit critique, empathie, initiative, autonomie et autres compétences transversales. Lorsque ces résultats sont nommés et discutés, les participants peuvent les relier à des objectifs futurs tels que les choix éducatifs, les parcours professionnels, le bénévolat ou l'engagement communautaire.

3

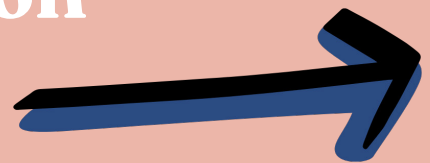
Un pont entre l'expérience et les étapes futures

Ces pratiques renforcent la qualité du processus d'apprentissage en reliant l'expérience à la compréhension. Elles aident les jeunes à valoriser leurs progrès, à en parler avec confiance et à les transposer au-delà de l'activité, non pas comme un simple souvenir, mais comme quelque chose qu'ils peuvent utiliser.



Méthodes du guide

**30 étapes vers
l'inclusion, la participation,
l'environnement et
la numérisation**





CITOYENNETÉ ACTIVE

Influenceurs civiques

Description

Les “influenceurs civiques” est une pratique d’éducation non formelle qui permet aux jeunes d’utiliser la narration numérique et les médias sociaux pour s’engager civiquement. Les participants travaillent en petites équipes pour concevoir et produire de courtes campagnes numériques (30 à 60 secondes) axées sur des thèmes tels que la protection de l’environnement, la lutte contre la discrimination, la participation des jeunes ou l’inclusion.

Grâce à ce processus, ils apprennent à transformer des idées et des valeurs en messages créatifs en ligne qui peuvent sensibiliser et inspirer le changement. L’activité combine apprentissage technique, créatif et social, transformant les jeunes en citoyens numériques actifs.

Pays

Roumanie – développé par l’association EIVA, inspiré par les activités de formation « Green Screen » (Échange de jeunes) et « Circular Way to Inclusion » (Voie circulaire vers l’inclusion).

Groupe cible

Jeunes âgés de 18 à 30 ans, avec ou sans expérience préalable dans les domaines des médias, de la communication ou de la création vidéo.

Compétences

- Culture numérique et utilisation créative des médias
- Récits visuels et création de contenu
- Conscience civique et engagement
- Collaboration et communication
- Résolution créative de problèmes
- Prise de parole en public et compétences en matière de présentation

Niveau de difficulté

Facile à moyen (adaptable aux groupes de jeunes débutants et expérimentés)

Pourquoi

Les jeunes passent une grande partie de leur temps en ligne, souvent en tant que consommateurs plutôt que créateurs. Cette pratique les aide à passer du statut d’utilisateurs passifs à celui d’acteurs actifs du changement numérique, en leur apprenant à exprimer leurs opinions, à sensibiliser le public et à promouvoir des valeurs par le biais de médias créatifs.

Elle relie la créativité et la responsabilité civique tout en utilisant des outils numériques gratuits et accessibles.

Comment les jeunes et les animateurs socio-éducatifs peuvent s'impliquer

- 1** L'animateur présente l'objectif et répartit les participants en petites équipes diversifiées (3 à 5 personnes).
- 2** Les groupes choisissent un enjeu civique qui leur tient à cœur, tel que le changement climatique, l'inclusion, la santé mentale ou l'égalité des sexes.
- 3** Chaque équipe planifie sa vidéo : message, visuels, ton et format.
- 4** À l'aide de smartphones et d'outils gratuits tels que Canva Video, CapCut ou InShot, les groupes créent leurs vidéos.
- 5** Les équipes présentent leurs vidéos lors d'une projection collective ou d'une présentation en ligne et réfléchissent à leur expérience d'apprentissage.

Conseils pour les animateurs

- Montrez des exemples de courtes campagnes menées par des jeunes sur les réseaux sociaux.
- Soutenez tous les rôles : tout le monde n'a pas besoin de filmer ; certains peuvent écrire, narrer ou concevoir.
- Encouragez la créativité plutôt que la perfection ; c'est le message qui compte le plus.
- Invitez un invité tel qu'un journaliste, un créateur de contenu ou un communicateur d'ONG à donner son avis.
- Terminez par une réflexion sur l'impact et les enseignements tirés.

Liens

- StoryCenter – Ressources pour la narration numérique
- Youth4Regions – Programme européen pour la jeunesse et les médias
- Canva Video
- Éditeur vidéo CapCut

Logistique / Matériel

- Smartphones ou appareils photo
- Accès à Internet et outils d'édition (Canva, CapCut, InShot, Clipchamp)
- Ordinateurs portables ou tablettes pour le montage
- Haut-parleurs ou projecteur pour la projection
- Tableau à feuilles mobiles et marqueurs pour le brainstorming

Environnement d'apprentissage : à l'intérieur pour le montage et la réflexion, à l'extérieur pour le tournage (facultatif), adaptable pour une utilisation hybride ou en ligne.



CITOYENNETÉ ACTIVE

Débat Mouvant

Description

« Débat Mouvant » est une activité dynamique et interactive qui encourage les participants à exprimer et à remettre en question leurs opinions sur des sujets liés à la citoyenneté active, à la participation, aux droits et aux responsabilités dans une société démocratique. En se positionnant physiquement sur une ligne entre « D'accord » et « Pas d'accord », les participants s'engagent dans une forme de débat visuel et expérientiel qui favorise le dialogue, la réflexion et l'ouverture d'esprit.

Cette activité aide à développer l'esprit critique, le désaccord respectueux et la confiance dans l'expression des opinions personnelles, tout en montrant comment les points de vue peuvent évoluer grâce à l'écoute et à la discussion.

Pays

Développé et largement utilisé en France et en Roumanie dans le cadre des échanges de jeunes Erasmus+ et des ateliers d'éducation civique.

Groupe cible

Jeunes et adultes âgés de 12 à 30 ans. Adaptable aux écoles, aux organisations de jeunesse ou aux groupes communautaires mixtes.

Compétences

- Esprit critique et argumentation
- Écoute active et empathie
- Communication respectueuse
- Prise de parole en public et confiance en soi
- Réflexion collaborative
- Conscience civique et participation

Niveau de difficulté

Moyen

Pourquoi

Dans de nombreux contextes, les jeunes disposent d'espaces limités pour débattre de manière respectueuse des questions civiques, pratiquer le dialogue démocratique ou explorer ce que signifie « participer » au-delà du vote. Le « débat mouvant » crée un environnement sûr et structuré où chacun peut partager ses opinions,

écouter les autres et reconsidérer ses préjugés. Le mouvement physique rend la participation plus accessible et plus engageante, en particulier pour ceux qui peuvent se sentir moins à l'aise pour s'exprimer au début. Il aide également les participants à relier leurs opinions quotidiennes à des valeurs civiques telles que l'équité, la responsabilité et la solidarité.

Comment les jeunes et les animateurs jeunesse peuvent s'impliquer

- 1** Marquez deux zones opposées dans la pièce intitulées « D'accord » et « Pas d'accord ». Expliquez aux participants qu'ils se déplaceront entre ces deux pôles en fonction de leur opinion sur chaque affirmation.
- 2** Lisez les affirmations à haute voix, une à la fois, en laissant les participants choisir leur position. Exemples d'affirmations : « Voter est le seul moyen réel d'être un citoyen actif. » « Si quelque chose me semble injuste à l'école ou dans ma communauté, ce n'est pas à moi d'agir. » Encouragez les participants à changer d'avis s'ils modifient leur opinion après avoir entendu les arguments des autres.
- 3** Invitez les participants des deux camps à expliquer leurs choix. Facilitez les échanges respectueux et insistez sur le fait qu'il n'y a pas de « bonnes » ou de « mauvaises » réponses, seulement des points de vue.
- 4** Rassemblez le groupe en cercle et discutez : « Qu'avez-vous ressenti en défendant votre opinion devant les autres ? » « Y a-t-il eu un argument qui vous a fait changer d'avis ? Pourquoi ? » « Que signifie pour vous la « citoyenneté active » après ce débat ? » « Quelle mesure concrète pourriez-vous prendre dans votre école/communauté ? » Terminez par un bref résumé sur le dialogue démocratique, le désaccord respectueux et l'importance de la participation à la vie communautaire.

Conseils pour les animateurs

- Veillez à créer une atmosphère neutre et sans jugement.
- Choisissez des affirmations adaptées à la maturité et au contexte du groupe.
- Encouragez une participation équilibrée et évitez que quelques voix monopolisent la discussion.
- Rappelez aux participants que changer de position est un signe de réflexion, et non de faiblesse.
- Si la discussion prend une tournure « politique » tendue, ramenez-la aux valeurs, aux droits, aux responsabilités et aux expériences vécues.

Logistique / Matériel

- Espace ouvert avec deux poteaux ou panneaux visibles (« D'accord » / « Pas d'accord »)
- Liste des déclarations du débat
- Facultatif : système audio ou musique pour les transitions
- Environnement d'apprentissage : convient particulièrement aux salles de classe, aux salles communautaires ou aux espaces extérieurs où les participants peuvent se déplacer librement.

CITOYENNETÉ ACTIVE

Déconstruction – Contributions et témoignages

Description

« Déconstruction – Contributions et témoignages » est une activité de réflexion conçue pour approfondir la compréhension après des exercices expérientiels ou des débats sur la participation, la vie démocratique, les droits, les responsabilités et l'engagement communautaire. Grâce à des récits tirés de la vie réelle, des informations factuelles et des exemples inspirants d'action civique, les participants acquièrent une perspective plus nuancée de ce à quoi ressemble la citoyenneté active dans la pratique.

Cette activité fait le lien entre les réactions émotionnelles et la pensée critique, aidant les participants à ancrer leurs réflexions dans des faits et des expériences vécues.

Pays

Développée et largement utilisée en France et dans toute l'Europe dans le cadre de projets Erasmus+ pour les jeunes, de formations à l'éducation civique et d'ateliers axés sur la participation.

Groupe cible

Jeunes et adultes âgés de 12 à 30 ans. Adaptable à différents niveaux de maturité et contextes d'apprentissage.

Aptitudes et compétences

- Esprit critique et analyse
- Empathie et capacité à se mettre à la place d'autrui
- Compréhension des processus démocratiques et des droits civiques
- Écoute active et réflexion
- Conscience sociale et engagement communautaire

Niveau de difficulté

Moyen

Pourquoi

Après des activités qui suscitent des opinions tranchées ou révèlent à quel point le pouvoir et la participation peuvent sembler inégaux, les participants ont souvent besoin de contexte et d'exemples concrets pour donner un sens à ce qu'ils ont vécu. Cette session les aide à assimiler ces idées tant sur le plan intellectuel qu'émotionnel en leur présentant des récits concrets et des informations vérifiées sur la vie civique. Elle transforme les « sentiments »

en compréhension et renforce l'idée que la citoyenneté active se construit à travers la connaissance, le dialogue et des actions, petites ou grandes, et non pas seulement à travers des valeurs abstraites.

Comment les jeunes et les animateurs jeunesse peuvent s'impliquer

- 1** Expliquez que cette activité vise à consolider ce que le groupe a appris en reliant les impressions personnelles à des exemples concrets et à des informations vérifiées sur la participation et l'action civique.
- 2** Partagez un mélange de données factuelles, de portraits ou de courtes vidéos qui mettent en avant la citoyenneté active. Exemples : Données sur la participation des jeunes (taux de participation aux élections, bénévolat, engagement civique, confiance dans les institutions). Exemples d'initiatives locales menées par des jeunes (nettoyage de la communauté, conseils scolaires, campagnes menées par des jeunes, actions de solidarité). Témoignages de personnes qui se sont exprimées ou se sont engagées (pétitions, consultations publiques, plaidoyer, organisation communautaire) et ce qui a changé grâce à cela.
- 3** Invitez les participants à réagir à ce qu'ils ont vu ou entendu : « Qu'est-ce qui vous a le plus surpris ou inspiré ? » « Cela change-t-il votre perception de la participation ou de la responsabilité civique ? » « Qu'est-ce qui semble réaliste pour quelqu'un de votre âge ? » « Quels sont les obstacles auxquels les gens sont confrontés lorsqu'ils veulent s'impliquer ? » Encouragez un dialogue respectueux et veillez à ce que différents points de vue soient entendus.
- 4** Résumez la discussion en soulignant les messages clés : La citoyenneté active peut prendre plusieurs formes (actions quotidiennes, initiatives collectives, participation démocratique). Être informé et comprendre comment les choses fonctionnent renforce la confiance nécessaire pour agir. Le changement commence souvent au niveau local et se développe grâce à la collaboration. Les droits s'accompagnent de responsabilités : dialogue, respect et attention portée à la communauté.

Conseils pour les animateurs

- Choisissez des exemples qui reflètent la réalité de vos participants et le contexte local (école, quartier, ville).
- Équilibrez les « grandes » histoires inspirantes avec des actions simples et faciles à comprendre.
- Maintenez une atmosphère calme et ouverte, en particulier si des sujets politiques sont abordés.
- Terminez toujours par un message pratique et motivant : une petite action reste une action.

Logistique / Matériel

- Projecteur ou documents imprimés (portraits, statistiques, supports visuels)
- Facultatif : courts clips vidéo ou témoignages audio
- Tableau à feuilles mobiles pour noter les points clés et les réflexions du groupe
- Environnement d'apprentissage : convient aux salles de classe, aux ateliers ou aux groupes informels où les participants peuvent voir et discuter des supports partagés.



CITOYENNETÉ ACTIVE

Parlement intergalactique

Description

« Parlement intergalactique » est un jeu de rôle qui engage les participants dans un processus décisionnel collectif à travers un scénario politique fictif. Dans un contexte interplanétaire, les participants doivent collaborer entre « partis galactiques » pour résoudre une crise environnementale et humanitaire. En supprimant les étiquettes du monde réel, l'activité permet à chacun d'exprimer librement ses opinions, de négocier et de faire l'expérience des processus démocratiques de manière créative et inclusive.

Pays

Créé et mis en œuvre en France dans le cadre de projets d'éducation civique et de jeunesse, puis adapté pour les formations Erasmus+ sur la démocratie et le débat.

Groupe cible

Jeunes et adultes âgés de 12 à 30 ans intéressés par le débat, la citoyenneté active et la prise de décision en groupe.

Compétences et aptitudes

Travail d'équipe et négociation
Prise de parole en public et argumentation
Esprit critique et empathie
Prise de décision et leadership
Compréhension des processus démocratiques

Niveau de difficulté

Moyen

Pourquoi

Débattre de questions d'actualité peut parfois créer des tensions ou inciter à l'autocensure. En plaçant la discussion dans un cadre fictif et imaginaire, cette activité encourage les participants à s'engager librement dans des dilemmes sociaux, environnementaux ou éthiques. Elle renforce les valeurs démocratiques, la réflexion stratégique et la capacité à défendre ses idées tout en écoutant celles des autres.

Comment les jeunes et les animateurs jeunesse peuvent s'impliquer

- 1** L'animateur présente le contexte : le « Sénat intergalactique » doit décider comment réagir à une crise planétaire majeure affectant la planète 27. Les participants reçoivent des identités fictives représentant divers groupes politiques et cultures planétaires.
- 2** Chaque groupe examine sa position politique, ses valeurs et son point de vue sur la crise. Les participants discutent de la manière dont leur communauté fictive perçoit les autres, renforçant ainsi la cohérence interne de leur récit.
- 3** Après avoir entendu les témoignages d'experts et les exposés sur la situation, chaque groupe élabore et présente une proposition au Sénat. Les propositions peuvent inclure des missions de sauvetage, des plans de reconstruction durable ou des stratégies de coopération interplanétaire.

Les participants votent pour les propositions les plus convaincantes et sont encouragés à négocier entre les groupes.
- 4** Toutes les propositions sont présentées publiquement, puis soumises à un vote individuel. Le Sénat (équipe d'animation) annonce les résultats et discute des décisions collectives.
- 5** Réfléchissez ensemble :
« Comment votre groupe a-t-il géré les désaccords ? » « Qu'est-ce qui a influencé votre prise de décision ? » « Qu'avez-vous appris sur la coopération et le leadership ? »

Conseils pour les animateurs

- Encouragez la créativité et l'humour tout en restant concentré sur la pensée critique.
- Aidez les participants en leur donnant des instructions claires et en utilisant des supports visuels.
- Favorisez un temps de parole équilibré et une écoute respectueuse.
- Adaptez la complexité en fonction de l'âge et de la dynamique du groupe.

Logistique / Matériel

- Cartes imprimées représentant les rôles et descriptions des groupes politiques
- Accessoires, badges ou marqueurs de couleur pour l'identification
- Tableaux à feuilles mobiles ou projecteur numérique pour les propositions
- Matériel de vote (bulletins, jetons ou formulaire numérique)

Environnement d'apprentissage : à réaliser de préférence dans une salle spacieuse ou un espace extérieur avec des zones de discussion pour les équipes. Convient particulièrement aux échanges entre jeunes, aux événements d'éducation civique ou aux formations au leadership.

CITOYENNETÉ ACTIVE

Voix pour la solidarité

Description

“Voix pour la solidarité” aide les jeunes à rédiger et à prononcer des discours significatifs en faveur de l’engagement civique en utilisant le modèle de narration publique de Marshall Ganz. À travers des récits, les participants relient leurs expériences personnelles à des valeurs collectives et à des défis sociaux tels que la discrimination, les inégalités ou l’exclusion. Chaque participant élabore un bref discours basé sur trois éléments :

- Histoire personnelle – Pourquoi cette cause me tient-elle à cœur ?
- Notre histoire – Qu’avons-nous en commun en tant que groupe ou communauté ?
- Histoire du présent – Quels défis devons-nous relever et quelles actions devons-nous entreprendre ?

Cette activité renforce les compétences en matière de prise de parole en public et de leadership civique tout en créant un lien émotionnel entre l’histoire personnelle et l’action collective.

Pays

International – largement utilisé dans l’organisation civique, les mouvements de justice sociale et les programmes de participation des jeunes.

Groupe cible

Jeunes âgés de 16 à 30 ans, en particulier ceux qui s’intéressent aux droits humains, à l’inclusion, à la justice sociale ou à la participation démocratique.

Compétences

- Prise de parole en public et communication
- Empathie et intelligence émotionnelle
- Récit et structuration narrative
- Engagement civique et défense des droits
- Sensibilisation à l’inclusion
- Leadership et initiative

Niveau de difficulté

Moyen

Pourquoi

De nombreux jeunes souhaitent s’exprimer, mais ont du mal à relier leurs expériences personnelles à des questions sociales plus larges. Le cadre du récit public leur offre un moyen structuré mais personnel de le faire, en transformant leurs réflexions personnelles en un message qui inspire l’action collective. Cette méthode favorise l’expression de soi, le courage et la connexion, et permet aux jeunes d’utiliser leur voix pour promouvoir l’inclusion et la solidarité dans leurs communautés.

Comment les jeunes et les animateurs jeunesse peuvent s'impliquer

- 1** L'animateur présente le modèle de Marshall Ganz et explique les trois éléments de la narration :
Soi – Un moment qui a révélé des valeurs personnelles ou une prise de conscience d'un problème.
Nous – Une valeur ou une expérience commune qui relie le groupe.
Maintenant – Un défi actuel qui appelle à l'action.
- 2** Les participants réfléchissent à des moments où ils ont vécu ou été témoins d'injustice, d'exclusion ou d'autonomisation. Questions guides : Quand ai-je ressenti pour la première fois l'exclusion ou pris la défense de quelqu'un d'autre ? Qu'est-ce qui m'a poussé à m'intéresser à cette cause ? Quand ai-je réalisé que je pouvais faire la différence ?
- 3** Les participants développent leurs récits en utilisant la structure en trois étapes. Les animateurs peuvent fournir des exemples de phrases et prévoir un espace pour écrire en silence ou former de petits groupes de pairs pour apporter leur soutien.
- 4** Les participants présentent leurs discours au groupe. Les pairs donnent leur avis sur la clarté, le lien émotionnel et l'inspiration. Vous pouvez également enregistrer les discours pour de futures campagnes de sensibilisation ou événements.
- 5** Animez une discussion de clôture : Qu'ai-je appris sur moi-même ? Quelles valeurs partageons-nous en tant que groupe ? Où pourrais-je partager cette histoire : à l'école, en ligne ou dans ma communauté ? Vous pouvez également créer un cercle de narration pour les jeunes ou un club de conférenciers civiques afin de poursuivre la pratique.

Conseils pour les animateurs

- Commencez par partager votre propre histoire personnelle afin d'instaurer un climat de confiance.
- Offrez un environnement calme et propice à l'écriture et au partage.
- Insistez sur le fait que la vulnérabilité est une force, et non une faiblesse.
- Encouragez les participants à relier leurs émotions à leurs actions.
- Envisagez d'utiliser des récits dans le cadre de campagnes, de blogs, de spectacles ou d'événements locaux.

Logistique / Matériel

- Papier ou journaux
- Stylos
- Minuteur ou téléphone
- Facultatif : projecteur, exemples de discours, microphone ou appareils d'enregistrement

Environnement d'apprentissage : convient aux environnements intérieurs, en ligne ou hybrides ; peut également se dérouler en extérieur dans le cadre de cercles de narration.

Liens

Marshall Ganz – Ressources narratives publiques



CITOYENNETÉ ACTIVE

« Agissez ! »

Description

« Passez à l'action ! » est un atelier interactif conçu pour aider les participants à explorer ce que signifie la citoyenneté active dans la vie réelle : faire entendre sa voix, participer aux décisions, comprendre ses droits et ses responsabilités, et agir au sein de sa communauté. Il combine plusieurs outils d'éducation non formelle – brise-glaces, débats, exercices expérientiels et moments de réflexion – pour favoriser la pensée critique, la coopération et l'engagement civique.

Pays

Mis en œuvre en France et en Roumanie dans le cadre de projets Erasmus+ pour la jeunesse et d'initiatives locales de participation civique.

Groupe cible

Jeunes et adultes âgés de 12 à 30 ans. Adaptable aux écoles, aux centres de jeunesse ou aux échanges internationaux.

Compétences

- Esprit critique et conscience civique
- Communication et travail d'équipe
- Écoute active et dialogue respectueux
- Initiative et participation
- Résolution créative de problèmes
- Compréhension des droits, des responsabilités et de la vie communautaire

Niveau de difficulté

Moyen

Pourquoi

Beaucoup de jeunes ont le sentiment de ne pas être écoutés ou ne savent pas comment ils peuvent influencer ce qui se passe autour d'eux, à l'école, dans leur quartier ou dans la vie locale. Parfois, ils associent la citoyenneté uniquement au vote ou à la politique. Cet atelier crée un environnement sûr et stimulant où les participants peuvent réfléchir à la participation, découvrir à quel point l'accès à la parole peut être inégal

à la possibilité de s'exprimer et s'entraîner à exprimer leurs opinions de manière respectueuse. En combinant émotion, réflexion et dialogue, cette activité favorise la confiance, la responsabilité et la motivation à agir.

Comment les jeunes et les animateurs socio-éducatifs peuvent s'impliquer

1

Les participants s'alignent sur la même ligne de départ. L'animateur lit des affirmations liées à la participation et à la prise de parole. Les participants avancent, reculent ou restent immobiles selon ce qui s'applique à eux.

Exemples : « Avancez d'un pas si vous vous sentez à l'aise pour parler devant un groupe. » « Restez immobile si vous avez déjà eu l'impression que votre opinion n'avait pas d'importance. »

« Avancez d'un pas si vous savez où trouver des informations sur les opportunités locales (bénévolat, conseil des jeunes, initiatives). »

« Reculez d'un pas si vous évitez souvent les discussions civiques parce que vous craignez d'être jugé ou d'entrer en conflit. »

L'écart visible ainsi créé permet d'illustrer l'inégalité d'accès à la parole, à l'information et à la participation.

2

À l'aide de la méthode du débat mobile, les participants se positionnent entre « d'accord » et « pas d'accord » sur des affirmations telles que : « Voter est le seul moyen réel d'être un citoyen actif. »

« Les petites actions dans ma communauté ne changent rien. »

« Il est de ma responsabilité de m'exprimer lorsque quelque chose est injuste. » « Les questions locales sont aussi importantes que la politique nationale. »

L'objectif n'est pas de trouver la « bonne » réponse, mais d'échanger des points de vue dans le respect et de s'exercer au dialogue démocratique.

3

Le groupe discute des émotions, des idées et des leçons apprises. Concentrez-vous sur ce à quoi peut ressembler la participation dans la vie quotidienne. Invitez les participants à citer une action concrète qu'ils pourraient entreprendre (à l'école, en ligne, dans leur quartier) et le soutien dont ils auraient besoin.

Conseils pour les animateurs

- Créez un environnement de confiance et de respect avant de commencer les activités.
- Insistez sur le fait que l'objectif est la sensibilisation et l'apprentissage, et non le jugement.
- Adaptez le langage et les exemples à l'âge et au contexte du groupe (école, communauté, problèmes locaux).
- Prévoyez suffisamment de temps pour le débriefing : la participation et la prise de parole peuvent être des sujets sensibles.
- Terminez par quelque chose de concret : une petite liste de « prochaines étapes » ou un engagement collectif.

Logistique / Matériel

- Post-it, marqueurs, ruban adhésif et grandes feuilles de papier
- Cartes de déclaration pour la ligne de participation et le débat
- Espace ouvert pour permettre les déplacements et la réflexion en groupe

Environnement d'apprentissage : conviendrait aux salles de classe, aux centres communautaires ou aux espaces ouverts où les participants peuvent se déplacer librement.



CITOYENNETÉ ACTIVE

Autocuiseur – Gérer ses émotions

Description

« L'autocuiseur » est une activité participative conçue pour aider les participants à identifier, exprimer et gérer les émotions qui surgissent dans la vie collective et les situations civiques : sentiment de ne pas être entendu, frustration face à des règles injustes, colère lors de débats, stress lors de la prise de décision en groupe ou tension lorsque les opinions s'opposent. À l'aide de la métaphore de l'autocuiseur, l'activité explore la manière dont les émotions s'accumulent lorsqu'elles sont ignorées ou mises de côté.

Grâce au partage et à la réflexion collectifs, les participants apprennent à libérer la pression émotionnelle de manière saine et découvrent des outils pratiques pour réguler leurs émotions.

Pays

Développé et utilisé en France dans le cadre du travail auprès des jeunes, adapté par des organisations en Roumanie et en Belgique dans le cadre de projets d'éducation non formelle Erasmus+.

Groupe cible

Jeunes et adultes âgés de 12 à 30 ans. Convient aux groupes dans les écoles, les centres de jeunesse, les conseils de jeunesse, les ateliers civiques ou les sessions de formation.

Compétences

- Intelligence émotionnelle et conscience de soi
- Écoute active et empathie
- Communication respectueuse et participation au groupe
- Gestion des conflits et réduction du stress
- Résolution collective des problèmes et coopération
- Culture démocratique (dialogue, gestion des désaccords)

Niveau de difficulté

Moyen

Pourquoi ?

La citoyenneté active ne se résume pas seulement à des idées et à la participation, elle concerne également les émotions qui accompagnent le fait de s'exprimer, d'être en désaccord, de négocier et de se sentir responsable d'un groupe. Les émotions influencent fortement la manière dont les gens s'engagent dans les discussions, la manière dont les conflits s'intensifient et le fait que quelqu'un reste impliqué ou se retire. Cette activité aide les participants à normaliser l'expression émotionnelle et à développer des moyens constructifs de gérer la frustration et la colère.

Comment les jeunes et les animateurs jeunesse peuvent s'impliquer

- 1** Dessinez une grande cocotte-minute sur une feuille placée au centre de la pièce. Fournissez aux participants des post-it et des marqueurs.
- 2** Invitez les participants à réfléchir à des situations qui les mettent en colère, les frustrent, les stressent ou les font se sentir impuissants dans un contexte de groupe/communauté. Chaque personne écrit une ou plusieurs frustrations sur des post-its et les colle sur le dessin. Encouragez l'honnêteté et le respect.
Exemples : « Lorsque des décisions sont prises sans nous consulter » « Lorsque les gens nous interrompent ou ne nous écoutent pas »
« Lorsque les débats se transforment en attaques personnelles »
- 3** Après avoir observé la « cocotte » remplie de frustrations, invitez les participants à partager les méthodes personnelles ou collectives qu'ils utilisent pour évacuer la pression. Exemples : respirer avant de répondre, faire une pause, demander des éclaircissements, utiliser des phrases commençant par « je », sortir un instant, parler à quelqu'un de neutre, écrire ses pensées avant de parler. Notez les suggestions sur un tableau à feuilles mobiles afin de créer une « boîte à outils civique pour rester calme » visible.
- 4** Choisissez une ou deux techniques à mettre en pratique ensemble en groupe (par exemple, un court exercice de respiration, un moment de recentrage, un jeu de rôle rapide : « comment répondre sans aggraver la situation »). Terminez par une brève réflexion sur ce qui vous a semblé le plus utile.
- 5** Discutez de questions telles que :
« Qu'avez-vous remarqué lorsque vous avez vu les frustrations des autres ? » « Qu'est-ce qui vous aide à rester respectueux lorsque les émotions montent ? »
« Sur quoi pouvons-nous nous mettre d'accord en tant que groupe pour mieux gérer les désaccords ? » (par exemple : ne pas interrompre, faire des pauses, se concentrer sur les idées, poser des questions)

Conseils pour les animateurs

- Encouragez une atmosphère de confiance et de confidentialité.
- Reconnaissez toutes les émotions exprimées : il n'y a pas de « mauvais » sentiments.
- Soyez attentif aux participants qui expriment des émotions fortes ; offrez votre soutien si nécessaire.
- Adaptez le rythme et le ton à l'énergie du groupe.
- Concluez par une conclusion pratique : 1 à 2 accords de groupe pour les discussions futures.

Logistique / Matériel

- Grande feuille de papier avec une « cocotte-minute » dessinée
- Post-its et marqueurs
- Facultatif : musique apaisante ou enregistrement audio de méditation

Environnement d'apprentissage : convient aux espaces intérieurs tels que les salles de classe, les salles de réunion, les centres pour jeunes ou les ateliers civiques où les participants peuvent s'asseoir en cercle.



NUMÉRIQUE

Inclusion numérique grâce à la réalité virtuelle

Description

Les ateliers d'inclusion par la réalité virtuelle (RV) utilisent une technologie immersive pour améliorer l'apprentissage numérique, les liens sociaux et l'empathie chez les jeunes. Grâce à des environnements simulés tels que des échanges culturels virtuels, des tutoriels de codage ou des simulations d'entretiens d'embauche, les participants bénéficient d'un apprentissage interactif et pratique qui va au-delà des approches traditionnelles en classe.

Ces ateliers rendent l'éducation numérique plus inclusive et accessible, en particulier pour les jeunes défavorisés ou handicapés, en créant des espaces d'apprentissage attrayants qui s'adaptent à différents styles d'apprentissage.

Pays

Développé et mis en œuvre principalement en Espagne, en Italie et aux Pays-Bas grâce à des collaborations entre des établissements d'enseignement, des ONG et des entreprises technologiques.

Groupe cible

Jeunes âgés de 16 à 30 ans, en particulier les groupes marginalisés, les jeunes handicapés et ceux qui ont un accès limité à l'éducation conventionnelle ou aux infrastructures numériques.

Compétences

- Maîtrise avancée du numérique et familiarité avec la technologie VR.
- Créativité et création de contenu numérique
- Empathie et communication interculturelle
- Résolution de problèmes dans des environnements numériques immersifs
- Travail d'équipe et communication grâce à la collaboration virtuelle
- Adaptabilité et ouverture à l'innovation technologique

Niveau de difficulté

Élevé (en raison des besoins en équipement et de l'expertise en matière d'animation)

Pourquoi

L'accès aux outils numériques et aux environnements d'apprentissage n'est pas le même pour tous. Les ateliers de réalité virtuelle comblent cette lacune en créant des expériences d'apprentissage interactives qui font appel à plusieurs sens et perspectives. Ils aident les participants à développer des compétences techniques tout en cultivant l'empathie, la compréhension et la confiance dans la navigation dans les espaces numériques.

Comment les jeunes et les animateurs jeunesse peuvent-ils s'impliquer ?

- 1** Participez à des ateliers organisés par des écoles, des centres de jeunesse ou des ONG axés sur l'inclusion numérique.
- 2** Découvrez des modules axés sur des simulations d'entretiens d'embauche, des tutoriels de codage ou des formations en compétences relationnelles.
- 3** Collaborez avec vos pairs pour concevoir des expériences de réalité virtuelle éducatives ou de sensibilisation.
- 4** Participez à des rencontres interculturelles en réalité virtuelle qui favorisent l'apprentissage interculturel et l'empathie.
- 5** Partagez vos réflexions pour aider les organisations à améliorer et à développer leurs futurs programmes d'apprentissage en réalité virtuelle.

Conseils pour les animateurs

- Veillez à ce que les participants soient informés de la manière d'utiliser le matériel de réalité virtuelle en toute sécurité et confortablement.
- Prévoyez un temps de réflexion après chaque expérience afin de faire le lien entre l'apprentissage virtuel et les compétences réelles.
- Utilisez la réalité virtuelle comme un complément à l'interaction humaine, et non comme un substitut.
- Collaborez avec des pôles technologiques locaux ou des initiatives axées sur l'inclusion pour accéder à des appareils et à une expertise.
- Encouragez la co-création : laissez les jeunes concevoir ou personnaliser leurs propres environnements de réalité virtuelle.

Logistique / Matériel

- Casques de réalité virtuelle (autonomes ou connectés à des ordinateurs)
- Accès à Internet et espace numérique approprié
- Logiciels ou expériences éducatifs compatibles avec la réalité virtuelle
- Animateurs formés pour l'assistance technique et pédagogique
- Facultatif : versions accessibles ou équipements adaptés pour les participants handicapés
- Environnement d'apprentissage : convient aux environnements intérieurs tels que les salles de classe, les laboratoires technologiques ou les centres pour jeunes ; peut également s'intégrer dans des programmes d'apprentissage mixte.

Liens et ressources

- Virtual Reality Society
- Commission européenne – Plan d'action pour l'éducation numérique Initiative « VR for Inclusion »



Éducation aux médias numériques pour la pensée critique

Description

La maîtrise des médias numériques pour la pensée critique permet aux jeunes d'acquérir les compétences nécessaires pour remettre en question, analyser et évaluer les informations qu'ils consomment en ligne. Grâce à des ateliers interactifs, des jeux de rôle et des campagnes de sensibilisation aux médias, les participants apprennent à identifier les fausses informations, à comprendre comment les médias influencent les opinions et à assumer la responsabilité du contenu qu'ils partagent.

Cette pratique encourage les jeunes à devenir des citoyens numériques conscients qui réfléchissent de manière critique, vérifient les faits et s'engagent de manière constructive dans les espaces en ligne. Elle combine l'analyse critique et la créativité en invitant les participants à créer des contre-campagnes, des publications de vérification des faits ou des vidéos éducatives promouvant la responsabilité numérique.

Pays

International – largement mis en œuvre dans les pays de l'UE tels que l'Allemagne, la Finlande et les Pays-Bas grâce à Erasmus+ et à d'autres initiatives éducatives promouvant l'éducation aux médias et la citoyenneté active.

Groupe cible

Les jeunes âgés de 15 à 30 ans, en particulier les utilisateurs actifs des réseaux sociaux, les étudiants et les jeunes défavorisés qui peuvent être davantage exposés à la désinformation ou à l'influence en ligne.

Compétences et aptitudes

- Esprit critique et analyse numérique
- Évaluation des sources et vérification des faits
- Communication responsable et citoyenneté numérique
- Production médiatique et création de campagnes
- Collaboration et défense des intérêts
- Conscience éthique et prise de décision

Niveau de difficulté

Moyen

Pourquoi

Dans un monde saturé de contenu numérique, la désinformation et les biais algorithmiques peuvent facilement fausser les perceptions et miner la confiance dans les institutions. L'éducation aux médias permet aux jeunes de jouer un rôle actif dans le façonnement de l'environnement en ligne plutôt que d'être des consommateurs passifs.

Comment les jeunes et les animateurs socio-éducatifs peuvent s'impliquer

- 1** Participez à des ateliers interactifs qui enseignent comment vérifier les sources, détecter la manipulation et analyser les biais médiatiques.
- 2** Collaborez à des campagnes menées par des jeunes pour promouvoir la vérification des faits et le partage responsable de l'information.
- 3** Participez à des jeux de rôle (par exemple, en incarnant des journalistes, des influenceurs ou des consommateurs de médias) pour explorer la manière dont les récits sont construits.
- 4** Collaborez avec des écoles, des bibliothèques ou des ONG pour organiser des sessions de sensibilisation à la maîtrise des médias et de l'information.
- 5** Utilisez les tendances en ligne pour promouvoir la sensibilisation au numérique à travers des défis créatifs qui démystifient la désinformation.

Conseils pour les animateurs

- Partez des expériences quotidiennes des participants en ligne pour garantir la pertinence.
- Utilisez des exemples concrets de titres trompeurs, de deepfakes ou de contenus viraux.
- Encouragez les discussions de groupe plutôt que les cours magistraux afin de favoriser l'apprentissage entre pairs.
- Présentez des outils de vérification des faits tels que Google Fact Check Explorer ou InVID.
- Favorisez un environnement sûr où les opinions peuvent être partagées et débattues dans le respect.

Logistique / Matériel

- Appareils connectés à Internet (ordinateurs, tablettes ou téléphones)
- Accès à des articles, vidéos ou extraits d'actualités en ligne à des fins d'analyse
- Outils de vérification des faits et plateformes éducatives
- Projecteur ou tableau blanc pour les exercices collaboratifs

Environnement d'apprentissage : adapté aux salles de classe, aux ateliers ou aux sessions hybrides ; adaptable à l'apprentissage en ligne et hors ligne.

Liens et ressources

- Observatoire européen des médias numériques Media Literacy Now (UE)
- UNESCO – Éducation aux médias et à l'information



NUMÉRIQUE

Du scrolling passif au scrolling créatif

Description

De la navigation passive à la navigation créative transforme l'habitude courante de naviguer sur Internet en une occasion de réflexion, de créativité et de travail d'équipe. Les participants explorent leurs comportements numériques, en particulier le temps passé sur les réseaux sociaux, et réinventent la navigation comme un acte créatif plutôt que passif.

À travers des exercices expérientiels et artistiques, les participants simulent le « défilement » dans le monde physique, en collectant des objets ou des idées de manière impulsive, puis les utilisent pour créer des expressions visuelles ou narratives significatives.

Pays

Italie – développée dans le cadre du projet Erasmus+ « From Passive to Creative Scrolling » (numéro de référence du projet : 2022-1-IT03-KA220-YOU-000085032).

Groupe cible

Jeunes âgés de 16 à 30 ans, en particulier ceux qui passent beaucoup de temps devant un écran ou qui souhaitent améliorer leur équilibre numérique et leur expression créative.

Compétences

- Conscience de soi et bien-être numériques
- Pensée créative et imagination
- Collaboration et travail d'équipe
- Réflexion critique sur l'utilisation des médias
- Narration et communication visuelle

Niveau de difficulté

Facile à moyen (adaptable à différents âges et niveaux de réflexion)

Pourquoi

Dans le monde numérique actuel, le défilement constant peut entraîner une distraction, une perte de concentration et une baisse de créativité. Cette pratique aide les jeunes à reconnaître ces schémas et à les transformer consciemment en expériences productives, artistiques et sociales. Elle recadre

les défis liés à la technologie en opportunités de renouer avec l'expression de soi, la créativité et l'interaction consciente.

Comment les jeunes et les animateurs jeunesse peuvent s'impliquer

- 1** Le facilitateur ouvre une discussion sur les habitudes de défilement numérique et leur impact sur l'attention, les relations et le bien-être. Invitez les participants à partager des expériences et des exemples tirés de leur vie quotidienne.
- 2** Les participants sont répartis en petits groupes. Chaque groupe est invité à « faire défiler dans la vie réelle » en se promenant dans l'espace ou à l'extérieur, en collectant ou en observant des objets, des formes ou des textures au hasard, sans objectif précis, comme on pourrait faire défiler du contenu en ligne.
- 3** De retour dans la salle principale, les groupes utilisent ce qu'ils ont rassemblé pour co-créer quelque chose de significatif, par exemple : Un logo ou un symbole, Une nouvelle ou une performance Un collage visuel ou une œuvre d'art, Une représentation métaphorique de la vie numérique ou de l'équilibre
- 4** Chaque groupe présente sa création et discute de ce qu'elle représente, de ce qui l'a inspirée et de son lien avec les comportements numériques. L'animateur mène une réflexion sur la prise de conscience, la créativité et une utilisation plus saine de la technologie.

Conseils pour les animateurs

- Choisissez un espace qui permet de bouger et d'explorer librement (à l'intérieur ou à l'extérieur).
- Mettez l'accent sur la spontanéité et la curiosité : il n'y a pas de mauvais choix.
- Encouragez les participants à relier des éléments abstraits pour former un message cohérent.
- Intégrez de courts moments de pleine conscience ou d'ancrage avant ou après l'activité.
- Vous pouvez également associer la réflexion à des outils permettant de réduire le temps passé devant les écrans, comme l'application One Sec.

Logistique / Matériel

- Tableau à feuilles mobiles ou grande feuille de papier
- Vieux magazines (10 par groupe)
- Ciseaux et colle
- Ruban adhésif en papier
- Matériaux recyclés ou naturels ramassés pendant la promenade

Environnement d'apprentissage : installation flexible à l'intérieur ou à l'extérieur avec suffisamment d'espace pour l'exploration et la création.

Liens

- Application One Sec – Outil de réduction du temps passé devant les écrans



NUMÉRIQUE

Clubs de codage pour l'innovation sociale

Description

Les clubs de codage pour l'innovation sociale incitent les jeunes à apprendre la programmation et le développement de logiciels à travers des projets collaboratifs à vocation sociale. Les participants acquièrent une expérience pratique du codage tout en explorant comment la technologie peut être utilisée pour résoudre des défis réels dans leurs communautés.

Ces clubs associent l'éducation numérique à l'entrepreneuriat social, encourageant les participants à créer des applications, des sites web ou des outils qui favorisent la durabilité, l'inclusion ou l'engagement civique.

Pays

International – mis en œuvre par le biais de clubs de codage locaux, d'organisations de jeunesse et de programmes d'éducation numérique.

Groupe cible

Les jeunes âgés de 14 à 25 ans, en particulier ceux qui ont un accès limité à l'éducation numérique formelle ou aux possibilités de formation, y compris les jeunes défavorisés et ceux issus de milieux ruraux ou défavorisés.

Compétences

- Programmation et développement de logiciels (par exemple, Python, JavaScript, HTML/CSS)
- Résolution de problèmes et réflexion conceptuelle
- Collaboration sur des projets et travail d'équipe
- Entrepreneuriat social et innovation
- Communication et présentation numériques
- Esprit critique et adaptabilité

Niveau de difficulté

Moyen à élevé (selon l'expérience préalable et la complexité du projet)

Pourquoi ?

Les compétences numériques sont essentielles dans l'économie actuelle, mais l'accès à l'enseignement du codage reste inégal. Les clubs de codage comblent cette lacune en créant des environnements d'apprentissage inclusifs et communautaires où les jeunes peuvent explorer librement la technologie.

Comment les jeunes et les animateurs socio-éducatifs peuvent-ils s'impliquer ?

- 1** Les participants peuvent trouver des clubs de codage locaux ou en ligne par l'intermédiaire des écoles, des bibliothèques ou des organisations de jeunesse.
- 2** Des sessions courtes et adaptées aux débutants présentent les bases du codage et la conception collaborative.
- 3** Travailler en équipe pour concevoir et développer des solutions numériques répondant à des défis locaux ou mondiaux (par exemple, applications de recyclage, outils d'accessibilité, plateformes de santé mentale).
- 4** Participez à des concours créatifs qui combinent codage et résolution de problèmes dans des délais impartis.
- 5** Développez des outils qui soutiennent des causes sociales, créant ainsi un impact réel et une visibilité pour les solutions numériques proposées par les jeunes.

Conseils pour les animateurs

- Utilisez l'apprentissage par projet : laissez les participants apprendre en créant quelque chose qui a du sens.
- Encouragez le travail d'équipe et l'apprentissage entre pairs plutôt que la compétition.
- Collaborez avec des experts techniques locaux, des bénévoles ou des organisations pour le mentorat.
- Inclure des ateliers sur l'éthique, la confidentialité des données et la technologie au service du bien commun.
- Veiller à l'équilibre entre les sexes et à l'inclusion des jeunes issus de milieux divers.

Logistique / Matériel

- Ordinateurs ou ordinateurs portables avec accès à Internet
- Logiciels gratuits ou open source pour le codage et la conception (par exemple, Replit, Scratch, VS Code)
- Espace de travail pour la collaboration en groupe (physique ou en ligne)
- Facultatif : soutien par le biais d'un mentorat assuré par des professionnels locaux de l'informatique

Environnement d'apprentissage : adaptable aux salles de classe, aux pôles d'innovation ou aux espaces de collaboration en ligne. Convient aux clubs permanents, aux sessions de formation de courte durée ou aux projets jeunesse Erasmus+.

Liens et ressources

- Code Club – Réseau international Initiative européenne pour le codage
- Youth Business International – Innovation sociale



NUMÉRIQUE

Collage numérique

Description

Le collage numérique est une activité créative de narration visuelle qui aide les jeunes à explorer leur identité, leurs valeurs et leur militantisme à travers le design. À l'aide d'outils gratuits tels que Canva, Pixabay et Unsplash, les participants créent un collage numérique qui véhicule un message personnel ou collectif.

Les thèmes peuvent inclure la protection de l'environnement, la justice sociale, l'égalité, l'identité communautaire ou les visions d'avenir. Cette méthode allie la créativité numérique à l'expression personnelle, à la pensée critique et à la communication, permettant ainsi aux participants de façonner des récits qui leur tiennent à cœur.

Pays

International – adaptable à tout contexte éducatif ou de travail avec les jeunes où les outils numériques et la créativité sont utilisés.

Groupe cible

Jeunes âgés de 14 à 30 ans. Aucune expérience préalable en conception requise. Convient aux ateliers d'initiation au numérique, aux projets civiques créatifs et aux échanges internationaux de jeunes.

Compétences et aptitudes

Culture numérique et utilisation des outils
Communication visuelle et conception
Créativité et narration
Conscience civique et environnementale
Esprit critique
Expression personnelle et confiance en soi

Niveau de difficulté

Facile à moyen (selon la familiarité avec les outils numériques)

Pourquoi ?

La communication visuelle domine aujourd'hui la manière dont les jeunes partagent et reçoivent l'information. Pourtant, ils consomment souvent plus qu'ils ne créent. Cette pratique les aide à prendre le contrôle de leur message, à apprendre à utiliser des outils de conception accessibles et à traduire leurs pensées ou leurs valeurs en contenu visuel.

Elle renforce leur confiance dans la technologie tout en les encourageant à réfléchir à leur identité personnelle, à leurs causes et à leur action communautaire.

Comment les jeunes et les animateurs jeunesse peuvent s'impliquer

- 1** Présentez l'idée d'un collage numérique comme une histoire visuelle. Montrez des exemples de collages pour inspirer la créativité.
- 2** Les participants choisissent un thème tel que : ce qui m'importe, l'avenir que je souhaite, mon histoire climatique, qui je suis, le monde à travers mes yeux. Encouragez-les à rédiger un court journal ou à faire des croquis avant de se lancer dans la conception.
- 3** Montrez comment utiliser Canva ou un outil similaire
- 4** Les participants créent leurs collages individuellement ou en binôme. Ils peuvent combiner des images, du texte et des symboles pour exprimer leur message.
- 5** Les participants présentent leurs collages numériques, en expliquant leur message, leurs émotions et l'impact souhaité. Encouragez les participants à partager leurs réflexions à l'aide de questions.

Conseils pour les animateurs

- Encouragez la créativité et l'authenticité plutôt que la perfection de la conception.
- Aidez les participants avec des mini-tutoriels pour ceux qui découvrent les outils numériques.
- Préparez des packs d'images hors ligne en cas d'accès limité à Internet.
- Autorisez les interprétations artistiques abstraites et littérales.
- Vous pouvez également imprimer les collages ou créer une exposition numérique pour partager les résultats.

Liens

- [Canva](#)
- [Pixabay](#)
- [Unsplash](#)

Logistique / Matériel

- Appareil connecté à Internet (ordinateur portable, tablette ou smartphone) par participant ou par paire
- Accès à des plateformes de conception gratuites (Canva, Pixabay, Unsplash)
- Facultatif : projecteur ou imprimante pour les présentations

Environnement d'apprentissage : en intérieur ou hybride ; adapté aux ateliers, aux salles de classe ou aux sessions en ligne.



Détox numérique et bien-être mental

Description

Les « ateliers de détox numérique et bien-être mental » sont une pratique qui aide les jeunes à adopter des habitudes numériques plus saines grâce à l'éducation, à la réflexion et à l'apprentissage par l'expérience. Ils combinent des ateliers interactifs et des sessions de groupe au cours desquels les participants explorent l'impact que la connectivité constante, le temps passé devant les écrans et les réseaux sociaux peuvent avoir sur l'humeur, le sommeil, l'attention et les relations.

Les activités peuvent inclure des moments de pleine conscience, de courts défis sans technologie, des accords de groupe sur les limites numériques et des alternatives ludiques hors ligne (sessions créatives, activités en plein air, jeux communautaires).

Pays

International – testé et mis en œuvre dans des organisations de jeunesse en Espagne, en Finlande et en Croatie.

Groupe cible

Jeunes âgés de 16 à 30 ans, éducateurs et animateurs socio-éducatifs impliqués dans des environnements d'apprentissage numériques ou dans la promotion de la santé mentale.

Compétences et aptitudes

- Conscience de soi et gestion du bien-être numérique
- Techniques de pleine conscience et gestion du stress
- Gestion du temps et stratégies de concentration
- Communication et soutien par les pairs
- Leadership et engagement communautaire
- Résolution collaborative de problèmes dans le cadre d'initiatives pour les jeunes

Niveau de difficulté

Moyen

Pourquoi ?

À l'ère numérique, les jeunes passent de longues heures en ligne pour étudier, socialiser et se divertir. Pour beaucoup, cela peut être source de pression : notifications constantes, difficulté à se déconnecter, comparaison sur les réseaux sociaux, anxiété et réduction des interactions hors ligne. Cette pratique vise à sensibiliser à une utilisation équilibrée du numérique, à favoriser la résilience émotionnelle et à encourager les jeunes à gérer consciemment leurs habitudes. Elle contribue également à une citoyenneté numérique responsable en aidant les participants à comprendre comment leur comportement en ligne affecte leur bien-être et celui des autres.

Comment les jeunes et les animateurs jeunesse peuvent s'impliquer

- 1** Commencez par une brève discussion ou un quiz : « Combien d'heures passons-nous en ligne chaque jour ? », « À quoi ressemble le stress numérique ? ». Recueillez les réponses de manière anonyme si le groupe est timide.
- 2** Les participants dressent la carte de leur journée type (école/travail, réseaux sociaux, messages, divertissements) et identifient les « points de pression » tels que le défilement tard dans la nuit, la peur de passer à côté de quelque chose ou la vérification constante.
- 3** Choisissez un défi réaliste et court à relever en groupe : pas de téléphone pendant les repas, notifications désactivées pendant 3 heures, 30 minutes hors ligne avant de dormir, une soirée « sans application », suivez les expériences à l'aide d'une simple fiche de réflexion ou d'un tableau commun.
- 4** Mettez en pratique 1 à 2 techniques ensemble : respiration, ancrage, scan corporel rapide, « pause avant de publier » ou une série d'étirements rapides.
- 5** Proposez une activité alternative qui soit amusante et sociale : atelier créatif, sport, promenade en plein air, jeux de société, cercle de contes ou planification d'activités bénévoles pour la communauté.

Conseils pour les animateurs

- Évitez tout discours moralisateur : l'objectif est l'équilibre, pas la culpabilité.
- Proposez des défis réalistes et adaptables à différents modes de vie.
- Encouragez le soutien entre pairs et normalisez les difficultés (les habitudes prennent du temps à changer).
- Si des questions de santé mentale sont soulevées avec insistance, connaissez les options d'orientation (conseiller scolaire, services d'aide à la jeunesse).
- Célébrez les petites victoires et les progrès collectifs.

Logistique / Matériel

- Papier, stylos, post-its, marqueurs
- Facultatif : projecteur pour diffuser de courtes vidéos ou proposer des quiz
- Fiches de réflexion ou tableau en ligne partagé (Padlet/Miro/Drive)
- Espace calme pour de courts moments de pleine conscience

Environnement d'apprentissage : convient aux salles de classe, aux centres pour jeunes, aux sessions en plein air ou aux formats en ligne/hybrides.

Liens

- Digital Wellness Lab : <https://digitalwellnesslab.org/>
- Plan d'action de l'UE pour l'éducation numérique :
- <https://education.ec.europa.eu/focus-topics/digital-education/action-plan>
- Réseau européen pour la santé des jeunes : <https://youthhealth.eu/>



NUMÉRIQUE

Le codage vert pour la durabilité

Description

Le programme « Green Coding & Digital Innovation for Sustainability » (Codage vert et innovation numérique pour le développement durable) associe la sensibilisation à l'environnement et les technologies numériques en invitant les jeunes à participer à des ateliers de codage, des hackathons et des laboratoires d'innovation axés sur le développement durable. Les participants conçoivent des outils numériques tels que des applications, des sites Web et des prototypes de logiciels qui répondent à des défis environnementaux réels, allant de l'efficacité énergétique à la réduction des déchets en passant par l'action climatique.

Pays

International – avec des initiatives de premier plan en Estonie, en Finlande et en Irlande qui combinent l'enseignement du codage avec la durabilité et l'innovation.

Groupe cible

Jeunes âgés de 16 à 30 ans intéressés par le codage, la technologie, la durabilité et l'entrepreneuriat numérique.

Compétences

- Programmation et développement de logiciels (par exemple, Python, JavaScript, HTML/CSS)
- Compréhension des données environnementales et des indicateurs de durabilité
- Pensée systémique et résolution créative de problèmes
- Conception de projets et travail d'équipe
- Compétences en communication et en présentation
- Esprit d'entreprise et capacité d'innovation

Niveau de difficulté

Moyen

Pourquoi

La transformation numérique et la transition écologique sont étroitement liées. Cependant, de nombreux jeunes n'ont pas l'occasion d'explorer comment le codage et l'action environnementale peuvent se renforcer mutuellement. Cette pratique comble cette lacune en dotant les jeunes des connaissances et des outils nécessaires pour développer des solutions numériques durables.

Comment les jeunes et les animateurs socio-éducatifs peuvent s'impliquer

- 1** Participez à des ateliers locaux ou en ligne qui enseignent les bases de la programmation à travers des défis environnementaux.
- 2** Rejoignez ou organisez des défis d'innovation verte où des équipes co-crément des solutions aux problèmes climatiques ou liés aux ressources.
- 3** Établissez des partenariats avec des organisations travaillant sur des projets d'innovation environnementale ou technologique.
- 4** Développez des applications ou des outils numériques qui encouragent les habitudes durables (par exemple, suivi des déchets, calculateurs de CO₂, écomobilité).
- 5** Présenter résultats lors d'événements, en ligne expositions, ou activités de diffusion Erasmus+.

Conseils pour les animateurs

- Combinez les sessions de codage avec de brèves interventions sur la durabilité et les données vertes.
- Encouragez la diversité au sein des équipes (profils techniques, créatifs et sociaux).
- Mettez l'accent sur l'apprentissage par la pratique : laissez les participants construire et tester de véritables prototypes.
- Utilisez des plateformes gratuites et accessibles (par exemple, Replit, Code.org, GitHub) pour garantir l'inclusion.
- Invitez des professionnels locaux ou des entrepreneurs verts à participer en tant que mentors ou membres du jury.

Logistique / Matériel

- Ordinateurs ou ordinateurs portables avec accès à Internet
 - Logiciels de codage et de conception gratuits (par exemple, Replit, Scratch, Figma)
 - Accès à des sources de données environnementales ou à des défis en matière de durabilité
 - Tableaux blancs, tableaux à feuilles mobiles et matériel de brainstorming
 - Facultatif : projecteur pour les présentations ou outils hybrides en ligne
- Environnement d'apprentissage : adaptable aux laboratoires d'innovation, aux salles de classe ou aux plateformes en ligne, mettant l'accent sur la collaboration, l'expérimentation et les applications concrètes.

Liens

- European Green Digital Coalition
- Code for Green – Finland
- Green Tech Hackathons Europe



ENVIRONNEMENT

Projection positive

Description

« Projection positive » est une activité créative de groupe dans laquelle les participants imaginent ensemble un monde plus durable : des habitudes plus écologiques, des communautés plus propres et une relation plus saine avec la nature. En transformant les comportements courants nuisibles à l'environnement et les problèmes écologiques « normalisés » en messages positifs et pratiques, cette activité encourage la créativité, le travail d'équipe et la réflexion critique sur les déchets, la consommation, l'utilisation de l'énergie, la pollution et les choix quotidiens.

Les participants conçoivent collectivement un slogan, une affiche écologique (ou une mini-campagne) et un personnage « éco-gardien » qui incarne la responsabilité environnementale et inspire l'action.

Pays

Développé et mis en œuvre en France dans le cadre d'ateliers d'éducation non formel

Groupe cible

Jeunes et adultes âgés de 12 à 30 ans. Idéal pour les groupes mixtes dans les écoles, les échanges de jeunes et les ateliers communautaires.

Compétences

- Créativité et expression visuelle
- Conscience environnementale et pensée systémique
- Travail d'équipe et collaboration
- Esprit critique et positif
- Communication et défense de l'environnement

Niveau de difficulté

Moyen

Pourquoi

Les défis environnementaux (déchets, pollution, surconsommation, stress climatique) peuvent sembler insurmontables ou « tout à fait normaux ». Cette activité fait appel à la créativité pour redonner aux participants le pouvoir d'agir : elle les aide à identifier ce qu'ils veulent changer, à imaginer des normes plus saines et à transformer leurs idées en messages clairs que d'autres peuvent suivre. Elle renforce l'appropriation des valeurs écologiques telles que la responsabilité, la bienveillance, la solidarité et la réflexion à long terme, tout en mettant l'accent sur des mesures réalistes.

Comment les jeunes et les animateurs jeunesse peuvent s'impliquer

- 1** Demandez aux participants de partager leurs habitudes quotidiennes ou leurs croyances qui nuisent à l'environnement (par exemple, « Une bouteille en plastique, ce n'est pas grave », « Le recyclage ne change rien », « Il est trop difficile de vivre de manière durable », « La fast fashion est inévitable »). Notez-les.
- 2** En groupe, choisissez une ou deux questions à reformuler de manière positive. Réfléchissez à des slogans qui encouragent les choix durables et un état d'esprit optimiste. Exemples : « Petits pas, impact réel » / « Réparer, réutiliser, repenser » / « La nature n'est pas jetable ». Votez pour sélectionner le slogan qui représente le mieux la vision du groupe.
- 3** Répartissez les rôles au sein de chaque groupe :
Équipe de conception : crée une affiche, un flyer ou un visuel pour une mini-campagne (sur papier ou Canva).
Équipe scénaristique : invente un personnage « éco-gardien » (traits de caractère, mission, pouvoirs, slogan). Exemples de personnages :
Un héros qui transforme les déchets en objets utiles
Un protecteur de l'eau qui lutte contre la pollution
Un « magicien réparateur » qui sauve les objets cassés
Un gardien de la biodiversité qui protège les espèces locales
- 4** Chaque groupe présente sa création et explique le message. Concluez par une réflexion : « Quel comportement environnemental voulons-nous changer ? » « Quelle action pouvons-nous essayer cette semaine à l'école/à la maison ? » « Comment pouvons-nous diffuser ce message dans notre communauté ? »

Conseils pour les animateurs

- Attribuez différents rôles afin que chacun puisse contribuer (rédacteur, concepteur, présentateur, créateur d'idées).
- Restez pragmatique : associez les messages à des actions concrètes (tri des déchets, réduction du plastique, réparation, économie d'eau, partage des ressources).
- Encouragez les discussions respectueuses : les sujets écologiques peuvent susciter de la culpabilité ou une attitude défensive.
- Si possible, exposez ou partagez les créations (couloir de l'école, page du centre jeunesse, événement local) pour renforcer l'impact.

Logistique / Matériel

- Papier + marqueurs (ou ordinateurs portables/téléphones/tablettes si numérique)
- Canva (ou similaire) ou matériel de collage hors ligne
- Facultatif : projecteur pour les présentations
- Modèles (affiche, flyer, publication sur les réseaux sociaux)

Environnement d'apprentissage : fonctionne bien dans les salles de classe, les centres pour jeunes, les sessions en plein air ou les ateliers en ligne/hybrides.



ENVIRONNEMENT

Laboratoires urbains de compétences vertes

Description

Les laboratoires de compétences vertes urbaines sont des ateliers communautaires où les jeunes apprennent et mettent en pratique des compétences environnementales qui améliorent leur environnement local. Les participants s'engagent dans des projets concrets tels que le jardinage urbain, des démonstrations d'énergies renouvelables, la réduction des déchets et les techniques de construction durable.

Ces laboratoires mettent en pratique l'éducation environnementale en associant la conscience écologique à des compétences professionnelles. Ils donnent aux jeunes les moyens de devenir des acteurs du changement au niveau local, en participant activement à la transition vers des environnements urbains plus verts, plus sains et plus durables.

Pays

International – mis en œuvre dans le cadre de projets communautaires et d'initiatives Erasmus+ en Allemagne, aux Pays-Bas et en Espagne.

Groupe cible

Jeunes âgés de 15 à 30 ans, en particulier ceux vivant dans des zones urbaines, des quartiers vulnérables ou des communautés confrontées à des défis environnementaux et sociaux.

Compétences

- Techniques d'horticulture et de jardinage urbains
- Connaissances de base sur les systèmes d'énergie renouvelable (solaire, hydraulique et efficacité énergétique)
- Principes de gestion des déchets et d'économie circulaire
- Travail d'équipe et coordination de projets
- Connaissances environnementales et habitudes de vie durables
- Engagement communautaire et responsabilité civique

Niveau de difficulté

Moyen

Pourquoi ?

Les zones urbaines sont souvent confrontées à des problèmes tels que la pollution, les déchets et l'accès limité aux espaces verts. Les laboratoires urbains de compétences vertes répondent à ces défis en dotant les jeunes d'outils concrets pour mener des actions environnementales dans leurs propres communautés.

En combinant travail manuel, créativité et éducation à l'environnement, ces laboratoires encouragent la citoyenneté active, la sensibilisation au climat et l'employabilité.

Comment les jeunes et les animateurs socio-éducatifs peuvent s'impliquer

- 1** Participez à des ateliers ou à des éco-laboratoires organisés par des centres de jeunesse, des municipalités ou des ONG.
- 2** Développez des projets à petite échelle tels que des jardins sur les toits, des jardins scolaires ou des systèmes de compostage communautaires.
- 3** Co-organisez des campagnes de sensibilisation à l'environnement, des salons sur la durabilité ou des actions de nettoyage.
- 4** Travaillez en équipe pour concevoir des innovations à faible coût, telles que des appareils fonctionnant à l'énergie solaire ou des meubles recyclés.
- 5** Documentez et présentez les résultats des projets lors d'expositions locales, sur les réseaux sociaux ou lors d'événements communautaires.

Conseils pour les animateurs

Combinez des activités pratiques en plein air avec de courtes sessions théoriques pour assurer un bon équilibre.

Assurez l'inclusivité en adaptant les tâches aux différentes capacités physiques et aux différents styles d'apprentissage.

Utilisez des exemples et du matériel locaux pour rendre les activités pertinentes et durables.

Encouragez la co-création : permettez aux participants de concevoir et de diriger certaines parties des projets.

Établissez des partenariats avec des entreprises écologiques ou des municipalités locales afin d'accroître l'impact sur le terrain.

Logistique / Matériel

- Accès à un espace extérieur ou semi-extérieur
- Outils de jardinage, terre, graines et matériaux recyclés
- Kits de panneaux solaires ou outils de démonstration des énergies renouvelables
- Tableaux à feuilles mobiles, marqueurs et supports visuels pour la planification
- Équipement de sécurité et vêtements adaptés aux conditions météorologiques

Environnement d'apprentissage : convient aux environnements extérieurs ou mixtes, tels que les jardins communautaires, les écoles ou les éco-centres. Convient parfaitement comme activité locale récurrente ou dans le cadre d'un projet Erasmus+ à plus long terme.

Liens

- Agenda européen pour les compétences vertes
- Projets de jardinage urbain à Berlin
- Climate-KIC Transitions urbaines
- Jeunesse et environnement Europe

ENVIRONNEMENT

Outils stratégiques de prospective des Nations unies pour la réflexion environnementale

Description

Cette activité initie les participants à la prospective stratégique, un ensemble d'outils participatifs inspirés du Guide de prospective stratégique des Nations unies qui aide les jeunes à imaginer, questionner et façonner les futurs environnementaux possibles.

Plutôt que de prédire ce qui va se passer, la prospective invite les participants à explorer ce qui pourrait se passer, à identifier les conséquences complexes et à concevoir des mesures proactives en faveur de la durabilité.

Les outils utilisés roue des futurs, élaboration de scénarios et rétroprojection transforment l'éducation environnementale en un processus engageant, créatif et axé sur les solutions.

Pays

International adaptable à tous les contextes culturels et environnementaux.

Groupe cible

Jeunes âgés de 16 à 30 ans, adapté aux échanges de jeunes, aux cours de formation, aux camps écologiques ou aux projets communautaires axés sur la durabilité et la participation.

Compétences

- Connaissance du futur et réflexion anticipative
- Pensée systémique et critique
- Conscience environnementale
- Collaboration et communication
- Planification stratégique et innovation
- Résolution de problèmes et créativité

Niveau de difficulté

Moyen

Pourquoi

Les jeunes sont confrontés à des défis environnementaux mondiaux, complexes et incertains. La prospective stratégique les aide à acquérir des compétences pour l'avenir, c'est-à-dire la capacité d'anticiper et d'influencer le changement plutôt que d'y réagir.

Cette méthode renforce l'autonomie et la créativité, permettant aux jeunes de passer d'une préoccupation passive pour l'environnement à une résolution active et collective des problèmes et à un leadership.

Comment les jeunes et les animateurs jeunesse peuvent s'impliquer

- 1** Présentez le concept d'avenir comme étant ouvert et dynamique. Utilisez des supports visuels ou posez des questions courtes telles que : « Et si le changement climatique s'arrêtait demain ? » ou « Et si la nature avait des droits légaux ? »
- 2** Sélectionnez une tendance environnementale (par exemple, la perte de biodiversité, la pollution plastique ou la hausse des températures). En petits groupes, les participants cartographient les conséquences primaires, secondaires et tertiaires à l'aide d'un diagramme en roue.
- 3** Présentez les tendances actuelles et demandez aux groupes d'imaginer 3 ou 4 futurs possibles : Pessimiste
Optimiste Statu quo Transformateur
Les groupes élaborent des récits ou de courtes présentations décrivant la vie dans ces futurs.
- 4** En partant de leur scénario préféré (par exemple, un monde où la biodiversité a été restaurée), les participants remontent le temps pour identifier les étapes et les décisions nécessaires pour rendre cet avenir possible. Discutez de la faisabilité et des défis.
- 5** Les groupes présentent leurs scénarios. Animez une discussion collective sur ce que la réflexion prospective révèle au sujet des décisions et des actions d'aujourd'hui.

Conseils pour les animateurs

- Veillez à ce que l'activité soit très interactive et visuelle en utilisant des modèles imprimés ou numériques.
- Encouragez la diversité des points de vue au sein des groupes afin d'enrichir les scénarios.
- Laissez libre cours à l'imagination, mais reliez les idées à des données environnementales réelles ou à des exemples locaux.
- Utilisez des cas concrets, tels que les parcs, les rivières ou les systèmes de gestion des déchets locaux, pour ancrer les discussions dans la réalité.
- Laissez place aux émotions telles que l'éco-anxiété ou l'espoir, et normalisez ces réactions.

Logistique / Matériel

- Tableaux à feuilles mobiles ou grandes feuilles de papier
- Marqueurs et post-it
- Modèles préimprimés pour chaque outil (roue du futur, carte de scénarios, chemin de rétroprojection)
- Facultatif : projecteur ou tableau numérique pour présenter les tendances environnementales
- Accès à Internet ou à des articles imprimés sur les questions environnementales mondiales et locales

Environnement d'apprentissage : adapté aux environnements intérieurs ou extérieurs ; idéal pour les ateliers, les formations pour les jeunes ou les laboratoires communautaires axés sur la durabilité et la participation.

Liens et ressources

- Boîte à outils stratégique du PNUD pour la prospective



ENVIRONNEMENT

Auditions pour les super-héros du climat

Description

Les auditions pour devenir super-héros du climat sont une simulation interactive qui invite les participants à jouer le rôle de différents membres de la société en compétition pour une place dans une « équipe de rêve de super-héros du climat » imaginaire. Chaque groupe défend l'importance du rôle qui lui a été attribué (scientifique, militant, journaliste, politicien ou chef d'entreprise, par exemple) et explique pourquoi sa contribution est essentielle à la lutte contre le changement climatique.

Cette activité encourage les participants à explorer l'action climatique comme une responsabilité partagée entre tous les secteurs, tout en développant leurs compétences en matière de prise de parole en public, de travail d'équipe, de créativité et de conscience civique.

Pays

International – adaptable à divers contextes locaux et culturels.

Groupe cible

Jeunes âgés de 16 à 30 ans, idéal pour les échanges de jeunes, les cours de formation, les volontaires du CES et les ateliers d'éducation civique.

Compétences

- Prise de parole en public et argumentation
- Travail d'équipe et collaboration
- Jeux de rôle et expression créative
- Empathie et prise de recul
- Esprit critique et analyse des problèmes
- Connaissance du climat et engagement civique

Niveau de difficulté

Facile à moyen (selon la taille du groupe et le style d'animation)

Pourquoi

Le changement climatique touche tout le monde, mais les solutions nécessitent une responsabilité collective et des contributions diverses. Cette simulation aide les jeunes à comprendre comment différentes professions et communautés peuvent agir ensemble pour la justice climatique. Elle rend les questions mondiales complexes accessibles grâce à la créativité, au jeu de rôle et à la collaboration, tout en incitant les participants à réfléchir à leur propre pouvoir de contribuer au changement.

Comment les jeunes et les animateurs jeunesse peuvent s'impliquer

- 1** Commencez par une discussion de brainstorming sur le changement climatique. Imprimez et découpez les cartes de personnages. Organisez un système de vote simple (urne, tableau blanc ou sondage en ligne). Qu'est-ce que c'est ? Qui est concerné ? Qui peut faire la différence ? Suggestion de script : « Vous êtes sur le point de décider qui mérite une place dans la Climate Superhero Dream Team. Réfléchissons d'abord à ceux qui aident déjà notre planète. »
- 2** Répartissez les participants en 6 à 8 groupes de 3 à 5 personnes. Chaque groupe reçoit une carte représentant un personnage, par exemple : Scientifiques, Journalistes, Politiciens, Chefs d'entreprise, Militants et activistes, Travailleurs humanitaires, Jeunes, communautés...
- 3** Les groupes discutent de leur personnage : Quel est leur rôle dans la lutte contre le changement climatique ? Quelles sont leurs forces et leurs limites ? Pourquoi devraient-ils être choisis pour faire partie de l'équipe de super-héros ? Chaque groupe prépare une présentation créative de 2 minutes (un pitch, une courte pièce de théâtre, un discours ou un sketch visuel). Les groupes passent leur « audition » devant tout le monde. Les autres participants jouent le rôle de juges.
- 4** Chaque participant vote pour les quatre rôles qu'il estime les plus essentiels, à l'exclusion du sien. L'animateur compte les votes et annonce l'équipe gagnante.
- 5** Rassemblez les participants en cercle et réfléchissez à l'expérience. Quels arguments ont été les plus convaincants ? Avez-vous été surpris par l'importance de certains rôles ? À quel personnage vous êtes-vous le plus identifié ? Comment pouvez-vous contribuer personnellement à la lutte contre le changement climatique dans votre vie quotidienne ?

Conseils pour les animateurs

- Veillez à ce que chaque membre du groupe dispose d'un temps de parole et d'une participation égaux.
- Fournissez des supports visuels ou des accessoires pour encourager la créativité.
- Adaptez la liste des personnages aux professions locales ou pertinentes (par exemple, enseignants, agriculteurs, ingénieurs).
- Encouragez l'écoute respectueuse et le débat constructif.
- Si les participants sont timides, proposez des formats moins stressants, tels que des présentations sous forme d'affiches.

Logistique / Matériel

- Cartes imprimées représentant les personnages
 - Papier pour tableau à feuilles mobiles ou tableau blanc
 - Marqueurs, stylos et papier
 - Minuterie ou horloge
 - Bulletins de vote ou sondage numérique
 - Espace intérieur ou extérieur spacieux pour les présentations de groupe
- Environnement d'apprentissage : flexible, adapté aux salles de classe intérieures ou aux ateliers extérieurs avec mouvements et discussions de groupe.



ENVIRONNEMENT

Jeunes ambassadeurs des énergies renouvelables

Description

Les jeunes ambassadeurs des énergies renouvelables est une initiative éducative et de sensibilisation qui donne aux jeunes les moyens de devenir des promoteurs actifs de l'énergie durable dans leurs communautés. Les participants reçoivent une formation sur les technologies liées aux énergies renouvelables telles que l'énergie solaire, éolienne et bioénergétique, complétée par des visites sur le terrain et des ateliers interactifs.

Après la phase d'apprentissage, les jeunes ambassadeurs mènent des campagnes de sensibilisation, organisent des sessions d'éducation par les pairs et collaborent avec les institutions locales pour encourager les choix énergétiques durables. Cette approche transforme les jeunes apprenants en défenseurs et en éducateurs, en reliant les connaissances environnementales au leadership et à la participation civique.

Pays

Mise en œuvre à l'échelle internationale.

Groupe cible

Jeunes âgés de 15 à 25 ans intéressés par les sciences de l'environnement, la durabilité et l'engagement communautaire.

Compétences

- Connaissance des systèmes et technologies liés aux énergies renouvelables.
- Communication et prise de parole en public
- Leadership et mobilisation communautaire
- Esprit critique en matière de durabilité et de politique énergétique
- Planification de projets et travail d'équipe
- Défense des intérêts et engagement civique

Niveau de difficulté

Moyen

Pourquoi

Alors que les technologies liées aux énergies renouvelables progressent rapidement, la compréhension et l'adoption par les communautés sont souvent à la traîne. Les jeunes jouent un rôle clé pour combler ce fossé.

Cette pratique leur permet d'acquérir les connaissances techniques, la confiance et les compétences en communication nécessaires pour inspirer les autres et mener la transition vers une énergie plus propre au niveau local.

Comment les jeunes et les animateurs socio-éducatifs peuvent s'impliquer

- 1** Participez à des ateliers et séminaires sur les énergies renouvelables organisés par des ONG, des écoles ou des autorités locales.
- 2** Visitez des installations d'énergie renouvelable telles que des fermes solaires, des éoliennes ou des centrales bioénergétiques afin d'acquérir des connaissances pratiques.
- 3** Organisez des présentations dans les écoles, des événements communautaires ou des campagnes en ligne pour promouvoir l'utilisation des énergies renouvelables.
- 4** Collaborez avec les municipalités, les agences énergétiques ou les groupes environnementaux pour partager vos connaissances et développer ensemble des initiatives.
- 5** Créez de courtes vidéos, des infographies ou des podcasts expliquant les technologies renouvelables et les pratiques d'économie d'énergie.

Conseils pour les animateurs

- Équilibrez le contenu technique avec des explications accessibles afin que les sessions restent inclusives.
- Intégrez des récits et des exemples concrets pour rendre les sujets complexes plus attrayants.
- Encouragez les participants à faire le lien entre les questions énergétiques et leurs habitudes quotidiennes et les réalités locales.
- Encouragez le travail d'équipe et le dialogue intergénérationnel (par exemple, des présentations par des jeunes devant les conseils locaux).
- Aider les ambassadeurs à développer leur leadership et leur assurance à s'exprimer en public.

Logistique / Matériel

- Espace pour les ateliers et équipement audiovisuel
- Accès à des sites d'énergie renouvelable ou à des études de cas
- Matériel de présentation (affiches, diapositives, outils numériques)
- Coordination avec des experts locaux en énergie ou des ONG
- Budget pour les petites campagnes ou le matériel de sensibilisation
- Apprentissage adapté pour intérieur et extérieur apprentissage alliant formation en classe, visites d'étude et activités de sensibilisation du public.

Liens

- Académie des énergies renouvelables du Réseau européen de la jeunesse pour l'énergie (RENAC)
- Politique de l'UE en matière d'énergie et de jeunesse Jeunes ambassadeurs danois de l'énergie



ENVIRONNEMENT

Conversations sous les étoiles

Description

« Conversations sous les étoiles » est une activité interactive inspirée des dialogues communautaires traditionnels en plein air, adaptée ici pour explorer les questions environnementales dans un cadre détendu et inclusif. Les participants discutent de dilemmes écologiques réels à travers une conversation structurée et basée sur des rôles. Chaque personne se voit attribuer un rôle – tel qu’optimiste, réaliste, scientifique, philosophe, rebelle, diplomate, créatif ou pessimiste et exprime ses opinions en fonction de cette perspective.

Cette simulation ludique aide les participants à découvrir différentes façons de raisonner, à pratiquer l’empathie et à réfléchir à la manière dont les émotions et les points de vue façonnent les débats sur le climat, la consommation et la durabilité.

Pays

Développé à l’origine en France dans le cadre de l’éducation non formelle et de la participation des jeunes, ce jeu est adaptable à des contextes internationaux et interculturels.

Groupe cible

Jeunes et adultes âgés de 12 à 30 ans. Convient aux échanges de jeunes, aux ateliers d’éducation à l’environnement, aux camps écologiques et aux formations au leadership.

Compétences

- Empathie et capacité à se mettre à la place des autres
- Prise de parole en public et argumentation
- Esprit critique et raisonnement
- Écoute active et communication
- Travail d’équipe et prise de décision collective
- Conscience environnementale et pensée responsable

Niveau de difficulté

Moyen

Pourquoi ?

Les questions environnementales suscitent souvent des réactions vives : urgence, éco-anxiété, frustration ou scepticisme. À une époque où les opinions sont polarisées, « Palabres à la belle étoile » crée un espace sûr et créatif propice au dialogue. En jouant des rôles représentant des points de vue opposés, les participants apprennent à exprimer leurs idées de manière constructive, à remettre en question leurs a priori et à apprécier la complexité des décisions environnementales (impact, faisabilité, justice, habitudes, responsabilité). L’activité transforme le débat conflictuel en collaboration et aide les participants à explorer des solutions plus nuancées et respectueuses les unes des autres.

Comment les jeunes et les animateurs jeunesse peuvent s'impliquer

- 1** Préparez un espace extérieur ouvert (ou une salle intérieure spacieuse) où les participants peuvent s'asseoir en cercle. Attribuez à chaque participant une carte de rôle au hasard (par exemple, optimiste, réaliste, scientifique, diplomate, philosophe, rebelle, créatif, pessimiste, indécis). Fournissez deux cartes de vote de couleur (rouge et verte).
- 2** L'animateur présente une à trois propositions liées à l'environnement et à la durabilité. Après chaque proposition, les participants réfléchissent brièvement à la manière dont leur rôle réagirait. Exemples de propositions : « Notre centre pour jeunes devrait devenir zéro déchet dans les trois mois. » « Les voyages en avion devraient être limités lorsqu'il existe des alternatives en train. »
- 3** Les participants échangent leurs arguments tout en restant cohérents avec le rôle qui leur a été attribué. Chaque intervention est limitée à deux minutes et les participants peuvent s'exprimer plusieurs fois (mais jamais deux fois de suite). L'animateur ou un secrétaire note les arguments clés et les différents points de vue (économie, santé, habitudes, équité, impact, faisabilité).
- 4** Après la discussion, les participants votent à l'aide de leurs cartes de couleur pour montrer leur accord ou leur désaccord en fonction de leur rôle. Les votes sont enregistrés pour être comparés ultérieurement (comment les différentes « voix » s'alignent ou s'opposent).
- 5** Après les débats, les participants révèlent leur rôle et partagent leur sentiment quant à la manière dont ils ont argumenté à partir de ce point de vue.
Questions guides : « Comment votre rôle a-t-il influencé vos arguments ? »
« Avez-vous remarqué que vous étiez personnellement d'accord avec quelque chose que votre rôle a dit ? » « Qu'avez-vous appris sur les débats environnementaux et la prise de décision ? » « Quelle serait une première étape réaliste pour notre groupe/communauté ? »

Conseils pour les animateurs

- Encouragez l'humour et la créativité tout en conservant le respect.
- Rappelez aux participants que les rôles sont fictifs afin d'éviter toute tension personnelle.
- Veillez à ce que chacun ait un temps de parole équilibré.
- Choisissez des propositions qui correspondent au contexte du groupe (école, centre jeunesse, ville, camp).
- Terminez par une brève synthèse : valeurs communes, tensions clés et une action collective possible.

Logistique / Matériel

- Cartes de rôle (imprimées ou manuscrites)
- Cartes de vote colorées (rouges/vertes)
- Tableau à feuilles mobiles (ou document partagé en ligne) pour noter les arguments
- En option : cadre extérieur en soirée pour coller à l'esprit « sous les étoiles »

Environnement d'apprentissage : idéal pour les camps écologiques, les sessions en plein air, les échanges de jeunes ou les ateliers sur le climat, l'économie circulaire et les modes de vie durables.



ENVIRONNEMENT

Points de vue

Description

“Points de vue” est une activité expérientielle basée sur le mouvement qui relie l’observation, la réflexion et le dialogue. Les participants explorent un espace naturel ou urbain, observent les détails de l’environnement et participent à de courts débats structurés inspirés par ce qu’ils voient. L’activité encourage les jeunes à s’intéresser personnellement aux défis environnementaux et à considérer de multiples perspectives sur la durabilité et les questions locales. C’est un moyen simple mais efficace d’introduire des thèmes tels que la justice climatique, la biodiversité, la pollution ou l’utilisation de l’eau à travers l’expérience directe et l’observation critique.

Pays

International – adaptable aux environnements ruraux et urbains.

Groupe cible

Jeunes âgés de 16 à 30 ans, idéal pour les échanges de jeunes, les volontaires du Corps européen de solidarité et les ateliers sur l’environnement.

Compétences

- Observation et analyse environnementale
- Connaissances environnementales
- Capacité à se mettre à la place des autres et empathie
- Prise de parole en public et dialogue
- Esprit critique
- Esprit d’initiative et conscience civique

Niveau de difficulté

Moyen

Pourquoi

Les discussions sur l’environnement restent souvent abstraites. Cette pratique les ancre dans des espaces réels, permettant aux jeunes de vivre directement les problèmes et de réfléchir à leur environnement avec curiosité et conscience. Elle encourage l’empathie et la pensée critique en explorant la manière dont différentes personnes peuvent percevoir le même environnement à travers leurs propres réalités et responsabilités.

Comment les jeunes et les animateurs jeunesse peuvent s'impliquer

- 1** L'animateur explique l'objectif de l'activité : observer, réfléchir et échanger des points de vue sur l'environnement. Les thèmes peuvent inclure la pollution, la biodiversité, l'urbanisation ou les déchets.
- 2** Les participants se promènent dans une zone sélectionnée, telle qu'une forêt, un parc, une rive ou un quartier. Chaque groupe reçoit une carte « lentille d'observation » avec des questions guides, par exemple :
Quels signes de pollution remarquez-vous ?
Qu'est-ce qui vous semble bien entretenu et qu'est-ce qui vous semble négligé ?
Comment un activiste, un chef d'entreprise ou un élu local percevrait-il cet espace ? Les participants prennent discrètement des notes ou des photos pendant la promenade.
- 3** Après la promenade, les groupes préparent de brèves déclarations ou « points de vue » à partir des rôles qui leur ont été attribués, tels que militant écologiste, résident local ou responsable municipal. Ils présentent leurs observations et leurs réflexions, éventuellement suivies de brefs débats sur des questions communes (par exemple, la déforestation, l'expansion urbaine).
- 4** Le groupe se réunit pour réfléchir ensemble :
quel rôle vous a semblé le plus naturel ou le plus difficile ?
Qu'avez-vous remarqué que vous négligez habituellement ?
Qu'est-ce que cela nous apprend sur la responsabilité et le pouvoir dans le domaine de l'action environnementale ?

Conseils pour les animateurs

- Choisissez un itinéraire sûr et accessible présentant des contrastes environnementaux marqués.
- Si l'espace extérieur est limité, utilisez des photographies ou des images satellites.
- Mettez l'accent sur une discussion respectueuse ; les participants sont invités à partager leurs points de vue, pas à se mettre d'accord.
- Adaptez l'activité aux conditions météorologiques et veillez au confort de tous les participants.

Logistique / Matériel

- Fiches d'observation (imprimées)
- Cartes de rôle facultatives pour les débats
- Stylos et papier ou smartphones pour prendre des notes et des photos
- Des vêtements confortables adaptés à une utilisation en extérieur et de l'eau
- Un lieu de rencontre adapté à la réflexion

Environnement d'apprentissage : en plein air dans des parcs, des forêts, au bord d'une rivière ou dans des espaces urbains ; adaptable aux contextes ruraux ou urbains.



INCLUSION

Mentorat entre pairs pour l'inclusion sociale

Description

Le mentorat entre pairs pour l'inclusion sociale met en place des programmes de mentorat structurés dans lesquels des jeunes d'horizons divers se soutiennent mutuellement afin de renforcer les liens sociaux, de développer la compréhension interculturelle et de favoriser l'inclusion dans les communautés.

Grâce à des réunions régulières, des projets collaboratifs et des ateliers guidés, les mentors et les mentorés échangent leurs expériences et développent leur empathie, leur communication et leurs compétences en matière de résolution de problèmes.

Cette approche s'est avérée efficace pour réduire l'isolement social des jeunes marginalisés tout en favorisant la participation active, la confiance en soi et l'engagement communautaire.

Pays

Développé en Irlande et mis en œuvre avec succès dans plusieurs pays européens dans le cadre de projets Erasmus+ axés sur l'inclusion et la participation des jeunes.

Groupe cible

Les jeunes âgés de 15 à 25 ans, en particulier ceux qui sont victimes d'exclusion en raison de leur origine migratoire, d'un handicap, de leur appartenance ethnique ou de barrières socio-économiques.

Compétences et aptitudes

- Communication et écoute active
- Empathie et compréhension interculturelle
- Leadership et mentorat
- Résolution des conflits et travail d'équipe
- Résolution de problèmes et initiative
- Confiance et engagement communautaire

Niveau de difficulté

Moyen

Pourquoi

L'exclusion sociale limite les possibilités des jeunes d'apprendre, de travailler et de participer à la vie communautaire. Le mentorat par les pairs offre un environnement informel et favorable où les jeunes se rencontrent sur un pied d'égalité, partagent leurs expériences et apprennent les uns des autres.

Elle renforce l'inclusion au sein de la communauté, en aidant les participants à développer leur confiance, leur résilience et leur sentiment d'appartenance. En favorisant le dialogue et la collaboration, cette approche brise les stéréotypes et encourage l'empathie et le respect mutuel au-delà des différences.

Comment les jeunes et les animateurs jeunesse peuvent s'impliquer

- 1** Les jeunes peuvent postuler par l'intermédiaire des centres locaux pour la jeunesse, des ONG ou des écoles. Les mentors sont formés pour guider et soutenir leurs pairs grâce à une écoute active et un apprentissage partagé.
- 2** Les mentors reçoivent une formation de base sur la communication, la sensibilité interculturelle et les techniques de développement de l'empathie.
- 3** Les mentors et les mentorés se réunissent une ou deux fois par semaine pour discuter, partager leurs connaissances et participer à des activités collaboratives.
- 4** Les binômes ou les groupes co-crée de petites initiatives telles que des campagnes de sensibilisation, des actions bénévoles ou des événements interculturels.
- 5** Les binômes de mentorat réfléchissent régulièrement aux progrès accomplis et échangent leurs impressions afin de renforcer l'apprentissage et la motivation.

Conseils pour les animateurs

- Donnez des orientations claires aux mentors sur les limites, l'empathie et la confidentialité.
- Formez les binômes avec soin, en tenant compte des intérêts et des objectifs communs.
- Créez un calendrier structuré comprenant à la fois des sessions individuelles et des sessions de groupe.
- Célébrez les étapes importantes par des rassemblements communautaires ou des événements de reconnaissance.
- Encouragez l'évaluation par les pairs afin de garantir la durabilité et l'appropriation du programme.

Logistique / Matériel

- Matériel d'orientation et de formation pour les mentors
- Espace pour les réunions (physiques ou en ligne)
- Carnets de réflexion ou formulaires de suivi numériques
- Soutien de la part de jeunes travailleurs ou coordinateurs formés

Environnement d'apprentissage : adaptable aux écoles, aux centres de jeunesse ou aux espaces communautaires. Fonctionne bien dans les formats de mentorat hybrides ou en ligne.

Lien

- Portail européen de la jeunesse – Mentorat par les pairs pour l'inclusion sociale



L'inclusion par les cercles de narration

Description

L'inclusion par le biais de cercles de narration favorise la diversité et le sentiment d'appartenance en réunissant des jeunes issus de milieux culturels, sociaux et personnels différents afin qu'ils partagent leurs histoires. Ces sessions animées offrent un espace respectueux et sûr propice à un dialogue ouvert, où les participants sont invités à écouter attentivement et à parler avec authenticité de leurs expériences vécues. Grâce à cet échange, cette pratique renforce l'empathie, remet en question les stéréotypes et favorise la compréhension mutuelle.

Les cercles de narration encouragent les participants à créer des liens au-delà des différences, renforçant ainsi la cohésion sociale et donnant une voix aux personnes marginalisées. Le fait d'être écouté et d'écouter favorise l'inclusion, la confiance et un sentiment d'humanité partagée.

Pays

Originaire des États-Unis

Groupe cible

Jeunes âgés de 14 à 30 ans, en particulier ceux issus de minorités, de communautés de migrants et de réfugiés, ou de groupes menacés d'exclusion sociale.

Compétences

- Empathie et compréhension interculturelle
- Écoute active et communication
- Prise de parole en public et narration
- Animation de groupe et organisation d'événements
- Esprit critique sur la diversité et l'inclusion

Niveau de difficulté

Moyen

Pourquoi ?

Les cercles de narration ont une longue tradition dans les communautés autochtones et les mouvements populaires aux États-Unis, où ils ont été utilisés pour établir des ponts entre les divisions raciales, sociales et politiques pendant la période des droits civiques.

Leur pouvoir réside dans la création d'espaces structurés et favorables au partage d'histoires personnelles vulnérables, à l'écoute sans jugement et à la recherche de points communs.

Adaptés au travail auprès des jeunes, les cercles de narration aident les participants à comprendre les expériences et les identités des uns et des autres, à réduire les préjugés et à favoriser la solidarité.

Comment les jeunes et les animateurs jeunesse peuvent s'impliquer

- 1** Participer à des ateliers de cercles de narration organisés par des centres de jeunesse ou communautaires.
- 2** Contribuez en partageant des histoires personnelles ou culturelles qui reflètent votre identité, vos valeurs ou vos défis.
- 3** Faciliter le soutien après avoir suivi une formation de base en animation de groupe et en écoute active.
- 4** Organiser des événements de narration d'histoires dans les écoles, les centres pour jeunes ou les communautés locales afin de promouvoir le dialogue et la sensibilisation à la diversité.
- 5** Combiner le storytelling avec les arts ou le multimédia, tels que des expositions de photos, des enregistrements audio ou des podcasts, afin d'amplifier la voix des jeunes.

Conseils pour les animateurs

- Commencez par une activité brise-glace qui crée un climat de sécurité émotionnelle et d'ouverture.
- Établissez des règles de base en matière de confidentialité, de respect et d'écoute active.
- Encouragez les formes verbales et créatives de narration (dessin, poésie, musique).
- Utilisez des thèmes tels que « chez soi », « appartenance », « premier jour » ou « un moment où je me suis senti vu ».
- Faites un débriefing ensemble, en mettant l'accent sur la manière dont les histoires ont créé des liens entre les participants plutôt que sur la comparaison des expériences.

Logistique / Matériel

- Sièges confortables disposés en cercle
- Objet symbolique ou « bâton de parole » (facultatif)
- Cahiers ou cartes pour préparer les histoires
- Enregistreur audio ou appareil photo (facultatif, avec consentement)

Environnement d'apprentissage : adaptable aux espaces intérieurs et extérieurs. Convient bien aux centres communautaires, aux échanges de jeunes ou aux camps interculturels.

Lien

- [The Moth – Storytelling Organization](#)



INCLUSION

Sports inclusifs pour l'intégration sociale

Description

Le sport inclusif pour l'intégration sociale utilise le sport comme un outil pour rassembler des jeunes d'horizons et de capacités divers dans le cadre d'expériences positives communes. En adaptant des jeux traditionnels ou en créant de nouveaux formats accessibles, les participants s'engagent dans le travail d'équipe, le fair-play et le soutien mutuel.

Cette pratique encourage la collaboration entre les jeunes marginalisés et non marginalisés, contribuant ainsi à briser les barrières, à nouer des amitiés et à promouvoir le bien-être physique et mental. Grâce à des séances régulières, des tournois ou des événements locaux, les sports inclusifs favorisent l'empathie, l'égalité et la participation active.

Pays

Largement mis en œuvre à travers l'Europe, notamment en Allemagne et aux Pays-Bas, grâce à des projets financés par Erasmus+ qui promeuvent l'inclusion et la diversité dans le sport.

Groupe cible

Les jeunes âgés de 12 à 25 ans, y compris les personnes handicapées, les migrants, les réfugiés, les minorités ethniques et d'autres groupes exposés au risque d'exclusion sociale.

Compétences

- Travail d'équipe et collaboration
- Leadership et organisation d'événements
- Adaptabilité et empathie
- Communication et résolution des conflits
- Condition physique et coordination
- Sensibilité culturelle et responsabilité sociale

Niveau de difficulté

Moyen

Pourquoi ?

Le sport transcende les langues, les cultures et les origines sociales, offrant un moyen universel de créer des liens. Les sports inclusifs créent des espaces sûrs et favorables où tous les jeunes peuvent participer de manière égale, réduisant ainsi la stigmatisation et encourageant le respect mutuel.

En mettant l'accent sur la coopération plutôt que sur la compétition, cette pratique contribue à lutter contre les stéréotypes, à améliorer la confiance en soi et à renforcer les liens communautaires, tout en contribuant à la santé physique et émotionnelle des participants.

Comment les jeunes et les animateurs jeunesse peuvent s'impliquer

- 1** Participez à des séances ou à des tournois sportifs inclusifs organisés par des clubs locaux, des organisations de jeunesse ou des projets communautaires.
- 2** Les participants peuvent prendre part en tant que joueurs, arbitres, animateurs ou coordinateurs d'événements.
- 3** Les entraîneurs et les animateurs peuvent suivre une formation sur les méthodes sportives inclusives et adaptatives.
- 4** Encouragez les jeunes participants à co-concevoir des activités et à assumer des rôles de leaders parmi leurs pairs ou d'ambassadeurs de l'inclusion.
- 5** Organisez des événements de sensibilisation combinant le sport et des discussions sur l'inclusion, le travail d'équipe et l'égalité.

Conseils pour les animateurs

- Privilégiez le plaisir, la participation et le travail d'équipe plutôt que la compétition.
- Veillez à ce que toutes les activités soient accessibles, quelles que soient les capacités physiques ou le niveau de compétence.
- Utilisez des équipes mixtes pour encourager la diversité et les liens sociaux.
- Fournissez du matériel adapté et des instructions claires pour favoriser l'inclusion.
- Après chaque session, réfléchissez avec les participants au travail d'équipe, à l'empathie et au fair-play.

Logistique / Matériel

- Équipement sportif adapté aux activités choisies
- Lieux accessibles (intérieurs ou extérieurs)
- Animateurs ou animateurs jeunesse formés
- Règles imprimées ou guides visuels
- Trousse de premiers secours de base et point d'hydratation

Environnement d'apprentissage : adapté aux espaces intérieurs ou extérieurs tels que les salles de sport, les cours d'école ou les parcs communautaires. Convient parfaitement comme activité récurrente ou événement spécial.

Liens

- Commission européenne – Sport pour tous



Expérimentation – Vivre la discrimination

Description

« Faire l'expérience de la discrimination » est une activité expérientielle forte qui aide les participants à comprendre ce que l'on ressent lorsqu'on est confronté à des avantages ou des désavantages qui échappent à leur contrôle. À travers le mouvement et la réflexion, cet exercice simule les inégalités sociales et met en évidence l'impact de la discrimination sur l'estime de soi, les opportunités et la dynamique de groupe. L'expérience invite les participants à réfléchir aux privilèges, à l'empathie et à la responsabilité collective, tout en encourageant une discussion ouverte sur les mécanismes d'exclusion et les moyens de les combattre.

Pays

Mis en œuvre en France, en Roumanie et dans d'autres pays européens dans le cadre des ateliers Erasmus+ sur l'inclusion et la diversité.

Groupe cible

Jeunes et adultes âgés de 12 à 30 ans. Adaptable à différents niveaux de maturité et contextes éducatifs.

Compétences

- Empathie et intelligence émotionnelle
- Conscience sociale et responsabilité Esprit critique et réflexion
- Écoute active et communication
- Travail d'équipe et participation civique

Niveau de difficulté

Moyen

Pourquoi

La discrimination reste souvent un concept abstrait pour ceux qui ne la vivent pas directement. Cette activité permet aux participants de ressentir l'inégalité de manière sûre et guidée, créant ainsi un espace propice à la compréhension émotionnelle et à une conversation constructive.

Elle sensibilise aux obstacles systémiques et aide les participants à développer leur empathie, leur tolérance et un sens plus aigu de la justice et de l'inclusion.

Comment les jeunes et les animateurs jeunesse peuvent s'impliquer

- 1** Demandez aux participants de se tenir côte à côte sur une ligne de départ dans un espace ouvert. Expliquez-leur que l'activité simulera des situations de la vie quotidienne susceptibles de créer des inégalités.
- 2** Lisez à haute voix une série d'affirmations. Les participants avancent, reculent ou restent immobiles selon que chaque affirmation s'applique ou non à eux.
Exemples :
« Avancez d'un pas si vos parents pouvaient vous aider à faire vos devoirs. »
« Restez immobile si vous avez déjà été jugé en raison de votre apparence. »
« Avancez d'un pas si vous pouvez facilement exprimer votre opinion sans crainte. »
« Restez immobile si vous avez déjà été exclu ou traité de manière injuste. »
Au fur et à mesure que l'activité se déroule, la distance physique entre les participants augmente, symbolisant l'inégalité.
- 3** Une fois toutes les déclarations lues, invitez les participants à regarder autour d'eux et à observer où ils se trouvent. Demandez-leur ce qu'ils voient et ressentent.
- 4** Rassemblez tout le monde en cercle. Guidez la réflexion à l'aide de questions telles que :
« Qu'avez-vous ressenti en avançant ou en restant en arrière ? »
« Quelles émotions avez-vous ressenties en voyant les autres avancer ? »
« Qu'est-ce que cela nous apprend sur la discrimination dans la vie réelle ? »
Concluez en soulignant que l'objectif est de sensibiliser, et non de comparer les expériences ou de rejeter la faute sur quelqu'un.

Conseils pour les animateurs

- Préparez une atmosphère calme et sécurisante ; certaines déclarations peuvent susciter des réactions émotionnelles. Adaptez les exemples à l'âge, à la culture et à la sensibilité de votre groupe.
- Terminez par une activité de réflexion positive ou qui permet de se recentrer.
- Faites toujours un débriefing collectif et assurez-vous d'apporter votre soutien si des sujets sensibles sont abordés.

Logistique / Matériel

- Liste imprimée des déclarations
- Espace ouvert et sécurisé pour bouger
- Facultatif : musique de fond douce pendant la réflexion

Environnement d'apprentissage : idéal pour les salles de classe, les centres pour jeunes ou les espaces extérieurs permettant de se déplacer librement.

INCLUSION

Lettre à soi-même

Description

Lettre à soi-même est un exercice d'écriture réflexive qui invite les jeunes à faire une pause, à se connecter à leur for intérieur et à s'exprimer honnêtement. Les participants écrivent une lettre soit à leur futur moi, soit de la part de leur futur moi imaginaire, dans laquelle ils offrent des encouragements, des perspectives ou des conseils. Cette activité aide les participants à saisir un moment précis et à mettre en mots leur développement personnel. Elle peut être utilisée dans n'importe quel contexte éducatif ou de mobilité des jeunes, qu'il s'agisse de projets d'inclusion et de développement durable, d'entrepreneuriat, de bien-être numérique ou de citoyenneté active, car elle soutient l'une des dimensions les plus profondes de l'apprentissage : la conscience de soi et la recherche de sens.

Pays

International – utilisé dans le monde entier dans le cadre de programmes destinés aux jeunes, de coaching et de développement personnel.

Groupe cible

Jeunes âgés de 15 à 30 ans. Convient aussi bien à des contextes individuels (mentorat, coaching) qu'à des contextes de groupe (échanges de jeunes, Corps européen de solidarité, formation).

Compétences et aptitudes

- Conscience de soi et introspection
- Intelligence émotionnelle
- Réflexion et esprit critique
- Orientation vers les objectifs et autonomie
- Motivation et clarté intérieure
- Prise en charge de soi et résilience

Niveau de difficulté

Facile

Pourquoi

Dans l'éducation non formelle, l'apprentissage passe souvent par l'émotion et la réflexion. Cette pratique place le participant au centre de son propre parcours. Écrire une lettre à soi-même aide à reconnaître sa croissance, à exprimer ses défis et à renforcer sa confiance en soi.

La lettre devient un miroir symbolique, un message de gentillesse et d'encouragement qui aide les participants à rester connectés à leur apprentissage et à leur identité lors de transitions telles que le début ou la fin d'un projet, un changement ou une étape importante de leur vie.

Comment les jeunes et les animateurs jeunesse peuvent s'impliquer

- 1** L'animateur invite les participants à se rendre dans un espace calme propice à la réflexion :
« Aujourd'hui, vous allez écrire une lettre à vous-même, à la personne que vous êtes en train de devenir ou à celle que vous êtes déjà devenue. »
Les participants peuvent choisir l'une des options suivantes :
Une lettre à leur futur moi (par exemple, dans six mois)
Une lettre de leur futur moi à leur moi actuel,
- 2** Créez une atmosphère calme avec une musique douce ou en plein air. Encouragez les participants à écrire librement et honnêtement. Suggestions facultatives :
« Qu'est ce que je veux retenir ? »
« Voici ce que j'espère que tu as appris jusqu'à présent. » « Tu te débrouilles très bien pour... »
« Si tu oublies tout le reste, n'oublie pas ça. »
« Je sais ce qui te fait peur, et voici ce que je voudrais te dire. »
- 3** Les participants glissent leurs lettres dans des enveloppes. Ils peuvent :
Les conserver pour les ouvrir ultérieurement
Les laisser aux animateurs pour qu'ils les postent après 3 ou 6 mois
Les relire à la fin d'un projet ou d'un cycle d'apprentissage

Conseils pour les animateurs

- Créez un climat de sécurité émotionnelle ; le partage est facultatif.
- Présentez la lettre comme étant personnelle et confidentielle.
- Proposez une clôture symbolique (sceller ou attacher avec une ficelle).
- Si vous l'utilisez au milieu d'un projet, présentez-le comme un moment de bilan.
- Proposez un cercle de partage facultatif aux bénévoles qui souhaitent exprimer leurs sentiments ou leurs réflexions.

Logistique / Matériel

- Papier A4 ou papeterie
- Enveloppes
- Stylos
- Facultatif : autocollants, tampons ou ruban adhésif décoratif

Environnement d'apprentissage : convient aux espaces calmes, intérieurs ou extérieurs. Fonctionne mieux pendant les moments calmes, comme la réflexion matinale ou la clôture en soirée.

Lien

FutureMe – site internet



INCLUSION

Tenir un journal de la mobilité

Description

Tenir un journal pendant un séjour à l'étranger est une pratique réflexive qui favorise à la fois le développement personnel et la sensibilisation à l'environnement tout au long du séjour. Les participants sont encouragés à consigner leurs pensées, leurs émotions et leurs observations, soit librement, soit à l'aide de suggestions, en établissant un lien entre ce qu'ils vivent à l'extérieur (la nature, les gens, les pratiques locales) et ce qu'ils ressentent et apprennent à l'intérieur.

Cette méthode favorise la pleine conscience, l'observation et la recherche de sens. Elle aide les jeunes à ralentir, à remarquer les détails et à intégrer leurs expériences d'apprentissage, en particulier celles liées à la durabilité, aux écosystèmes, à la justice climatique ou au contact quotidien avec la nature.

Pays

International – adaptable à tout contexte et format de mobilité.

Groupe cible

Jeunes âgés de 15 à 30 ans. Convient à tous les types de mobilités de jeunes, y compris les échanges de jeunes, les cours de formation, les projets ESC et les programmes d'apprentissage mixte.

Compétences

- Réflexion et intégration de l'apprentissage
- Observation de l'environnement
- Littératie émotionnelle
- Conscience de soi et pleine conscience
- Esprit critique et recul
- Lien avec le lieu et la nature

Niveau de difficulté

Facile (adaptable à tous les niveaux de réflexion et d'expérience en écriture)

Pourquoi

L'apprentissage environnemental commence par la prise de conscience. La tenue d'un journal permet aux participants de ralentir et d'observer leur environnement, qu'il s'agisse d'une forêt, d'un parc ou d'un espace urbain. En écrivant

et en réfléchissant, ils assimilent ce qu'ils voient, ressentent et pensent, établissant ainsi un lien plus profond avec l'environnement et avec eux-mêmes.

La tenue d'un journal est un compagnon discret tout au long d'une expérience de mobilité, aidant les participants à transformer leurs observations et leurs émotions en apprentissage et en croissance personnelle.

Comment les jeunes et les animateurs jeunesse peuvent s'impliquer

1 Fournissez à chaque participant un journal ou un modèle numérique. Expliquez-leur qu'il s'agit d'un espace personnel où ils peuvent noter leurs réflexions, faire des croquis, recueillir des citations ou des éléments glanés au cours du voyage. Encouragez-les à personnaliser leur journal en le décorant ou en lui donnant un titre.

2 Prévoyez de courtes séances d'écriture (10 à 20 minutes) après des activités marquantes telles que :

- Promenades dans la nature ou visites environnementales
- Des débats ou des ateliers sur la durabilité
- Moments de réflexion tranquille ou ateliers de recyclage créatif

Exemples de questions :

« Qu'ai-je remarqué aujourd'hui à propos de cet endroit que je n'avais pas remarqué auparavant ? »

« Qu'est-ce qui me dérange dans la façon dont nous traitons l'environnement ? »

« Si j'étais un arbre, que dirais-je aux humains ici ? » « Quel petit changement ai-je envie d'apporter ? »

Vous pouvez également inviter les participants à tenir un journal ouvert, accompagnés d'une musique apaisante ou du silence extérieur.

3 Les participants relisent leurs anciennes entrées et réfléchissent à leur évolution :

- « Qu'est-ce qui a changé dans ma façon de penser ? »
- « Quelle entrée m'a le plus surpris ? »
- « Si je pouvais écrire un message au monde après cette expérience, que dirais-je ? »

Activités de clôture facultatives :

Partager une phrase anonyme sur un mur de réflexion
Créer un poème écologique collectif à partir d'extraits de journaux
Réaliser un collage ou une histoire visuelle à partir des moments forts du journal

Conseils pour les animateurs

- Insistez sur le fait qu'il n'y a pas de bonne ou de mauvaise façon de tenir un journal.
- Utilisez des matériaux recyclés et des fournitures de bureau écologiques dans la mesure du possible.
- Avant de commencer à écrire, prenez un moment pour faire silence ou observer vos sens.
- Combinez la tenue d'un journal avec des promenades écologiques, la cartographie sonore ou des activités de pleine conscience.

Logistique / Matériel

- Journaux ou cahiers (de préférence en papier recyclé)
- Stylos ou marqueurs
- Facultatif : autocollants, colle, découpes, éléments naturels
- Tapis ou coussins d'extérieur pour écrire confortablement

Environnement d'apprentissage : à l'intérieur ou à l'extérieur, idéalement après des expériences ou des transitions significatives. Convient aussi bien à une réflexion individuelle qu'en groupe.

Encouragez la poursuite de la tenue du journal après la fin de la mobilité.

INCLUSION

Arbre des compétences

Description

L'arbre des compétences est un outil visuel créatif et inclusif qui aide les jeunes à reconnaître leurs forces, leurs valeurs et leurs aspirations par rapport à leur future carrière ou à leur parcours d'apprentissage. À l'aide de la métaphore de l'arbre, les participants réfléchissent à leurs racines (expériences passées), leur tronc (compétences actuelles), les feuilles (valeurs) et les branches (objectifs futurs).

Cet exercice aide les jeunes à identifier leurs compétences transférables et à établir un lien entre leurs expériences de vie, leur employabilité et leur développement personnel. Il est particulièrement efficace pour les jeunes qui se sentent exclus des parcours professionnels traditionnels, tels que les NEET, les migrants ou les jeunes en décrochage scolaire.

Pays

Inspiré par la pratique issue de l'échange jeunesse Roumanie-Réunion coordonné par l'association EIVA et la Mission Locale Sud.

Groupe cible

Jeunes âgés de 16 à 30 ans, en particulier ceux qui ont un niveau d'éducation formelle ou une expérience professionnelle limités, y compris les NEET, les jeunes en décrochage scolaire et les jeunes migrants.

Compétences

- Conscience de soi et réflexion sur soi
- Pensée visuelle et créativité
- Reconnaissance des compétences transférables et non techniques
- Définition d'objectifs et planification de l'avenir
- Renforcement de la confiance
- Communication et expression

Niveau de difficulté

Facile

Pourquoi

Beaucoup de jeunes sous-estiment la valeur des compétences qu'ils acquièrent en dehors de l'école, comme prendre soin des membres de leur famille, aider la communauté ou surmonter des difficultés.

L'arbre des compétences aide à rendre visibles ces compétences invisibles. Il permet aux participants de

reconnaître ce qu'ils savent déjà et ce qu'ils sont capables de faire, ce qui renforce leur confiance et leur donne une orientation dans leur vie personnelle et professionnelle. En reliant l'identité, les valeurs et les aspirations, il aide également les participants à envisager des parcours professionnels significatifs, en accord avec qui ils sont.

Comment les jeunes et les animateurs jeunesse peuvent s'impliquer

- 1** L'animateur présente le concept de l'arbre des compétences :
« Nous avons tous des compétences, même si nous n'avons pas de CV. Dessinons un arbre qui représente ce que vous avez déjà construit et où vous souhaitez vous développer. »
- 2** Chaque participant dessine son propre arbre sur une grande feuille de papier :
Racines – Expériences passées qui les ont façonnés (par exemple, défis, loisirs, responsabilités familiales)
Tronc : forces ou compétences fondamentales qu'ils possèdent déjà (par exemple, empathie, résolution de problèmes, créativité)
Feuilles : valeurs personnelles et choses qui leur tiennent à cœur (par exemple, l'égalité, l'apprentissage, l'indépendance)
Branches – Rêves, idées de carrière ou domaines qu'ils souhaitent explorer (par exemple, l'éducation, l'art numérique, le travail dans le domaine de l'environnement)
Les participants peuvent écrire, dessiner ou utiliser du matériel de collage.
- 3** Les participants partagent une partie de leur arbre par deux ou en petits groupes et font des commentaires positifs tels que :
« Je vois comment cette racine donne de la force à ton rêve. »
- 4** Réflexion de groupe animée par le facilitateur : Quelle partie de votre arbre vous a surpris ? Quelle branche souhaitez-vous développer ensuite ? Qui peut vous aider à le faire ?

Conseils pour les animateurs

- Montrez l'exemple en créant votre propre arbre.
- Encouragez les participants à inclure des compétences informelles ou issues de leur expérience personnelle.
- Proposez des alternatives à ceux qui préfèrent dessiner ou parler plutôt qu'écrire.
- Permettez aux participants de garder leurs arbres privés s'ils le souhaitent.
- Célébrez la diversité des parcours et des définitions du succès.

Lien

- Youthpass – Cadre des compétences clés

Logistique / Matériel

- Papier A3 ou feuilles de tableau à feuilles mobiles
- Marqueurs ou stylos de couleur
- Facultatif : autocollants, magazines pour collages, ciseaux, colle

Environnement d'apprentissage : convient aux ateliers en intérieur ou aux cadres informels pour les jeunes ; adaptable aux sessions en extérieur dans des environnements calmes.



INCLUSION

Insultes et discrimination

Description

« Insultes et discrimination » est un atelier réflexif et participatif qui explore la manière dont le langage façonne les stéréotypes et l'exclusion. Les participants sont invités à exprimer les mots ou les insultes qu'ils ont entendus ou subis, puis à analyser ensemble leurs origines, leurs cibles et leurs impacts. L'activité crée un espace propice à la libération émotionnelle, à la prise de conscience et à la réflexion collective sur les mécanismes de discrimination, tout en renforçant l'empathie et le respect au sein du groupe.

Pays

Développé et animé en France dans le cadre de programmes d'éducation non formelle et d'inclusion des jeunes ; adaptable dans toute l'Europe.

Groupe cible

Adolescents et adultes âgés de 14 à 30 ans. Idéal pour les groupes engagés dans la lutte contre la discrimination ou l'éducation aux droits humains.

Compétences

- Empathie et compréhension interculturelle Esprit critique et intelligence émotionnelle Communication et conscience des conflits Dialogue respectueux et expression de soi Conscience de la diversité et de l'égalité

Niveau de difficulté

Moyen

Pourquoi

Le langage discriminatoire passe souvent inaperçu, même s'il affecte profondément les individus et les communautés. Cet atelier donne aux participants l'occasion d'exprimer, d'analyser et de déconstruire ces mots blessants dans un cadre sécurisant. Il encourage la prise de conscience de la manière dont le langage perpétue les stéréotypes et invite le groupe à créer ensemble des habitudes de communication respectueuses.

Comment les jeunes et les animateurs jeunesse peuvent s'impliquer

- 1** L'animateur explique l'intérêt d'étudier le langage en tant que reflet des préjugés et de la discrimination.
- 2** Les participants partagent, spontanément et sans jugement, les insultes ou les expressions blessantes qu'ils ont entendues. L'animateur les note de manière visible sur un tableau ou un tableau à feuilles mobiles.
- 3** En groupe, les mots sont classés en catégories : Insultes sexistes ou fondées sur le genre
Lié à l'orientation sexuelle Lié au handicap
Lié à l'origine ethnique, à la religion ou à l'âge

L'animateur guide une discussion sur les raisons pour lesquelles ces mots existent, ce qu'ils révèlent sur les attitudes sociales et leurs effets sur le sentiment d'appartenance des personnes.
- 4** Terminez la session par une réflexion collective :
« Qu'avez-vous ressenti en entendant et en nommant ces mots ? »
« Pourquoi ciblons-nous les autres à travers le langage ? »
« Que pouvons-nous faire pour changer notre façon de parler ? »
Encouragez les participants à créer ensemble des alternatives positives ou des engagements collectifs en faveur d'une communication inclusive.

Conseils pour les animateurs

- Créez une atmosphère sûre et respectueuse avant de commencer.
- Évitez d'isoler des personnes ou de vous concentrer sur des histoires personnelles sans leur consentement. Terminez toujours l'activité sur une note positive et tournée vers l'avenir.
- Idéalement, combinez cet exercice avec une activité calme ou créative après coup.

Logistique / Matériel

- Tableau à feuilles mobiles ou tableau blanc Marqueurs, post-its
- Facultatif : guide de réflexion imprimé

Environnement d'apprentissage : convient aux salles de classe, aux centres de jeunesse ou aux sessions de formation axées sur l'égalité et la communication.



INCLUSION

Cultionnaire

Description

« Cultionary » est un jeu de dessin et de devinettes rapide inspiré du Pictionary, conçu pour explorer la manière dont les stéréotypes apparaissent dans la façon dont nous représentons les personnes, les identités et les sujets sociaux. Travaillant en équipe, les participants dessinent un mot et essaient de le faire deviner à leurs coéquipiers le plus rapidement possible.

L'apprentissage clé se fait après chaque tour : le groupe fait une pause pour réfléchir à la manière dont le mot a été dessiné, aux symboles utilisés et aux raisons pour lesquelles certaines « images par défaut » reviennent sans cesse. Ce format ludique permet d'aborder plus facilement les stéréotypes, les clichés et la représentation de manière sûre et attrayante.

Pays

Utilisé en France dans le cadre de l'éducation non formelle et facilement adaptable aux activités interculturelles pour les jeunes.

Groupe cible

Adolescents et jeunes âgés de 12 à 20 ans. Convient aux écoles, aux centres de jeunesse et aux échanges de jeunes. Fonctionne avec 2 à 20 participants.

Compétences

Esprit critique et réflexion
Culture visuelle et conscience de la représentation
Travail d'équipe et communication
Écoute active et dialogue respectueux
Empathie et ouverture à la diversité

Niveau de difficulté

Facile

Pourquoi

Les stéréotypes apparaissent souvent inconsciemment dans les images que nous avons en tête. Lorsqu'on demande aux gens de dessiner « une fille », « une personne handicapée » ou « l'immigration », beaucoup reproduisent les mêmes symboles sans réfléchir à l'origine de ces images. Cette activité aide les participants à remarquer ces schémas et à comprendre que les stéréotypes peuvent « enfermer les gens dans des cases ».

Comme elle commence par un jeu, elle réduit la tension et ouvre la voie à une discussion honnête, à condition d'être animée avec soin et respect.

Comment les jeunes et les animateurs jeunesse peuvent s'impliquer

- 1** Divisez les participants en deux équipes. Préparez un tableau à feuilles mobiles, des marqueurs et un minuteur. Expliquez les règles : un dessinateur par équipe et par tour, le même mot pour les deux dessinateurs.
- 2** Un membre de chaque équipe reçoit le même mot. Il le dessine pendant que son équipe essaie de deviner le plus rapidement possible. La première équipe à deviner remporte 1 point.
La réponse doit être chuchotée à l'animateur/au meneur du jeu afin que l'autre équipe puisse continuer à deviner.
Temps de dessin : 15 secondes à 1 minute, selon la difficulté.
- 3** Exemples de mots à dessiner :
Un arbre, Une fille, Une personne handicapée, Un Chinois (ou un Africain), Un Mexicain, Le racisme L'immigration
- 4** Après chaque tour, faites une pause et discutez : « Comment avez-vous choisi de dessiner ce mot ? » « Quels détails avez-vous inclus en premier ? »
« Est-ce que nous dessinons souvent cela de la même manière ? Pourquoi ? » « Quels éléments pourraient être des clichés ou des stéréotypes ? »
Reliez la discussion à l'idée qu'un stéréotype est une image simplifiée qui peut limiter notre perception des personnes et de la réalité.

Conseils pour les animateurs

- Maintenez une atmosphère sûre et sans jugement : concentrez-vous sur l'apprentissage, pas sur le blâme.
- Encouragez les participants à expliquer leurs choix avec leurs propres mots.
- Faites attention aux mots liés à l'identité ; adaptez la liste au contexte et à la maturité du groupe.
- Si un dessin risque de renforcer des stéréotypes nuisibles, faites une pause en douceur et orientez la réflexion vers des alternatives.
- Faites de la place pour plusieurs représentations et rappelez au groupe que les personnes sont plus complexes que les symboles.

Logistique / Matériel

- Tableau à feuilles mobiles ou tableau blanc (ou grande feuille de papier)
 - Marqueurs
 - Minuteur/chronomètre
 - Liste de mots préparée
- Environnement d'apprentissage : salle de classe ou espace d'atelier suffisamment spacieux pour que les équipes puissent se réunir et voir clairement les dessins.

Remerciements

Nous exprimons notre gratitude à tous les animateurs jeunesse, facilitateurs et jeunes participants qui ont pris part aux activités FLOW, partagé leurs expériences et inspiré les méthodes rassemblées dans ce guide. Leur créativité, leur ouverture d'esprit et leur collaboration ont rendu cette publication possible. Nous remercions tout particulièrement le programme Erasmus+ de l'Union européenne, qui soutient l'éducation, la formation, la jeunesse et le sport à travers l'Europe et permet aux citoyens d'apprendre, de partager et de s'épanouir au-delà des frontières.

Nous remercions également nos agences nationales pour leur soutien et leurs conseils tout au long du projet :

Agence Erasmus+ France / Jeunesse et Sports

Agence nationale turque

Agence nationale roumaine pour les programmes communautaires dans le domaine de l'éducation et de la formation professionnelle (ANPCDEFP)

À nos organisations partenaires, collaborateurs locaux et bénévoles qui ont contribué à la facilitation, à la logistique et à la diffusion, merci d'avoir maintenu l'esprit de coopération et de nous avoir aidés à transformer des idées en opportunités d'apprentissage pour tous.

Conclusion

Les 30 étapes vers l'inclusion, la participation, l'environnement et la numérisation constituent un parcours commun d'apprentissage, de curiosité et de connexion.

Chaque activité présentée ici a été façonnée par des personnes réelles, des expériences réelles et un désir sincère de rendre l'éducation plus inclusive et plus significative.

Ce guide appartient à tous ceux qui l'utilisent, l'adaptent et le partagent. Il invite les éducateurs, les animateurs socio-éducatifs et les jeunes à continuer d'explorer l'apprentissage non formel, à questionner, à créer et à agir ensemble pour un changement positif.

Alors que le projet FLOW touche à sa fin, son essence perdure partout où ces pratiques sont appliquées, que ce soit dans une salle de classe, un parc, un centre communautaire ou un espace en ligne. Chaque fois qu'un jeune apprend par le dialogue, l'expression et la réflexion, le projet continue de vivre.



**Funded by
the European Union**