

La Ronde des Lucioles

Un programme de prévention des violences sexuelles
par le renforcement des compétences psychosociales

Retour d'expériences

Mars 2024



J. Turquaud, mars 2024

Réalisé par : Stéphanie CHALLIER et Cécilia SALLE, chargées de projets en promotion de la santé au Pôle Loire-Atlantique de l'IREPS Pays de la Loire à Nantes

Date : Mars 2024

Diffusion : irepspdl.org

Dernière vérification des liens pour les ressources en ligne présentées dans ce livret : mars 2024

Contexte national

Agir contre les violences sexuelles dans notre société est une urgence sanitaire, sociale et humaine qui doit susciter les engagements de chacun et de chacune d'entre nous. Les chiffres illustrent l'ampleur de ce phénomène. D'après les données du Baromètre santé 2016 de Santé publique France, « 18,9 % des femmes et 5,4 % des hommes de 18 à 69 ans déclarent avoir déjà été confronté.e.s à des rapports forcés ou à des tentatives de rapports forcés au cours de leur vie »(1). Depuis 2017, la multiplication des révélations relatives aux violences sexuelles faites aux personnes, au cours de leur enfance montre à quel point il est urgent d'agir en amont de ces violences.

En 2020 et 2021, l'INSERM a mené une enquête pour le compte de la Commission Indépendante sur les Abus Sexuels dans l'Eglise Catholique (CIASE) et les données sont accablantes. Les résultats obtenus sont cohérents avec ceux de la dernière enquête menée sur le sujet par Santé publique France, dans le Baromètre santé 2016. L'enquête confirme que tous les milieux sociaux sont touchés, et que dans la très grande majorité des abus, 95 % sont commis par des hommes. Le cadre familial, selon l'enquête, reste le lieu le plus propice aux abus sexuels en effet, 3,7% des Français ont subi une agression par un membre de leur famille avant l'âge de 18 ans.

En juillet 2020, le gouvernement annonce la création d'une commission : la CIIVISE, Commission Indépendante sur l'Inceste et les Violences Sexuelles faites aux Enfants (2) dont l'objectif est d'« accompagner un changement de société, pour permettre à la France de s'engager de manière déterminée pour une protection des mineurs, par l'instauration d'une culture de la prévention et de la protection ». Elle n'a pas vocation à se substituer à la justice mais plutôt de faire connaître l'ampleur de ce phénomène en France et de pouvoir davantage sensibiliser les citoyens à cette question, in fine, de pouvoir renforcer la prévention et protection des mineurs.

Dans ses conclusions intermédiaires en mars 2022, la CIIVISE a préconisé "le déploiement de programmes de formation pour tous les professionnels impliqués dans la protection de l'enfance et la lutte contre les violences sexuelles (préconisation 18). *"Afin d'assurer la cohérence des interventions interprofessionnelles dans les situations de violences sexuelles faites aux enfants, il est indispensable de développer une culture commune des mécanismes des violences, de la stratégie des agresseurs, des compétences et devoirs de chaque intervenant – autrement dit, de la chaîne de la protection."*(2)

Dans son rapport final en novembre 2023, « *Violences sexuelles faites aux enfants : on vous croit* », la CIIVISE restitue ces trois années d'engagement, livre son analyse des violences sexuelles faites aux enfants et présente des préconisations de politique publique. *"La réalité peut être décrite en quelques chiffres : 160 000 enfants sont victimes de violences sexuelles chaque année, 8 victimes sur 10 sont des victimes d'inceste, 1 victime d'inceste sur 4 avait moins de 5 ans au moment des faits, l'âge médian de la première violence sexuelle intrafamiliale est de 7 ans pour les filles et 8 ans pour les garçons, l'impunité des agresseurs et l'absence de soutien social donné aux victimes coûtent 9,7 milliards d'euros chaque année en dépenses publiques. Les deux tiers de ce coût faramineux résultent des conséquences à long terme sur la santé des victimes. La réalité c'est d'abord le présent perpétuel de la souffrance."*(5)

Une prise de conscience collective a contribué à lever des tabous et a souligné la nécessité d'agir. Il est désormais impossible de nier l'urgence de travailler sur les déterminants de la violence dans notre société.

Les conséquences sur la santé sont importantes et représentent un enjeu majeur de santé publique.

Les victimes de violences sexuelles pendant l'enfance peuvent présenter des troubles immédiats et qui s'aggravent à l'âge adulte. Ces différents troubles et pathologies les entravent durablement dans toutes les dimensions de leur vie (affective, familiale, relationnelle et professionnelle).

« *Les victimes de violences sexuelles dans l'enfance ont davantage de troubles de santé mentale – notamment les femmes – et ont un risque d'avoir tenté de se suicider au cours de la vie nettement plus élevé que les personnes n'ayant pas vécu cet événement.* » (4)

Pour en savoir plus sur les conséquences des violences sexuelles sur les enfants et les adolescents, consultez le livret de formation Violences sexuelles faites aux enfants, repérer et signaler, livret de formation des professionnels, **Mélissa et les autres**, pp. 21-30 (3)

(1) **Genre et sexualité. D'une décennie à l'autre. Baromètre santé 2016.** N. Bajos, D. Rahib, N. Lydie. Santé publique France, 2018. 6 p. En ligne <https://www.santepubliquefrance.fr/determinants-de-sante/sante-sexuelle/documents/enquetes-etudes/barometre-sante-2016-genre-et-sexualite>

(2) **Violences sexuelles : protéger les enfants. Conclusions intermédiaires. CIIVISE** (Commission indépendante sur l'inceste et les violences sexuelles faites aux enfants), 31 mars 2022 En ligne <https://www.ciivise.fr/les-conclusions-intermediaires/>

(3) **Violences sexuelles faites aux enfants. Repérer et signaler. Livret de formation des professionnels "Mélissa et les autres"**. J. Bedeau, CIIVISE (Commission indépendante sur l'inceste et les violences sexuelles faites aux enfants), 2022. En ligne : <https://www.ciivise.fr/melissa-et-les-autres/>

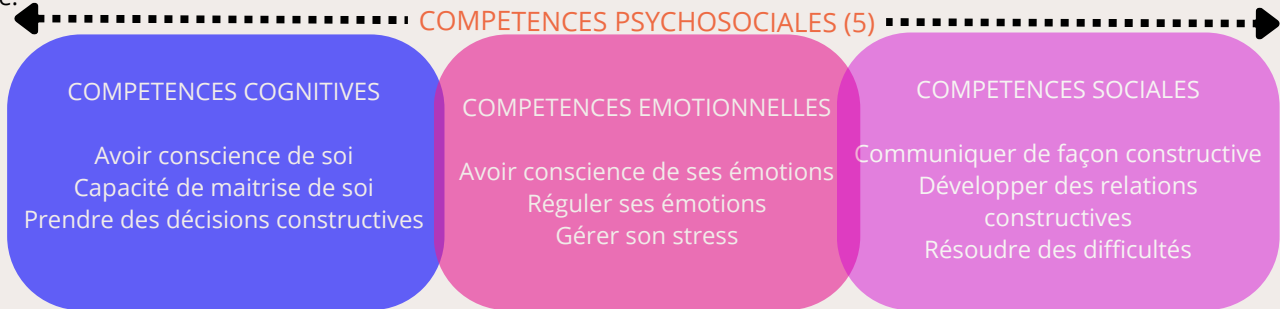
(4) **État de santé mentale des personnes déclarant des antécédents de violences sexuelles avant l'âge de 15 ans – résultats du Baromètre de Santé publique France 2017.** M. Gorza, C. Léon, L. Lasbeur. BEH (Bulletin Épidémiologique Hebdomadaire) 2019. n° 26-27 pp. 540-548. En ligne : http://beh.santepubliquefrance.fr/beh/2019/26-27/2019_26-27_5.html

(5) **Violences sexuelles faites aux enfants : "on vous croit". Rapport public.** CIIVISE (Commission indépendante sur l'inceste et les violences sexuelles faites aux enfants), 2023. En ligne : <https://www.ciivise.fr/le-rapport-public-de-la-ciivise/>

Les compétences psychosociales

Les compétences psychosociales : un levier pour agir

Les compétences psychosociales (CPS) constituent un ensemble de compétences cognitives, émotionnelles, et sociales interreliées qui aident les individus à naviguer dans la vie quotidienne, à gérer leurs émotions, à interagir avec les autres et à faire face aux défis de la vie.



Les CPS sont des leviers pour promouvoir la santé, elles contribuent à l'amélioration du bien-être. Les CPS jouent un rôle crucial en éducation sexuelle en aidant les enfants à développer des connaissances et des compétences qui les protègent contre les agressions sexuelles. Au regard des objectifs de l'éducation sexuelle chez les tout-petits, le renforcement des CPS constitue un socle indispensable pour que les enfants aient des compétences pour réagir aux événements de la vie.

La communication ouverte et honnête avec les enfants favorise un environnement sûr où l'enfant se sent à l'aise de poser des questions et d'exprimer des préoccupations. Cela renforce leur confiance en eux et leur capacité à parler des situations inconfortables voir dangereuses. Si un adulte a un comportement inadapté, gênant, voir effrayant envers un enfant, l'enfant qui aura déjà entendu dans son environnement parler de la question du corps, viendra plus naturellement se confier, ou échanger avec une personne de confiance.

Il est indispensable de créer un environnement où les tout-petits se sentent en sécurité pour poser des questions et exprimer leurs préoccupations concernant leur corps. Soulignons que ces discussions **doivent être adaptées au niveau de développement et à l'âge des tout-petits**. Les adultes doivent être réceptifs et fournir des réponses appropriées à leurs questions, en utilisant un langage adapté à leur âge. L'ensemble des adultes qui gravitent autour des enfants doivent adopter une posture bienveillante et congruente et s'interroger en équipe avant de commencer un projet de renforcement des compétences psychosociales. **La posture est un élément essentiel de la réussite du projet.**

Promouvoir les relations égalitaires entre les filles et les garçons, est un socle pour construire des relations harmonieuses entre les personnes. Il s'agit en premier lieu de déconstruire les rapports de domination à travers des échanges autour d'images. Les enfants savent qu'ils ont le droit de penser par eux-même. Qu'ils ou elles soient né.e.s fille, garçon ou personne intersexe, quelque soit son expression et identité de genre, nous les accompagnons pendant les ateliers à observer le monde avec un regard ouvert et non jugeant, à développer leur pensée critique et créative.

Développer l'estime de soi à travers des activités sur les qualités aide l'enfant à se sentir aimé, valorisé, reconnu dans ce qu'il est. Cela peut se faire en encourageant les compétences, en valorisant leurs réalisations et en les aidant à comprendre leurs émotions et celles des autres. Une bonne estime de soi aide à affronter les épreuves de la vie et contribue à identifier les situations de violence.

Parler du corps avec les tout-petits est une étape essentielle de leur développement et de leur éducation sexuelle. Permettre une meilleure connaissance du corps contribue au respect de leur propre corps, ainsi que celui des autres. Pour cela, il est primordial d'utiliser les **termes anatomiquement corrects pour les différentes parties du corps**, y compris les organes génitaux tout en restant attentifs aux termes utilisés par les enfants eux-mêmes. **Le vocabulaire précis apporte des outils supplémentaires aux enfants pour communiquer clairement leurs besoins ou leurs préoccupations.** Les tout-petits découvrent aussi qu'il est possible d'être autonomes dans leur propre hygiène et sont incités à développer des habitudes saines. Les adultes peuvent soutenir cette autonomie en fournissant des instructions adaptées à leur âge et en les encourageant à accomplir ces tâches par eux-mêmes.

Il est fondamental d'aider les tout-petits à reconnaître et à **respecter leurs propres limites**, ainsi que celles des autres. Ils apprennent qu'ils ont **le droit et le pouvoir de dire "non"** lorsqu'ils sont mal à l'aise par un regard inadapté posé par un adulte, par un geste ou un mot inapproprié ou lorsqu'ils ne veulent pas être touchés d'une certaine manière. La lecture d'ouvrage associée aux manipulations de pâte à modeler ont favorisé la compréhension des tout-petits **sur le respect de la bulle d'intimité**. Les enfants apprennent que les adultes doivent également respecter leurs limites et ne pas forcer les enfants à des contacts physiques non souhaités. Les enfants ont des éléments pour distinguer les touchers appropriés des touchers inappropriés. Ils comprennent que leur corps leur appartient, qu'il y a des parties intimes et privées. Personne n'a le droit d'y toucher sans leur consentement, y compris entre enfants. Sauf dans certaines situations spécifiques, comme lors des soins médicaux et d'hygiène. Et même dans ces situations, des précautions sont à prendre en compte (explication des soins portés à l'enfant, prendre le temps de demander son accord...). Les enfants comprennent que les adultes doivent être à l'écoute de leurs préoccupations liées à leur intimité.

(5) Les compétences psychosociales : l'essentiel à savoir. Santé publique France (2023). En ligne : <https://www.santepubliquefrance.fr/competences-psychosociales-cps>

Travailler avec les acteurs de la communauté éducative et les enfants sur l'affirmation de soi, la communication à travers des activités qui vont permettre aux enfants de pouvoir dire "non" est un outil fondamental dans la protection des enfants. Il est toutefois nécessaire de rappeler que cela reste un outil à leur disposition, **mais qu'il n'est pas toujours aisé de pouvoir dire "stop"** à des comportements inappropriés. **S'entraîner à dire "Non Stop Arrête"** favorise le développement de compétences en matière de consentement, renforce leur capacité à s'affirmer et à se protéger. Instaurer dans les habitudes et la culture des enfants le fait de parler facilement aux adultes de leurs limites, de leur intimité, de leur corps, va renforcer davantage encore leurs protections.

A travers la compétence "Savoir demander de l'aide" nous travaillons le fait de penser, et de nommer une personne de confiance qui aide l'enfant à se sentir en sécurité et lui donne la possibilité de dire, de partager un doute, de dévoiler une agression. Savoir qu'il peut parler à un adulte et que l'adulte doit l'écouter va permettre de créer un maillage de sécurité autour de lui. Inciter également l'enfant à parler jusqu'à ce qu'un adulte l'écoute.

Nous avons aidé les enfants à identifier les situations à risques, et les comportements inappropriés sans les effrayer. La peur n'est pas une stratégie efficace en terme de prévention. Cette séquence a été pensée et est abordée en fin de programme, et elle fait le lien avec les séquences précédentes, de façon à **ne pas faire violence quand on aborde plus clairement les situations de violences sexuelles**.

Les tout-petits sont ainsi informés des mesures de sécurité de base pour protéger leur corps à l'aide d'affiches du programme. Cela comprend des situations interdites qui pourraient les mettre en danger. **Il est également important de leur apprendre comment demander de l'aide si quelque chose d'inapproprié se produit.**

Les compétences psychosociales, telles que l'empathie, la résolution de problèmes et la gestion des émotions, sont essentielles pour les tout-petits. En les aidant à développer ces compétences, les intervenant.e.s leur donnent des outils nécessaires pour établir des relations saines et identifier les comportements inappropriés.

Animer des temps sur les émotions à partir d'activités adaptées à l'âge des enfants contribue aussi à la prévention des violences sexuelles. Comprendre ce qui se passe dans leur cœur, dans leur tête et dans leur corps en y associant des jeux sur les sensations physiques est crucial. Le corps, ses sensations, ses émotions sont des éléments qui peuvent alerter l'enfant **sur la non-normalité d'une situation ; L'enfant pourrait ainsi reconnaître les signaux que le corps lui envoie, et pourrait le traduire " Là y 'a un truc qui ne va pas en moi, mon corps me dit que ce n'est pas normal".**

Nous avons pour compléter nos interventions, sensibilisé les équipes éducatives sur les signes de violences sexuelles, sur la question du dévoilement, sur le protocole de l'Éducation nationale et sur les moyens de prévention.

Nous avons informé les parents du programme déployé dans l'école de leurs enfants, lors de l'organisation d'une réunion. **La sensibilisation des professionnels de l'éducation et l'information aux parents sont importants pour favoriser l'adhésion, la motivation et relever les possibles difficultés ou appréhensions que le programme pourrait susciter.** En France, l'éducation à la sexualité est obligatoire depuis 2001 à raison de 3 séances par an de la classe de CP à la Terminale. Force est de constater que mettre en place et animer des séances d'éducation à la vie relationnelle affective et sexuelle est complexe et nécessite souvent d'être accompagné. L'éducation à la sexualité auprès des enfants doit pouvoir se faire de façon naturelle pendant les cours et à la maison, il manque encore des outils pour aider les parents à cette éducation, et notre culture Française est encore trop enracinée dans des rapports de domination. Il reste encore beaucoup à faire !

Les compétences personnelles et relationnelles des adultes qui interviennent dans les séances de développement des CPS sont leurs premiers outils de travail. Il est donc essentiel de réfléchir sur son aptitude personnelle à intervenir. **Se référer au cartablecps.org>animer des séances>La pédagogie>LA PEDAGOGIE Renforcer les CPS, oui mais comment ?**

Ce programme est en évolution constante, en fonction des réactions observées des enfants, il ne se veut pas dogmatique. D'autres outils peuvent continuer à alimenter les séquences.

Pour conclure, soulignons que la prévention des violences sexuelles est un effort continu et multidimensionnel. Il est également essentiel que des mesures politiques et judiciaires continuent de se développer.

Comment accueillir la parole de l'enfant en cas de dévoilement ? Quel est le protocole en cas de dévoilement ?

Voici ici un document qui permettra à l'animateur.rice de s'inscrire dans la meilleure posture possible pour accueillir la parole de l'enfant face à une situation de dévoilement.

Consultez le **Vadémecum violences intrafamiliales : comprendre, prévenir, repérer et agir**. Ministère de l'Éducation Nationale, 2022, p. 22

En ligne : www.eduscol.education.fr/2959/focus-prevention-des-violences-sexuelles-intrafamiliales-l-ecole

Rappelons qu'il est essentiel de ne pas rester seul.e en tant que professionnel.le face à une situation de dévoilement de violences sexuelles ou de maltraitance. Parlez-en à votre direction, à vos collègues.

Le programme

A l'origine des expérimentations de ce programme de prévention des violences sexuelles, il y a eu une demande, puis deux...et l'IREPS est à présent régulièrement contactée.

En 2021, une école maternelle et élémentaire de Loire-Atlantique contacte l'IREPS des Pays de la Loire à la suite d'événements traumatisants qui se sont déroulés au sein de l'établissement. L'équipe éducative souhaite mettre en place un programme de prévention des violences sexuelles pour des classes de maternelles, CP et CE1.

LANTERNE (4), programme de prévention des violences sexuelles, développé par la fondation Marie-Vincent au Québec a été proposé par l'IREPS et accepté par l'école. Au fil du programme, et au regard des besoins exprimés par les enfants, le parcours a été enrichi pour laisser une place plus importante encore, au renforcement des compétences psychosociales. Des outils, des rituels, ont été apportés au programme initial pour s'adapter aux enfants, à notre culture française et à la dimension collective de nos interventions.

Le programme que nous proposons s'adresse aux jeunes enfants de 3 à 8 ans et aux adultes qui gravitent autour d'eux.

En 2022, une autre école en Loire-Atlantique sollicite l'IREPS pour mettre aussi en place un programme de prévention des violences sexuelles. Le projet se veut de plus grande ampleur. La direction de l'école souhaite que tous les élèves bénéficient du programme : de la maternelle au CM2. Nous sollicitons donc l'équipe d'animateur.rices périscolaires de la commune que nous sensibilisons à la prévention des violences sexuelles avec les enseignant.e.s.

Nous organisons une réunion d'informations à destination des parents pour permettre de répondre à leurs questions et soulever des craintes éventuelles.

Nous animons ensuite les séances auprès des enfants pour que les animateurs, animatrices et enseignantes nous observent en classe pendant les ateliers, de façon à reproduire les séances dans les classes où nous ne pouvons être présentes. Nous expérimentons de nouveau le programme dans deux classes de Moyenne section et CE1. Toute l'école bénéficie du programme grâce à l'observation des animateurs et animatrices de la commune puis la reproduction et l'adaptation des séances dans chaque classe. Nous avons dû bien entendu adapter les outils pour qu'ils soient en cohérence avec la maturité et l'âge des enfants pour les élèves de CM (cycle 3).

La progression a été pensée par l'IREPS Pays de la Loire pour aider la compréhension et l'intégration graduelle des apprentissages par les enfants. Les outils proposés sont empruntables dans les centres de ressources documentaires de l'IREPS :

www.irepspdl.org/page-7-0-0.html Retrouvez en fin de livret les références bibliographiques.

Le nom du programme a été réfléchi et choisi par l'équipe de l'IREPS des Pays de la Loire du Pôle Loire-Atlantique. Nous avons souhaité rester dans le champ lexical de la "lumière" en référence aux programmes déjà existants d'éducation à la vie relationnelle affective et sexuelle des enfants. La ronde évoque la veille, la coopération, le travail en équipe et en réseau. La ronde symbolise le maillage dans un objectif de prévention et de protection des enfants des violences sexuelles.

Ce programme propose 8 séances d'intervention auprès des enfants à raison d'une toutes les 2 à 4 semaines, et des exercices pratiques entre les séances faits par les enseignant.e.s.

Nous avons tiré des enseignements de l'expérience déployée dans ces deux écoles et nous avons choisi de partager notre aventure avec les professionnels qui souhaitent eux aussi s'inscrire dans cette démarche de prévention. L'objectif de ce guide est d'aider les professionnels qui travaillent auprès des tout-petits à mettre en place des séances d'éducation à la sexualité en prévention des violences sexuelles. Nous espérons que ce support permettra aux professionnels d'aider les enfants à s'ouvrir sereinement vers une éducation à la sexualité adapté à leur âge et leur niveau de développement psychosexuel.

Nous remercions chaleureusement la fondation Marie-Vincent pour leur accueil lors de nos échanges. Nous remercions également les relectrices de l'IREPS Pays de la Loire : Juliette Grondin Directrice du Pôle Loire-Atlantique de l'IREPS, Anne-Claire Grimaud Chargée de projets, Stéphanie Bernard, assistante administrative et de gestion, Cathy Barot, documentaliste et Josiane Hamy, membre du C.A de l'IREPS pour ses conseils et son expérience sur le sujet de la prévention des violences sexuelles chez les enfants.

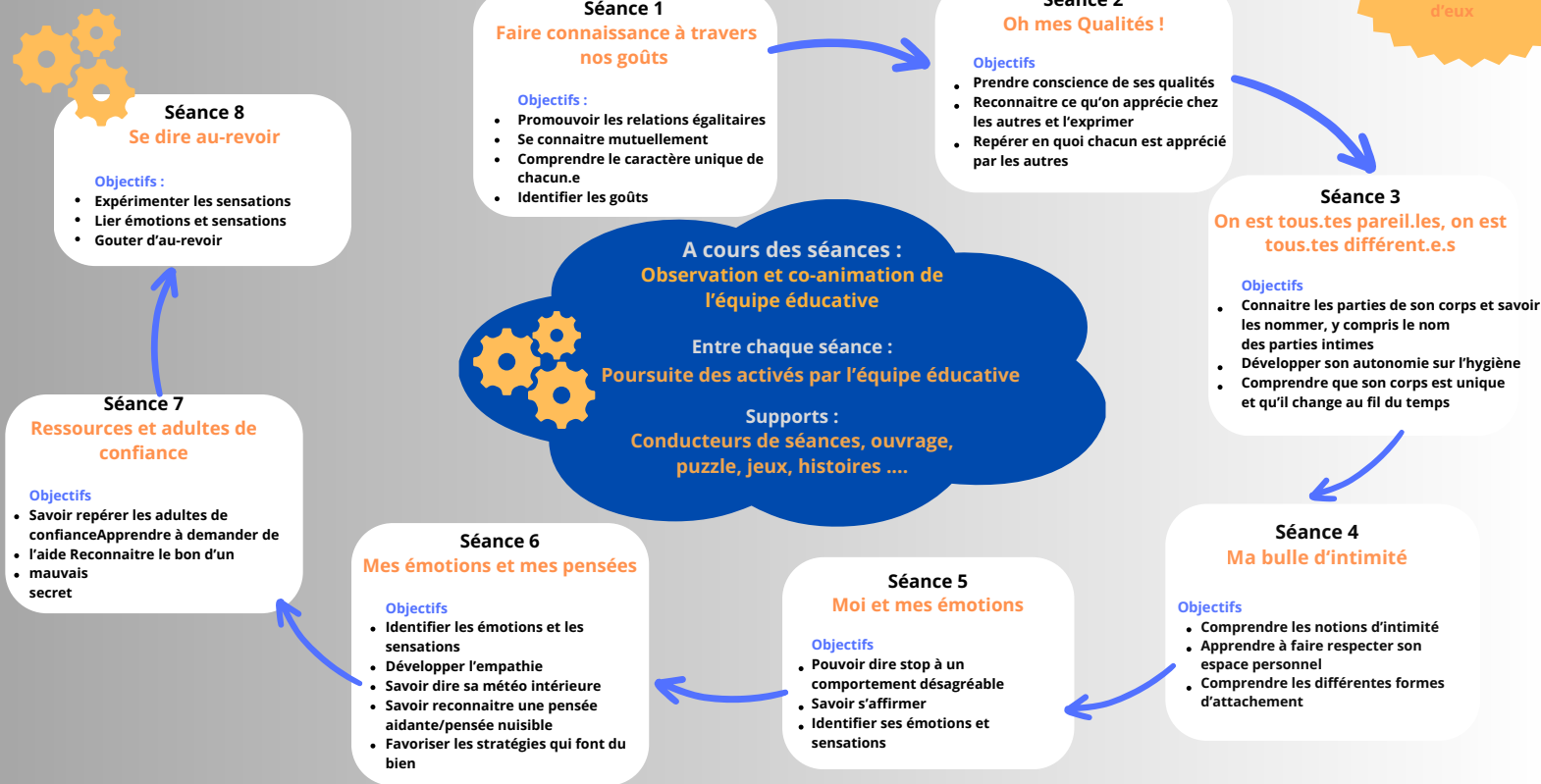
(4) **Programme Lanterne : protéger nos tout-petits de la violence sexuelle.** Montréal : Fondation Marie-Vincent, 2019

En ligne : www.Marie-Vincent.org

Le programme

Objectif :
Prévenir les violences
sexuelles chez les
enfants par le
renforcement des
compétences
psychosociales

Programme enfant de
3 à 8 ans et adultes
qui gravitent autour
d'eux



Séance type

- Accueil et retour de la séance précédente
- Rituel de début
- 1 ou 2 voire 3 activités (en grand groupe et/ou en sous groupe)
- Une phase d'échange et d'analyse avec les enfants
- Rituel de fin

1

Faisons connaissance à travers nos goûts



de 20/45 min à 1 h



Maternelle-CP-CE1

"S'interroger sur "qui je suis ?" et se présenter à partir de ses goûts sont les points de départ d'une réflexion sur les différentes composantes de l'identité.

Le travail sur les points communs et les différences, vient enrichir par effet miroir la connaissance de soi et la connaissance de l'autre.

Les notions d'appartenance à des groupes multiples conduisent à mieux se connaître soi-même à travers le groupe.

La promotion des relations égalitaires permet aux enfants de bâtir des relations saines et respectueuses et de développer leur plein potentiel, elle vise à protéger les enfants de la violence sexuelle."

www.cartablecps.org



Objectif de la séance

Promouvoir les relations égalitaires
Se connaître mutuellement
Connaitre ses champs d'intérêt
Comprendre le caractère unique de chacun.e
Identifier ses goûts
Développer une image positive de soi



Matériel et outils

- Causeries *Je suis moi, tu es toi, nous sommes égaux!* et *Diversifier mes activités*, du cahier-causerie Dis-moi tout Marvin, programme Lanterne, Fondation Marie-Vincent
- *Toi comme moi* - M. Sansregret, G. Beaupré, Fondation Marie-Vincent, 2018 24 p. [Imagier]
- Activités du cartable des CPS
- Musique
- Samback la mascotte



Les grandes étapes

1. Accueil
2. Pose du cadre
3. Présentation des animatrices et animateurs
4. "Avance qui comme moi" (cartable des CPS) variante de "Se lève qui" (cartable des CPS)
5. Echange autour des causeries du Programme Lanterne
6. Lecture d'ouvrage enfant
7. Rituel de fin " Les petits riens et petits délices"



Accueil

1. Accueil
2. Présentation des objectifs
3. Présentation des modalités de l'atelier (rythme, temps, etc...)

Les animateurs et animatrices attendent le silence qui arrive tranquillement pour dire bonjour et pour se présenter ainsi que la mascotte Samback.

Présentation des animateurs et animatrices, leur rôle :

"Bonjour, nous sommes très content.e.s d'être avec vous aujourd'hui.

Samback est notre compagnon de route, il va nous aider à travailler et à réfléchir ensemble."

Présentation du programme :

"Nous sommes ici pour apprendre à grandir ensemble et à vivre ensemble, à se sentir bien dans sa tête, dans son corps et avec les autres. Nous allons être ensemble jusqu'au mois de ..., Nous viendrons 8 fois. Nous allons faire des activités, des jeux, des exercices, des échanges."

5'

Rituel de début

"Swizz"

Maternelle

Objectifs :

- Se situer dans un groupe
- Créer une dynamique
- Favoriser la concentration

Matériel :

Activité du Cartable des compétences psychosociales - IREPS Pays de la Loire

En ligne : www.cartablecps.org/page-17-23-0.html

Déroulement :

Les participant.e.s forment un cercle avec l'intervenant.e.

Consigne :

Pour chaque mouvement, laisser un temps d'expérimentation et un tour de cercle pour que les participant.e.s puissent s'approprier les mouvements et les réutiliser ensuite.

Faire une ronde/donner un mouvement simple et le faire les uns après les autres :

- 1 - Tape dans tes mains
- 2 - Tape avec les pieds
- 3 - Main sur les hanches
- 4 - Tête en haut en bas
- 5 - Touche ta tête
- 6 - On secoue son corps
- 7 - On tourne sur soi-même

10'



Séance 1

Rituel de
début

"Swizz"

GS-CP-CE1...

Objectifs :

- Se situer dans un groupe
- Créer une dynamique
- Favoriser la concentration

Matériel :

Activité du Cartable des compétences psychosociales - IREPS Pays de la Loire
En ligne : www.cartablecps.org/page-17-23-0.html

Déroulement :

Les participant.e.s forment un cercle avec les animateurs et animatrices,
Consigne :

"Nous allons nous passer une boule d'énergie. Mais pas de n'importe quelle manière ! Pour cela, nous allons réaliser des mouvements et des sons (en titre) qui détermineront son parcours dans le cercle."

Pour chaque mouvement, laisser un temps d'expérimentation et un tour de cercle pour que les participant.e.s puissent s'approprier les mouvements et les réutiliser ensuite.

Le ya (son)

Mouvement du bras droit, du haut vers le bas vers la gauche (la boule d'énergie va vers la gauche)

Le swizz/ le holdem

Le bras gauche fait une vague vers la droite (la boule d'énergie va vers la droite)

Le zap

On frappe dans ses mains en les frottant puis on désigne quelqu'un avec le doigt, à qui on transfère la boule d'énergie dans le cercle.

Chabalok

Croiser les poignets devant soi à hauteur de poitrine. C'est un blocage qui renvoie la boule d'énergie à l'envoyeur.

Boule de bowling

Un.e participant.e fait rouler une boule de bowling au sol. Les autres doivent sauter pour l'éviter. L'animateur.rice.s récupère la boule et relance l'énergie.

Boule de feu

Bras tendus à l'horizontal, poignets joints, mains l'une sur l'autre, ouvertes (position de lancement de la boule de feu dans Dragon Ball Z)

Les autres participant.e.s l'évitent en se penchant en arrière comme dans Matrix. L'animateur.rice la récupère.

L'ascenseur

Une personne appuie sur le bouton et tout le monde descend lentement. Il faut attendre qu'une autre personne du groupe appuie sur le bouton à nouveau pour pouvoir remonter lentement.

Fanfare brésilienne

Tout le monde se déplace et change de place dans le cercle en chantant comme au carnaval !

Olé colère !

La colère se déclenche quand un.e participant.e se trompe. Le/la participant.e tape des pieds et crie. Quand la colère est terminée, tout le monde dit ensemble « Olé ! »

Chaque participant.e peut enfin choisir un mouvement de son choix et permettre à la boule d'énergie de circuler.

Les animateurs et animatrices, en fonction de son groupe, pourront choisir de ne faire que quelques mouvements ou d'établir une progression. Rituel de séance 1 : le ya/ le swizz

Rituel de séance 2 : ajouter le zap

Rituel de séance 3 : ajouter le chabalok

Rituel de séance 4 : ajouter la boule de bowling

Et ainsi de suite...

10'



Séance 1

Objectifs :

- Observer les ressemblances et les différences au sein d'un même groupe
- Prendre conscience de leur intérêt
- Prendre conscience de l'appartenance à des groupes multiples

Matériel :

Activité du Cartable des compétences psychosociales - IREPS Pays de la Loire
En ligne : www.cartablecps.org/page-17-18-0.html

Déroulement :

L'intervenant.e énonce des phrases et demandent aux enfants de s'avancer s'ils se sentent concernés

"Avance qui comme moi" celles et ceux qui :

- qui ont les yeux bleus
- qui aiment quand il pleut
- qui aiment aller à l'école à pied
- qui prennent du lait au petit déjeuner
- qui détestent qu'on se moque de lui
- qui aiment sauter dans des flaques d'eau
- qui aiment le chocolat
- qui aiment jouer à la poupée
- qui aiment danser
- qui aiment se déguiser
- qui aiment jouer au foot

Prise de conscience / analyse :

Avez vous trouvé cette activité agréable ? pas agréable ?

A quoi sert cette activité selon vous ?

On est tous différents et parfois on partage les mêmes goûts, les mêmes idées, les mêmes avis et parfois non. On a parfois des points communs.

Que peut-on retenir ? Que dans la vie on fait partie de plusieurs groupes, divers et différents ?

10'

Maternelle-CP-CE1...

Activité
du cartable des CPS
variante de
" Se lève qui ?"

"Tous
différents,
tous
pareils"

Maternelle

Objectifs :

- Comprendre qu'un enfant peut faire des choix selon ses préférences, peu importe son sexe biologique
- Développer son ouverture d'esprit par rapport à la diversité

Matériel :

Toi comme moi

M. Sansregret, G. Beaupré, Fondation Marie-Vincent, 2018, 24 p. [Imagier]

10'

Déroulement :

Présenter les images.

Prise de conscience / Analyse :

Prise de conscience tirée des causeries *Je suis moi, tu es toi, nous sommes égaux!* et *Diversifier mes activités* du cahier-causerie "Dis-moi tout Marvin...", du programme Lanterne, Fondation Marie-Vincent. En annexe p. 2



"Rituel
de fin"

L'animateur ou animatrice, lit deux ou trois petits délices à partir de l'album :

Les Petits riens et Petits délices

E. Bami, P. Bertrand, Editions du Seuil jeunesse, 2012, 134 p.

Au revoir ! On se revoit bientôt

5'

Ce qu'il s'est passé pendant la séance



Objectifs : Prolonger la séance 1

- Comprendre qu'un enfant peut faire des choix selon ses préférences, peu importe son sexe biologique.
- Développer son ouverture d'esprit par rapport à la diversité.

Matériel :

Lecture et exposition

Tu peux,

E. Gravel, 2014

En ligne : www.elisegravel.com

Ce petit livre gratuit pour les enfants, permet d'aborder le thème des stéréotypes sexuels et de genres. Très visuel et recourant à très peu de texte, il est ainsi accessible aux plus petits. Il offre une série d'illustrations au ton direct, drôle et ludique, qui montrent des filles fortes, des garçons sensibles, des filles qui se salissent, des garçons qui prennent soin des plus petits, des garçons qui ont peur, qui aident au ménage... Les illustrations peuvent être reliées pour former un petit livre où être utilisées aussi en imagier, en exposition...

Lecture ou exposition.

Nous avons fait le choix de laisser l'exposition pendant toute la durée du programme dans l'école.

Pour tous et
visible par les
parents

Pendant
toute la
durée
du
programme

Ce qu'il s'est passé entre les séances

2

Oh mes qualités !



de 20/45 min à 1 h



Maternelle-CP-CE1

"S'attribuer des qualités n'est pas toujours facile. (...) l'enrichissement du vocabulaire disponible pour « dire » ses qualités et offrir des occasions de « se dire » et se réapproprier ses propres qualités, participe à la construction d'une image de soi positive, et encourage les enfants à souligner les qualités chez les autres."

www.cartablecps.org



Objectif de la séance

Prendre conscience de ses qualités et compétences
Reconnaitre le caractère unique de chacun.e
Reconnaitre ce qu'on apprécie chez les autres
Repérer en quoi chacun est apprécié par les autres



Matériel et outils

- Boîte magique (boîte avec miroir à l'intérieur)
- Activité du cartable des CPS
- Tour de cou + étiquettes noms magiques
- Causerie *Connaissance de soi et estime de soi* du cahier-causerie Dis-moi tout Marvin, du programme Lanterne, Fondation Marie-Vincent
- Les petits riens et petits délices
- Samback



Les grandes étapes

1. Accueil
2. Rituel de début (cartable des CPS)
3. Les noms magiques
4. La boîte magique
5. Rituel de fin " Les petits riens et petits délices"



Accueil

1. Accueil
2. Présentation des objectifs
3. Présentation des modalités de l'atelier (rythme, temps, etc...)

Les animateurs et animatrices attendent le silence qui arrive tranquillement pour dire bonjour et pour se présenter ainsi que la mascotte Samback.

Présentation des animateurs et animatrices, leur rôle :

" Bonjour, est-ce que vous savez pourquoi nous sommes là ? "

Samback est notre compagnon de route, il va nous aider à travailler et à réfléchir ensemble, il va nous raconter des histoires."

Présentation du programme :

Pour apprendre à grandir ensemble et à vivre ensemble, à se sentir bien dans sa tête, dans son corps et avec les autres.

"Nous allons être ensemble, jusqu'au mois de juin, nous allons faire des activités, des jeux, des exercices, des échanges."

5'

Rituel de début

"Swizz"

Maternelle

Objectifs :

- Se situer dans un groupe
- Créer une dynamique
- Favoriser la concentration

Matériel :

Activité du Cartable des compétences psychosociales - IREPS Pays de la Loire

En ligne : www.cartablecps.org/page-17-23-0.html

Déroulement :

Les participant.e.s forment un cercle avec l'intervenant.e.

Consigne : «..... »

Pour chaque mouvement, laisser un temps d'expérimentation et un tour de cercle pour que les participant.e.s puissent s'approprier les mouvements et les réutiliser ensuite.

Faire une ronde/donner un mouvement simple et le faire les uns après les autres :

- 1 - Tape dans tes mains
- 2 - Tape avec les pieds
- 3 - Main sur les hanches
- 4 - Tête en haut en bas
- 5 - Touche ta tête
- 6 - On secoue son corps
- 7 - On tourne sur soi-même

10'



Objectifs :

- Se situer dans un groupe
- Créer une dynamique
- Favoriser la concentration

Matériel :

Activité du cartable des compétences psychosociales - IREPS Pays de la Loire

En ligne : www.cartablecps.org/page-17-18-0.html

Déroulement :

Les participant.e.s forment un cercle avec les animateurs et animatrices.

Consigne :

"Nous allons nous passer une boule d'énergie. Mais pas de n'importe quelle manière ! Pour cela, nous allons réaliser des mouvements et des sons (en titre) qui détermineront son parcours dans le cercle. »

Pour chaque mouvement, laisser un temps d'expérimentation et un tour de cercle pour que les participant.e.s puissent s'approprier les mouvements et les réutiliser ensuite."

Le ya (son)

Mouvement du bras droit, du haut vers le bas vers la gauche (la boule d'énergie va vers la gauche)

Le swizz/ le holdem

Le bras gauche fait une vague vers la droite (la boule d'énergie va vers la droite)

Le zap

On frappe dans ses mains en les frottant puis on désigne quelqu'un avec le doigt, à qui on transfère la boule d'énergie dans le cercle.

Chabalok

Croiser les poignets devant soi à hauteur de poitrine. C'est un blocage qui renvoie la boule d'énergie à l'envoyeur.

Boule de bowling

Un.e participant.e fait rouler une boule de bowling au sol. Les autres doivent sauter pour l'éviter. L'animateur.ice récupère la boule et relance l'énergie.

Boule de feu

Bras tendus à l'horizontal, poignets joints, mains l'une sur l'autre, ouvertes (position de lancement de la boule de feu dans Dragon Ball Z)

Les autres participant.e.s l'évitent en se penchant en arrière comme dans matrix.

L'animateur ou l'animatrice la récupère.

L'ascenseur

Une personne appuie sur le bouton et tout le monde descend lentement. Il faut attendre qu'une autre personne du groupe appuie sur le bouton à nouveau pour pouvoir remonter lentement.

Fanfare brésilienne

Tout le monde se déplace et change de place dans le cercle en chantant comme au carnaval !

Olé colère !

La colère se déclenche quand un.e participant.e se trompe. Le/la participant.e tape des pieds et crie. Quand la colère est terminée, tout le monde dit ensemble « Olé ! »

Chaque participant.e peut enfin choisir un mouvement de son choix et permettre à la boule d'énergie de circuler.

L'animateur et animatrice en fonction de son groupe, pourront choisir de ne faire que quelques mouvements ou d'établir une progression.

Rituel de séance 1 : le ya/ le swizz

Rituel de séance 2 : ajouter le zap

Rituel de séance 3 : ajouter le chabalok

Rituel de séance 4 : ajouter la boule de bowling

Et ainsi de suite...

Rituel de
début

"Swizz"

GS-CP-CE1

10'



"Les noms magiques"

En grand groupe, en même temps que la boîte magique en individuel.

Maternelles
CP-CE1

Activité imaginée par l'IREPS et prise de conscience/analyse tirée du cahier-causerie, *Dis-moi tout Marvin*, programme Lanterne, Fondation Marie-Vincent

Objectifs :

Développer chez l'enfant le goût de faire naître des sentiments positifs chez les autres par l'utilisation de noms qui font plaisir à entendre.

Matériel :

Tour de cou avec badge plastique, étiquettes auto-collantes animaux

Déroulement :

Réfléchir en amont aux qualités données aux enfants et fabriquer à l'avance les macarons à l'aide de tour de cou, étiquette, gommette animaux, et y inscrire des qualités. Par exemple : agneau drôle, oiseau câlin, chaton affectueux, renard joyeux etc...

Expliquer aux enfants que l'activité du jour consistera à se donner des « noms magiques » que ceux-ci sont écrits sur un macaron qu'ils pourront porter autour du cou toute la journée et même apporter à la maison pour montrer à leurs parents. Donner un à un à chaque enfant.

Prise de conscience/analyse :

Texte de la prise de conscience/analyse tirée de la causerie *Connaissance de soi et estime de soi*, cahier-causerie *Dis-moi tout Marvin*, programme Lanterne, Fondation Marie-Vincent.
En annexe p.6.

10'

"La boîte magique"

seul.e
avec l'enfant

Maternelles
CP-CE1

Objectifs :

Développer chez l'enfant une meilleure perception de lui-même.

Matériel :

Boîte avec un miroir à l'intérieur [A fabriquer]

Déroulement :

Lors d'un temps individuel, 2 adultes vont s'occuper des miroirs magiques. Pendant que les autres enfants restent en grand groupe, chaque enfant passe à tour de rôle.

1. Demander à chaque enfant de réfléchir à une personne qui à son avis, est très « spéciale » pour lui, soit à la maison, soit à l'école.

2. Laisser l'enfant réfléchir à la question pendant quelques instants.

3. Proposer à l'enfant d'ouvrir la boîte magique et accompagner celle-ci du commentaire :
" J'ai aujourd'hui une boîte magique qui va te permettre de découvrir une personne très spéciale et j'aimerais que tu gardes pour toi ce que tu verras dans la boîte."

4. Faire exprimer l'enfant pourquoi c'est une personne très spéciale, qu'est-ce qui fait que je suis spécial.e ?

5. Pour aider : "Raconte-moi une fois où tu as été courageux ou généreux..."

6. Inviter l'enfant à prendre la boîte magique sur ses genoux, " Tu vas ouvrir lentement la boîte, et tu vas bien regarder dans le fond pour y découvrir une personne très très spéciale."

7. L'enfant ouvre la boîte, observer sa réaction et lui demander :
"Qu'est-ce que tu en penses ? Ça te fait quoi de savoir que tu es spécial.e ? "

Le terme spécial peut être remplacé par "super génial", "extraordinaire".....

5'
par enfant

Production
de l'IREPS

Séance 2

L'animateur ou animatrice, lit deux ou trois petits délices à partir de l'album :

Les Petits riens et Petits délices

E. Brami, P. Bertrand, Editions du Seuil jeunesse, 2012, 134 p.

Au revoir ! On se revoit bientôt



5'

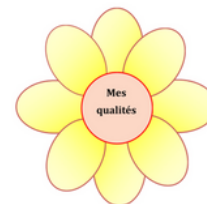
"Rituel de
fin "

Ce qu'il s'est passé pendant la séance



Objectifs : Prolonger la séance 2

- Reconnaître et nommer ses qualités
- Apprendre à mieux se connaître et à mieux connaître les autres
- Repérer en quoi nous sommes apprécié.e.s par les autres



Matériel :

Activité du cartable des compétences psychosociales - IREPS Pays de la Loire
En ligne www.cartablecps.org/page-17-18-0.html

Déroulement :

- Consigne 1 : "Nous allons lire ensemble la liste des qualités ci-jointe." L'animateur.rice peut expliquer le vocabulaire si besoin, puis distribuer les fleurs.
- Consigne 2 : "Vous allez écrire dans chaque pétale une de vos qualités. Puis vous découperez la fleur et la mettrez ensuite sur un pic à brochette que vous pourrez piquer dans la jardinière." On peut inviter les participant.e.s à décorer leur fleur.
- Consigne 3 : "Nous allons maintenant lire les qualités et essayer de deviner qui elles caractérisent dans la classe."

Lecture de chaque fleur et attribution de leurs qualités aux élèves. Les auteur.rices des fleurs peuvent rajouter des informations et donner leur impression.

Prise de conscience / Analyse "Est-ce que vous avez appris des choses sur les autres participant.e.s ?"

Pointer les qualités des élèves et leur complémentarité. S'appuyer sur les remarques du groupe pour enrichir la notion de qualités et mieux comprendre le rapport entre l'image de soi et le regard de l'autre. Quelques points pouvant être repris : le regard de l'autre peut m'aider à reconnaître mes qualités et, en même temps, ce que voit l'autre de moi est limité à ce qu'il connaît de moi dans certains domaines (scolaire, familial, loisir ...)

Élargissement / Synthèse / Généralisation Était-ce agréable, désagréable ? Il est difficile parfois de nommer ses qualités, cela peut être gênant, mais c'est important pour avoir conscience de ses capacités. Cela reste un jugement dans lequel je peux me sentir parfois à l'étroit ou bien que je peux trouver juste ou faux. Le regard de l'autre peut être différent de ce que je connais de moi. Est-ce que certaines informations vous ont surpris ? Pourquoi ? Que peut-on en retenir ? Nous avons tous plein de qualités et en fonction des situations, nous mettons en œuvre des qualités que nous ignorions avoir parfois. Connaître nos qualités permet de se découvrir positivement, apporter de la confiance en soi, aux autres.

"La fleur
des
qualités"

CP-CE1...

Activité issue
du cartable
des CPS

30 '

Objectif : Prolonger la séance 2

Matériel :

Tu es extraordinaire

R. Brisenden, N. Reed, Clorophyl, Editions 1,2,3 Soleil, 2021, 30 p. [Album enfant]

Tu es comme tu es...ou le secret de la communication bienveillante

O. Clerc, G. Bordicchia, Editions Flammarion, 2019, 41p. [Album enfant]

Déroulement :

Lecture des albums aux enfants.

Lecture
d'ouvrage

Maternelle-CP-CE1

30 '



On est pareils on est différents



de 20/45 min à 1 h



Maternelle-CP-CE1

Connaitre les parties du corps, pouvoir les nommer, contribuent
à la prévention de la violence sexuelle.

Comprendre la notion d'intimité permet de poser des limites.

Le vocabulaire précis apporte des outils supplémentaires à l'enfant pour communiquer clairement ses besoins ou ses
préoccupations.

IREPS PAYS DE LA LOIRE



Objectif de la séance

Connaitre les parties de son corps

Développer son autonomie quant aux soins d'hygiène

**Comprendre la notion d'intimité, notamment par rapport
aux parties intimes**

**Comprendre que son corps est unique et qu'il change au fil
du temps**



Matériel et outils

- **Causeries Anatomie, Hygiène et Évolution du corps et diversité corporelle**, du cahier causerie Dis-moi tout Marvin, programme Lanterne
- **Activité du cartable des CPS**
- **Musique "Jean petit qui danse"**
- **Gants de toilette - fleurs de douche**
- **"Les petits riens et petits délices"**
- **Samback**



Les grandes étapes

1. **Accueil**
2. **Rituel de début (cartable des CPS)**
3. **Échange autour des causeries du Programme Lanterne**
 - a. **Image autonomie**
 - b. **Image Hygiène**
 - c. **Image Diversité des corps**
4. **"Jean Petit qui danse" et/ou chant "C'est mon corps"**
5. **Rituel de fin " Les petits riens et petits délices"**



Accueil

1. Accueil
2. Présentation des objectifs
3. Présentation des modalités de l'atelier (rythme, temps, etc...)

Les animateurs et animatrices, attendent le silence qui arrive tranquillement pour dire bonjour et pour se présenter ainsi que la mascotte Samback.

Présentation des animateurs et animatrices, leur rôle :

"Bonjour, est-ce que vous savez pourquoi nous sommes là ? Samback est notre compagnon de route, il va nous aider à travailler et à réfléchir ensemble, il va nous raconter des histoires."

Présentation du programme :

"Pour apprendre à grandir ensemble et à vivre ensemble, à se sentir bien dans sa tête, dans son corps et avec les autres."

"Nous allons être ensemble, jusqu'au mois de juin, nous allons faire des activités, des jeux, des exercices, des échanges."

5'

Rituel de début

"Swizz"

Maternelle

Objectifs :

- Se situer dans un groupe
- Créer une dynamique
- Favoriser la concentration

Matériel :

Activité du cartable des compétences psychosociales - IREPS Pays de la Loire

En ligne : www.cartablecps.org/page-17-18-0.html

Déroulement :

Les participant.e.s forment un cercle avec l'intervenant.e.

Consigne : "....."

Pour chaque mouvement, laisser un temps d'expérimentation et un tour de cercle pour que les participant.e.s puissent s'approprier les mouvements et les réutiliser ensuite. »

Faire une ronde/donner un mouvement simple et le faire les uns après les autres :

- 1 - Tape dans tes mains
- 2 - Tape avec les pieds
- 3 - Main sur les hanches
- 4 - Tête en haut en bas
- 5 - Touche ta tête
- 6 - On secoue son corps
- 7 - On tourne sur soi-même

10'



Séance 3

Objectifs :

- Se situer dans un groupe
- Créer une dynamique
- Favoriser la concentration

Matériel :

Activité du cartable des compétences psychosociales - IREPS Pays de la Loire

En ligne : www.cartablecps.org/page-17-18-0.html

Déroulement :

Les participant.e.s forment un cercle avec les animateurs et animatrices,

Consigne :

"Nous allons nous passer une boule d'énergie. Mais pas de n'importe quelle manière ! Pour cela, nous allons réaliser des mouvements et des sons (en titre) qui détermineront son parcours dans le cercle."

Pour chaque mouvement, laisser un temps d'expérimentation et un tour de cercle pour que les participant.e.s puissent s'approprier les mouvements et les réutiliser ensuite.

Rituel de
début

"Swizz"

GS-CP-CE1

Le ya (son)

Mouvement du bras droit, du haut vers le bas vers la gauche (la boule d'énergie va vers la gauche)

Le swizz/ le holdem

Le bras gauche fait une vague vers la droite (la boule d'énergie va vers la droite)

Le zap

On frappe dans ses mains en les frottant puis on désigne quelqu'un avec le doigt, à qui on transfère la boule d'énergie dans le cercle.

Chabalok

Croiser les poignets devant soi à hauteur de poitrine. C'est un blocage qui renvoie la boule d'énergie à l'envoyeur.

Boule de bowling

Un.e participant.e fait rouler une boule de bowling au sol. Les autres doivent sauter pour l'éviter. L'animateur.rice récupère la boule et relance l'énergie.

Boule de feu

Bras tendus à l'horizontal, poignets joints, mains l'une sur l'autre, ouvertes (position de lancement de la boule de feu dans Dragon Ball Z)

Les autres participant.e.s l'évitent en se penchant en arrière comme dans matrix.

L'animateur.rice la récupère.

L'ascenseur

Une personne appuie sur le bouton et tout le monde descend lentement. Il faut attendre qu'une autre personne du groupe appuie sur le bouton à nouveau pour pouvoir remonter lentement.

Fanfare brésilienne

Tout le monde se déplace et change de place dans le cercle en chantant comme au carnaval !

Olé colère !

La colère se déclenche quand un.e participant.e se trompe. Le/la participant.e tape des pieds et crie. Quand la colère est terminée, tout le monde dit ensemble « Olé ! »

Chaque participant.e peut enfin choisir un mouvement de son choix et permettre à la boule d'énergie de circuler.

L'animateur et animatrice en fonction de son groupe, pourront choisir de ne faire que quelques mouvements ou d'établir une progression.

Rituel de séance 1 : Le ya/ le swizz

Rituel de séance 2 : Ajouter le zap

Rituel de séance 3 : Ajouter le chabalok

Rituel de séance 4 : Ajouter la boule de bowling

Et ainsi de suite...

10'



Objectifs :

Connaître les parties de son corps, dont le nom des parties intimes.

Matériel :

Causerie *Anatomie*, du cahier-causerie Dis-moi tout Marvin, du programme Lanterne, Fondation Marie-Vincent. [En annexe p. 7](#)

Déroulement :

Echanger autour des images.

Analyse :

Causerie *Anatomie*, du cahier-causerie Dis-moi tout Marvin, du programme Lanterne, Fondation Marie-Vincent. [En annexe p. 8](#)

Inviter l'enfant à reconnaître les parties du corps : la tête (cheveux, yeux, oreilles, nez, bouche, etc.), les épaules, les bras, les mains, la poitrine, le ventre, le dos, les fesses, les jambes, les pieds, les orteils, etc.

Laissez les enfants nommer les parties intimes sans les censurer.

10 à 15 '

Image anatomie

Maternelle-CP-CE1

En grand groupe

Contenu et images de la prise de conscience tirés de la causerie *Anatomie*, du cahier-causerie Dis-moi tout Marvin, du programme Lanterne, Fondation Marie-Vincent.

"Jean Petit qui danse !"

Maternelle-CP-CE1

En grand groupe

Matériel :

Chansons facilement téléchargeables gratuitement.

Déroulement :

Danser collectivement ou en petit groupe sur la chanson *Jean Petit qui danse* pour faire nommer les différentes parties du corps.

5 à 10 '

Image hygiène

Maternelle-CP-CE1...

En sous-groupe

Déroulement imaginé/conçu par IREPS.

Contenu et images de la prise de conscience tirés de la causerie *Hygiène*, du cahier-causerie Dis-moi tout Marvin, du programme Lanterne, Fondation Marie-Vincent.

Objectifs :

Développer son autonomie quant aux soins d'hygiène.
Comprendre la notion d'«intimité» par rapport à son corps, notamment par rapport aux parties intimes.

Matériel :

Causerie *Hygiène*, du cahier-causerie, Dis-moi tout Marvin, du programme Lanterne, Fondation Marie-Vincent. [En annexe p. 9](#)

Fleurs de douche ou gants de toilette.

Déroulement :

Inviter les enfants à faire semblant de se laver et à le faire une partie du corps à la fois, pour cela prendre des gants de toilette, des fleurs de bain ou bien seulement la main (au choix selon les enfants pour éviter la normativité).

Prise de conscience/ Analyse :

Causerie *Hygiène*, du cahier-causerie Dis-moi tout Marvin, du programme Lanterne, Fondation Marie-Vincent. [En annexe p.10](#)

10 à 15'

Séance 3



Evolution du corps et image corporelle

Maternelle-CP-CE1

En sous-groupe

Contenu et images de la prise de conscience tirés de la causerie *Évolution du corps et diversité corporelle*, du cahier-causerie Dis-moi tout Marvin, du programme Lanterne, Fondation Marie-Vincent.

Objectifs :

Comprendre que son corps est unique et qu'il changera au fil du temps.

Matériel :

Causerie *Évolution du corps et diversité corporelle*, du cahier-causerie Dis-moi tout Marvin, du programme Lanterne, Fondation Marie-Vincent. [En annexe p.11](#)

Déroulement :

Montrer les images évolution du corps et image corporelle, et échanger autour des images.

Prise de conscience/ Analyse :

Causerie *Évolution du corps et diversité corporelle*, du cahier-causerie Dis-moi tout Marvin, du programme Lanterne, Fondation Marie-Vincent. [En annexe p.12](#)

**10 à
15'**

Rituel de fin

L'animateur ou animatrice, lit deux ou trois petits délices à partir de l'album :

Les Petits riens et Petits délices

E. Bami, P. Bertrand, Editions du Seuil jeunesse, 2012, 134 p.

Au revoir ! On se revoit bientôt

5'

Ce qu'il s'est passé pendant la séance



Objectifs : Prolonger la séance 3

- Comprendre que son corps est unique
- Permettre de travailler sur le schéma corporel
- Nommer les parties du corps y compris les parties intimes

Matériel :

Puzzles le corps humain Fille / Garçon en 5 étapes
Beleduc Lernspielwaren GmbH, 2004 [Puzzles]

J'aime mon corps

N. Luna, J. Dadivas, Editions Bayard Jeunesse, 2018, 12 p. [Album enfant]

Déroulement :

Aider l'enfant à faire le puzzle et nommer les différentes parties du corps.
Lire l'ouvrage aux enfants.

**10 '
par
enfant**

La fille - Le garçon

Maternelle

Ce qu'il s'est passé entre les séances

4

"Ma bulle intime"



20/45 min à 1h



Maternelle-CP-CE1

"Parler de l'intimité permet de reconnaître les différentes relations interpersonnelles, d'identifier l'espace personnel (la bulle) et d'apprendre comment le faire respecter.
Cela permet également à l'adulte de pouvoir recadrer les différents comportements sexuels de son enfant."

Programme Lanterne



Objectif de la séance

Comprendre les notions de « bulle » et « d'intimité »
Apprendre à faire respecter son espace personnel
Comprendre les différences entre amour, amitié, le
fait d'être amoureux et l'affection d'une grande
personne



Matériel et outils

- *La bulle de Miro* - R. Dufresne, G. Després, Fondation Marie-Vincent, 2018, 24 p. [Album enfant]
- Activité du cartable des CPS
- Pâte à modeler pour l'activité issue des "Petits découvreurs de la sexualité"
- Causerie *Frontières* du cahier-causerie Dis moi tout Marvin. Programme Lanterne, Marie -Vincent.
- Livre "Les petits riens et petits délices"
- Sambac



Les grandes étapes

1. Rituel de début - Swizz (cartable CPS)
2. *La bulle de Miro* (programme Lanterne)
3. *Ma bulle d'intimité*
4. Échange autour des images du Programme Lanterne
5. Rituel de fin "Les petits riens et petits délices"



Accueil

1. Accueil
2. Présentation des objectifs
3. Présentation des modalités de l'atelier (rythme, temps, etc...)

Les animateurs et animatrices attendent le silence qui arrive tranquillement pour dire bonjour et pour se présenter ainsi que la mascotte Samback.

Présentation des animateurs et animatrices leur rôle :

" Bonjour, est-ce que vous savez pourquoi nous sommes là ?

Samback est notre compagnon de route, il va nous aider à travailler et à réfléchir ensemble, il va nous raconter des histoires."

Présentation du programme :

"Pour apprendre à grandir ensemble et à vivre ensemble, à se sentir bien dans sa tête, dans son corps et avec les autres."

"Nous allons être ensemble, jusqu'au mois de juin, nous allons faire des activités, des jeux, des exercices, des échanges."

5'

Rituel de début

"Swizz"

Maternelle

Objectifs :

- Se situer dans un groupe
- Créer une dynamique
- Favoriser la concentration

Matériel :

Activité du cartable des compétences psychosociales - IREPS Pays de la Loire

En ligne : www.cartablecps.org/page-17-18-0.html

Déroulement :

Les participant.e.s forment un cercle avec l'intervenant.e.

Consigne : "....."

Pour chaque mouvement, laisser un temps d'expérimentation et un tour de cercle pour que les participant.e.s puissent s'approprier les mouvements et les réutiliser ensuite.

Faire une ronde/donner un mouvement simple et le faire les uns après les autres :

- 1 - Tape dans tes mains
- 2 - Tape avec les pieds
- 3 - Main sur les hanches
- 4 - Tête en haut en bas
- 5 - Touche ta tête
- 6 - On secoue son corps
- 7 - On tourne sur soi-même

10'



Séance 4

Objectifs :

- Se situer dans un groupe
- Créer une dynamique
- Favoriser la concentration

Matériel :

Activité du cartable des compétences psychosociales - IREPS Pays de la Loire
En ligne : www.cartablecps.org/page-17-18-0.html

Déroulement :

Les participant.e.s forment un cercle avec les animateurs.

Consigne :

"Nous allons nous passer une boule d'énergie. Mais pas de n'importe quelle manière ! Pour cela, nous allons réaliser des mouvements et des sons (en titre) qui détermineront son parcours dans le cercle."

Pour chaque mouvement, laisser un temps d'expérimentation et un tour de cercle pour que les participants puissent s'approprier les mouvements et les réutiliser ensuite.

Le ya (son)

Mouvement du bras droit, du haut vers le bas vers la gauche (la boule d'énergie va vers la gauche)

Le swizz/ le holdem

Le bras gauche fait une vague vers la droite (la boule d'énergie va vers la droite)

Le zap

On frappe dans ses mains en les frottant puis on désigne quelqu'un avec le doigt, à qui on transfère la boule d'énergie dans le cercle.

Chabalok

Croiser les poignets devant soi à hauteur de poitrine. C'est un blocage qui renvoie la boule d'énergie à l'envoyeur.

Boule de bowling

Un.e participant.e fait rouler une boule de bowling au sol. Les autres doivent sauter pour l'éviter. L'animateur.rice récupère la boule et relance l'énergie.

Boule de feu

Bras tendus à l'horizontal, poignets joints, mains l'une sur l'autre, ouvertes (position de lancement de la boule de feu dans Dragon Ball Z)

Les autres participant.e.s l'évitent en se penchant en arrière comme dans matrix.

L'animateur.rice la récupère.

L'ascenseur

Une personne appuie sur le bouton et tout le monde descend lentement. Il faut attendre qu'une autre personne du groupe appuie sur le bouton à nouveau pour pouvoir remonter lentement.

Fanfare brésilienne

Tout le monde se déplace et change de place dans le cercle en chantant comme au carnaval !

Olé colère !

La colère se déclenche quand un.e participant.e se trompe. Le/la participant.e tape des pieds et crie. Quand la colère est terminée, tout le monde dit ensemble « Olé ! ».

Chaque participant.e peut enfin choisir un mouvement de son choix et permettre à la boule d'énergie de circuler.

L'animateur et animatrice en fonction de son groupe, pourront choisir de ne faire que quelques mouvements ou d'établir une progression.

Rituel de séance 1 : Le ya/ le swizz

Rituel de séance 2 : Ajouter le zap

Rituel de séance 3 : Ajouter le chabalok

Rituel de séance 4 : Ajouter la boule de bowling

Et ainsi de suite...

Rituel de
début

"Swizz"

GS-CP-CE1

10'



Objectifs :

Comprendre les notions de « bulle » et « d'intimité ». Apprendre à faire respecter son espace personnel.

Matériel :

La bulle de Miro
[Album enfant]

Déroulement :

Lecture du livre *La bulle de Miro* du programme Lanterne + les questions en fin sur Youtube :

https://www.youtube.com/watch?v= GlhjgYgG_0&ab_channel=fondationmv

Prise de conscience/ Analyse :

Sur Youtube :

https://www.youtube.com/watch?v= GlhjgYgG_0&ab_channel=fondationmv

15'

"La bulle de Miro"

Maternelle-CP-CE1

Dufresne, R. et Després, G. (2018). *La bulle de Miro*. Montréal: Fondation Marie-Vincent.

Objectif :

Comprendre ce qu'est l'intimité, qu'on en a tous besoin, que le besoin est de plus en plus présent en grandissant.

Matériel :

Les petits découvreurs... de la sexualité : activité pédagogique préscolaire en prévention de l'agression sexuelle. Guide de l'enseignant

V. Thériault, F. Michaud, 2014, Directions régionales de santé publique de la Capitale Nationale et de Chaudière Appalaches (Canada), pp.16, 17, 18 [Guide]

Déroulement :

Prendre une petite boule de pâte à modeler et la montrer aux enfants en leur mentionnant que cela représente leur boule d'intimité lorsque vous aviez leur âge et que vous étiez de leur grandeur. Rappeler aux enfants ce qu'est l'intimité.

"C'est lorsque tu as envie d'être seul.e (exemples : pour faire pipi, pour te laver, pour t'habiller...)

C'est ce qui n'appartient qu'à toi, ce qui est personnel et qu'on ne montre pas à tout le monde, par exemple : les parties intimes."

Modeler une plus petite boule de pâte en mentionnant aux enfants

"Lorsque vous étiez tout.e.s petit.e.s, vous ne saviez pas encore faire des choses tout seul.e.s (exemples : vos parents devaient vous laver, vous aider à boire au biberon, vous habiller). Donc votre boule d'intimité était toute petite."

Modeler la boule de pâte d'une grosseur moyenne en disant aux enfants

"Maintenant, vous êtes plus grands et vous êtes capables de faire de plus en plus de choses seul.e.s".

Poser la question suivante :

"Qu'êtes-vous capables de faire seul.e.s maintenant, sans l'aide d'un adulte ? "

Modeler une grosse boule et dire aux enfants :

"Plus votre boule d'intimité grandit, plus vous avez envie d'être seul.e.s au moment de vous laver, d'aller aux toilettes, pour vous habiller, par exemple. Si votre boule d'intimité est plus grosse encore (modeler une plus grosse boule), vous avez peut-être envie d'être seul.e.s pour lire, pour vous reposer, ou pour vous adonner à d'autres activités."

15'

"La bulle d'intimité"

Maternelle-CP-CE1

Activité issue du guide
Les petits découvreurs
de la sexualité



"La bulle d'intimité"

Maternelle-CP-CE1

Façonner une très grosse boule de pâte en poursuivant :

"Et lorsque votre boule d'intimité est très grosse, vous n'avez peut-être plus envie que quelqu'un vous accompagne ou vous aide à faire certaines choses. A partir du moment où votre boule d'intimité commence à grossir, personne n'a le droit de la briser en vous forçant, par exemple, à vous laver les parties intimes, à vous regarder pendant que vous vous habillez ou lorsque vous êtes aux toilettes. Cette personne doit respecter votre boule d'intimité"

Inviter ensuite les enfants à façonner leur propre boule d'intimité.

Demander aux enfants :

"Pour quelles raisons avez-vous façonné votre boule d'intimité de cette grosseur ?

Maintenant que vous êtes capables de faire différentes choses par vous-même, est-ce que vous voulez les faire seul.e.s de plus en plus ?

Vous faut-il encore de l'aide à certaines occasions ? Lesquelles ?

Si vous voulez être seul.e.s et que quelqu'un vous dérange, comment vous vous sentez ?"

Prise de conscience/ Analyse :

"Était-ce agréable, désagréable de parler d'intimité. Est-ce facile de faire sa propre bulle d'intimité ? C'est important d'avoir conscience de notre bulle d'intimité. Notre bulle d'intimité grandit en fonction de notre âge et de nos besoins. Connaître les limites de notre bulle d'intimité peut nous aider à poser des limites aux autres et apporte de la confiance en soi. Cela peut nous aider à comprendre que les autres aussi ont leur propre limite et cela nous aide à respecter les limites des autres."

Les relations
inter
personnelles

CP-CE1

Causerie *Frontières*
du cahier-causerie
Dis moi tout Marvin.
Programme
Lanterne, Marie -
Vincent.

Objectif :

Comprendre les différences entre l'amour de la famille, l'amitié, le fait d'être amoureux et l'affection d'une grande personne.

Matériel :

Causerie *Frontières* du cahier-causerie Dis moi tout Marvin. Programme Lanterne, Marie-Vincent. En annexe p.13

Déroulement :

Montrer les images et échanger autour des images.

Prise de conscience/Analyse :

Causerie *Frontières* du cahier-causerie Dis moi tout Marvin. Programme Lanterne, Marie - Vincent. En annexe p.14

10'

"Rituel de fin "

L'animateur ou animatrice, lit deux ou trois petits délices à partir de l'album :

Les Petits riens et Petits délices

E. Brami, P. Bertrand, Editions du Seuil jeunesse, 2012, 134 p.

Au revoir ! On se revoit bientôt

5'

Ce qu'il s'est passé pendant la séance



Objectifs : Prolonger la séance 4

Comprendre les notions de "bulle" et "d'intimité". Apprendre à faire respecter son espace personnel.

Matériel :

Ça suffit les bisous !

P. Bruckner, J.P. Kerloc'h, M. Itoïz, Editions Glénat, 2016, 40 p. [Album enfant]

Déroulement :

Lecture de l'ouvrage avec les enfants

15'

Lecture
ouvrage
Maternelle
CP-CE1

Ce qu'il s'est passé entre les séances

5

"Moi et mes émotions"



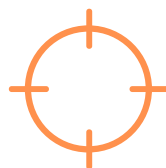
20/45 min à 1 h



Maternelle-CP-CE1

"Pour faire face à ses émotions, il faut savoir reconnaître les siennes et celles des autres. Il faut être conscient de leur influence sur les comportements et savoir quelles réactions adopter. Les émotions intenses comme la colère ou la tristesse peuvent avoir des effets négatifs sur notre santé si nous ne réagissons pas de façon appropriée."

OMS, 1993



Objectif de la séance

S'affirmer

Apprendre à pouvoir dire "non"

Exprimer un désaccord ou un refus

Prendre conscience de la diversité des émotions



Matériel et outils

- Causerie *Affirmation de soi*, du Cahier-causerie Dis-moi tout Marvin, Programme Lanterne, Fondation Marie-Vincent
- Activité du cartable des CPS
- Graines de Médiateurs
- Livre "Les petits riens et petits délices"
- Sambac



Les grandes étapes

1. Rituel de début – Swizz (cartable CPS)
2. Non-Stop-Arrête
3. Qu'est-ce que cela me fait ?
4. La roue des émotions (cartable CPS)
5. Rituel de fin "Les petits riens et petits délices"



Accueil

1. Accueil
2. Présentation des objectifs
3. Présentation des modalités de l'atelier (rythme, temps, etc...)

Les animateurs et animatrices attendent le silence qui arrive tranquillement pour dire bonjour et pour se présenter ainsi que la mascotte Samback.

Présentation des animateurs et animatrices, leur rôle :

" Bonjour, est-ce que vous savez pourquoi nous sommes là ?

Samback est notre compagnon de route, il va nous aider à travailler et à réfléchir ensemble, il va nous raconter des histoires."

Présentation du programme :

"Pour apprendre à grandir ensemble et à vivre ensemble, à se sentir bien dans sa tête, dans son corps et avec les autres."

"Nous allons être ensemble, jusqu'au mois de juin, nous allons faire des activités, des jeux, des exercices, des échanges."

5'

Rituel de début

"Swizz"

Maternelle

Objectifs :

- Se situer dans un groupe
- Créer une dynamique
- Favoriser la concentration

Matériel :

Activité du cartable des compétences psychosociales - IREPS Pays de la Loire

En ligne : www.cartablecps.org/page-17-18-0.html

Déroulement :

Les participant.e.s forment un cercle avec l'intervenant.e.

Consigne : «..... »

Pour chaque mouvement, laisser un temps d'expérimentation et un tour de cercle pour que les participant.e.s puissent s'approprier les mouvements et les réutiliser ensuite.

Faire une ronde/donner un mouvement simple et le faire les uns après les autres :

- 1 - Tape dans tes mains
- 2 - Tape avec les pieds
- 3 - Main sur les hanches
- 4 - Tête en haut en bas
- 5 - Touche ta tête
- 6- On secoue son corps
- 7- On tourne sur soi-même

10'

**Objectifs :**

- Se situer dans un groupe
- Créer une dynamique
- Favoriser la concentration

Matériel :

Activité du cartable des compétences psychosociales - IREPS Pays de la Loire

En ligne : www.cartablecps.org/page-17-18-0.html

Déroulement :

Les participant.e.s forment un cercle avec les animateur.rice.s.

Consigne :

"Nous allons nous passer une boule d'énergie. Mais pas de n'importe quelle manière ! Pour cela, nous allons réaliser des mouvements et des sons (en titre) qui détermineront son parcours dans le cercle."

Pour chaque mouvement, laisser un temps d'expérimentation et un tour de cercle pour que les participants puissent s'approprier les mouvements et les réutiliser ensuite.

10'**Le ya (son)**

Mouvement du bras droit, du haut vers le bas vers la gauche (la boule d'énergie va vers la gauche)

Le swizz/ le holdem

Le bras gauche fait une vague vers la droite (la boule d'énergie va vers la droite)

Le zap

On frappe dans ses mains en les frottant puis on désigne quelqu'un avec le doigt, à qui on transfère la boule d'énergie dans le cercle.

Chabalok

Croiser les poignets devant soi à hauteur de poitrine. C'est un blocage qui renvoie la boule d'énergie à l'envoyeur.

Boule de bowling

Un.e participant.e fait rouler une boule de bowling au sol. Les autres doivent sauter pour l'éviter. L'animateur.rice récupère la boule et relance l'énergie.

Boule de feu

Bras tendus à l'horizontal, poignets joints, mains l'une sur l'autre, ouvertes (position de lancement de la boule de feu dans Dragon Ball Z)

Les autres participant.e.s l'évitent en se penchant en arrière comme dans matrix.

L'animateur.rice la récupère.

L'ascenseur

Une personne appuie sur le bouton et tout le monde descend lentement. Il faut attendre qu'une autre personne du groupe appuie sur le bouton à nouveau pour pouvoir remonter lentement.

Fanfare brésilienne

Tout le monde se déplace et change de place dans le cercle en chantant comme au carnaval !

Olé colère !

La colère se déclenche quand un.e participant.e se trompe. Le/la participant.e tape des pieds et crie. Quand la colère est terminée, tout le monde dit ensemble « Olé ! »

Chaque participant.e peut enfin choisir un mouvement de son choix et permettre à la boule d'énergie de circuler.

Les animateurs et animatrices en fonction de son groupe, pourra choisir de ne faire que quelques mouvements ou d'établir une progression.

Rituel de séance 1 : Le ya/ le swizz

Rituel de séance 2 : Ajouter le zap

Rituel de séance 3 : Ajouter le chabalok

Rituel de séance 4 : Ajouter la boule de bowling

Et ainsi de suite...

Rituel de
début

"Swizz"

GS-CP-CE1



Objectifs :

- Apprendre et s'entraîner à dire "stop" à un comportement désagréable
- Pouvoir le dire de façon affirmée

Matériel :

Activité extraite *Graines de médiateurs en maternelle*

J. Duelz, P. Gosuin, 2020, Université de Paix (Belgique), p.95 [Guide]

Causerie *Affirmation de soi*, du cahier-causerie Dis-moi tout Marvin, du programme Lanterne, Marie-Vincent. En annexe p.15

Déroulement :

Les animateurs et animatrices, présentent la copine de Samback (marionnette ou peluche facile à manipuler). Ensuite cette peluche va faire semblant d'embêter Samback puis les enfants.

Demander aux enfants le type de comportement embêtant (fait mine de tirer sur un pantalon, tirer les lacets, pousser...)

Pour l'arrêter, l'enfant va dire « **NON STOP ARRETE** » en accompagnant ses dires de gestes. L'animateur.rice arrête si le stop est affirmé : posture droite, regard dans les yeux, ton de la voix moyen.



NON STOP ARRETE

Non : index qui va de gauche à droite

Stop : main droite ou gauche ouverte vers l'autre

Arrête : la même main qui descend vers le sol

Analyse :

Annexe p.16

15 '

"Non, stop, arrête !"

Maternelle-CP-CE1

Analyse tirée de la causerie *Affirmation de soi*, du cahier-causerie Dis-moi tout Marvin, du programme Lanterne, Fondation Marie-Vincent.

Objectifs :

- Pouvoir dire "stop" à un comportement désagréable
- Expérimenter une autre manière de dire le stop (variante)

Matériel :

Activité extraite *Graines de médiateurs en maternelle*

J. Duelz, P. Gosuin, Université de Paix (Belgique), 2020, p.97 [Guide]

Déroulement :

Chaque enfant a une carte avec un "vilain mot". L'enfant déambule sur la musique et va échanger sa carte de mot vilain contre une autre carte et ce plusieurs fois. A l'arrêt de la musique, chaque enfant retrouve sa paire. Les duos vont se dire chacun leur tour le mot écrit sur la carte. Pour se protéger l'enfant qui reçoit le mot dit "non, stop, arrête".

Analyse :

"L'autre enfant s'est-il arrêté quand vous avez demandé d'arrêter ?

Qu'est-ce que cela vous a fait quand il ne s'est pas arrêté ?

Est-ce facile de faire le geste "non, stop, arrête" ?

Comment vous êtes vous sentis quand vous avez fait le geste ?

Dans quelle situation pourriez vous utiliser ce geste ?"

10 '

"La forêt des gros mots"

Activité au choix

CP-CE1

Activité issue de Graines de médiateurs

Objectifs :

- Prendre conscience de la diversité des émotions dans une même situation
- Enrichir le vocabulaire des émotions
- Repérer que les émotions varient de nature et d'intensité en fonction des situations

Matériel :

Activité issue du cartable des compétences psychosociales - IREPS Pays de la Loire

En ligne : www.cartablecps.org/page-17-20-0.html

Déroulement :

L'adulte place des images représentant des émotions sur des visages à plusieurs endroits de la pièce et explique aux enfants qu'il faudra se déplacer vers l'émotion ressentie en fonction de la situation lue.

Situations :

- Mon frère me pousse
- Ma soeur est entrée dans ma chambre alors que je voulais être seule
- Ma marraine m'a invité.e à aller en vacances avec elle
- Ma grand mère m'emmène à la foire pour faire des manèges
- Ma voisine me donne un bonbon
- Ma maitresse me félicite pour mon travail
- Ma meilleure amie m'apprend qu'elle va déménager
- Je tombe et je me fais mal sur la cour
- Quelqu'un casse la cabane que j'ai faite
- Une porte claque derrière moi
- Un chien s'est précipité sur moi dans la rue

Analyse :

Qu'avez vous remarquer en faisant cette activité ?

Est ce que tout le monde ressent la même chose ?

Est ce que tout le monde est d'accord ?

Avez-vous choisi plusieurs émotions pour une même situation ?

10'

"La roue
des
émotions"

Maternelle-CP-CE1

Activité
du cartable des CPS

"Rituel de
fin "

L'animateur ou animatrice, lit deux ou trois petits délices à partir de l'album :

Les Petits riens et Petits délices

E. Brami, P. Bertrand, Editions du Seuil jeunesse, 2012, 134 p.

Au revoir ! On se revoit bientôt

5'

Ce qu'il s'est passé pendant la séance

Lecture
ouvrage

GS-CP-CE1

Objectifs : Prolonger la séance 5

Prendre conscience de la diversité des émotions dans une même situation

Matériel :

Le sais-tu ? que tu ne dois pas tout savoir
M. Roegiers, M. Vigneault, Editions Alice jeunesse, 2018, 33 p. [Album enfant]

Déroulement :

Lecture de l'ouvrage avec les enfants



20'

Ce qu'il s'est passé entre les séances

6

Mes émotions et mes pensées



20/45 min à 1 h



Maternelle-CP-CE1

Aider l'enfant à identifier les pensées agréables, et les moins agréables favorise une meilleure communication, une meilleure connaissance de soi. Nos sensations nous renseignent sur nos émotions. Faire le lien entre les sensations et les émotions participent à la connaissance de soi et permet de lutter contre les violences.

IREPS Pays de la Loire



Objectif de la séance

Identifier ses sensations

Reconnaitre ses émotions

Savoir dire sa météo intérieure

Développer l'empathie

Savoir reconnaître une pensée aidante/ une pensée nuisible

Favoriser les stratégies qui font du bien



Matériel et outils

- Causerie *Gestion des émotions, Emotions de base, Normalisation des émotions Pensées aidantes, pensées nuisibles*, du cahier causerie Dis-moi tout Marvin, du programme Lanterne, Fondation Marie-Vincent
- Activité du cartable des CPS
- Musique Ponga le judoka
- Pâte à modeler
- Papier/crayon
- Balles émotions
- Sambac



Les grandes étapes

1. Rituel de début – Swizz (cartable CPS)
2. Météo main (Graines de Médiateurs)
3. Échange autour des causeries du Programme Lanterne
4. Gestion émotions : se changer les idées
5. Activités qui font du bien
6. Pensées aidantes/pensées nuisibles
7. Rituel de fin "Les petits riens et petits délices"



Accueil

1. Accueil
2. Présentation des objectifs
3. Présentation des modalités de l'atelier (rythme, temps, etc...)

Les animateurs et animatrices attendent le silence qui arrive tranquillement pour dire bonjour et pour se présenter ainsi que la mascotte Samback.

Présentation des animateurs et animatrices, leur rôle :

" Bonjour, est-ce que vous savez pourquoi nous sommes là ?

Samback est notre compagnon de route, il va nous aider à travailler et à réfléchir ensemble, il va nous raconter des histoires."

Présentation du programme :

"Pour apprendre à grandir ensemble et à vivre ensemble, à se sentir bien dans sa tête, dans son corps et avec les autres."

"Nous allons être ensemble, jusqu'au mois de juin, nous allons faire des activités, des jeux, des exercices, des échanges."

5'

Rituel de début

"Swizz"

Maternelle

Objectifs :

- Se situer dans un groupe
- Créer une dynamique
- Favoriser la concentration

Matériel :

Activité du cartable des compétences psychosociales - IREPS Pays de la Loire

En ligne : www.cartablecps.org/page-17-18-0.html

Déroulement :

Les participant.e.s forment un cercle avec l'intervenant.e.

Consigne : "....."

Pour chaque mouvement, laisser un temps d'expérimentation et un tour de cercle pour que les participants puissent s'appropriier les mouvements et les réutiliser ensuite.

Faire une ronde/ donner un mouvement simple et le faire les uns après les autres :

- 1 - Tape dans tes mains
- 2 - Tape avec les pieds
- 3 - Main sur les hanches
- 4 - Tête en haut en bas
- 5 - Touche ta tête
- 6 - On secoue son corps
- 7 - On tourne sur soi-même

10'

Activité issue
du cartable des CPS



Séance 6

Objectifs :

- Se situer dans un groupe
- Créer une dynamique
- Favoriser la concentration

Matériel :

Activité du cartable des compétences psychosociales - IREPS Pays de la Loire

En ligne : <https://www.cartablecps.org/page-17-18-0.html>

Déroulement :

Les participant.e.s forment un cercle avec les animateur.rice.s.

Consigne :

"Nous allons nous passer une boule d'énergie. Mais pas de n'importe quelle manière ! Pour cela, nous allons réaliser des mouvements et des sons (en titre) qui détermineront son parcours dans le cercle."

Pour chaque mouvement, laisser un temps d'expérimentation et un tour de cercle pour que les participant.e.s puissent s'approprier les mouvements et les réutiliser ensuite.

Le ya (son)

Mouvement du bras droit, du haut vers le bas vers la gauche (la boule d'énergie va vers la gauche)

Le swizz/ le holdem

Le bras gauche fait une vague vers la droite (la boule d'énergie va vers la droite)

Le zap

On frappe dans ses mains en les frottant puis on désigne quelqu'un avec le doigt, à qui on transfère la boule d'énergie dans le cercle.

Chabalok

Croiser les poignets devant soi à hauteur de poitrine. C'est un blocage qui renvoie la boule d'énergie à l'envoyeur.

Boule de bowling

Un.e participant.e fait rouler une boule de bowling au sol. Les autres doivent sauter pour l'éviter. L'animateur.rice récupère la boule et relance l'énergie.

Boule de feu

Bras tendus à l'horizontal, poignets joints, mains l'une sur l'autre, ouvertes (position de lancement de la boule de feu dans Dragon Ball Z)

Les autres participant.e.s l'évitent en se penchant en arrière comme dans matrix. L'animateur.rice la récupère.

L'ascenseur

Une personne appuie sur le bouton et tout le monde descend lentement. Il faut attendre qu'une autre personne du groupe appuie sur le bouton à nouveau pour pouvoir remonter lentement.

Fanfare brésilienne

Tout le monde se déplace et change de place dans le cercle en chantant comme au carnaval !

Olé colère !

La colère se déclenche quand un.e participant.e se trompe. Le/la participant.e tape des pieds et crie. Quand la colère est terminée, tout le monde dit ensemble « Olé ! »

Chaque participant.e peut enfin choisir un mouvement de son choix et permettre à la boule d'énergie de circuler.

L'animateur et animatrice, en fonction de son groupe, pourront choisir de ne faire que quelques mouvements ou d'établir une progression.

Rituel de séance 1 : Le ya/ le swizz

Rituel de séance 2 : Ajouter le zap

Rituel de séance 3 : Ajouter le chabalok

Rituel de séance 4 : Ajouter la boule de bowling

Et ainsi de suite...

Rituel de
début

"Swizz"

GS-CP-CE1

10'

Activité issue du
cartable des CPS



Objectifs :

- Identifier ses sensations et ses émotions
- Exprimer et gérer ses émotions de manière acceptable
- Développer l'empathie

Matériel :

Activité extraite *Graines de médiateurs en maternelle*
J. Duelz, P. Gosuin, Université de Paix (Belgique), 2020, p.75 [Guide]

Déroulement :

Expérimentation de la météo main
L'animateur et animatrice, montrent avec sa main une représentation des quatre émotions

JOIE Les mains en l'air doigts tendus et écartés image du soleil

COLERE Poings serrés

PEUR Mains tremblantes

TRISTESSE Doigts qui vont vers le bas (image de la pluie)

Au signal les enfants vont montrer en même temps comment ils se sentent.

Analyse :

"Est-ce facile ou difficile de reconnaître ses émotions ?
Est-ce que certains d'entre vous aimeraient expliquer pourquoi ils ont choisi leur geste ?
Combien d'enfants ont-ils eu un geste de la joie ? de la colère ? de la peur ? de la tristesse ?"

3 à 5 '

Météo main

Maternelle-CP-CE1

Activité issue de
Graines de
MédiateurMaternelles

Objectif :

- Comprendre les émotions
- Emotions de base/ normalisation des émotions/ pensées aidantes pensées nuisibles
- Expérimenter l'affirmation de soi

Matériel :

Causerie *Gestion des émotions, Emotions de base, Normalisation des émotions, Pensées aidantes, pensées nuisibles*, du cahier causerie Dis-moi tout Marvin, du programme Lanterne, Fondation Marie-Vincent. En annexe pp.18, 19, 20, 22, 23, 24

Déroulement :

Montrer les images et échanger autour des images. En annexe pp. 19, 23

Analyse :

En annexe pp. 18, 20, 22, 24

10 '

Gestion des
émotions

Expérimentation
de la respiration

Maternelle-CP-CE1

en
sous groupe

Contenu et images tirés
de la causerie *Gestion
des émotions*, Causerie
Emotions de base,
*Normalisation des
émotions Pensées
aidantes, pensées
nuisibles*, du
programme Lanterne,
Marie-Vincent du cahier
causerie Dis-moi tout
Marvin, du programme
Lanterne, Marie-
Vincent.



Le piano d'Amélie

Maternelle-CP-CE1

en
sous groupe

Activité issue de
Graines de Médiateur

Objectif :

Favoriser les stratégies qui font du bien

Matériel :

Activité extraite *Graines de médiateurs en maternelle*

J. Duelz, P. Gosuin, Université de Paix (Belgique), 2020, p.95 [Guide]

Déroulement :

Précaution : demander aux enfants s'ils sont ok pour qu'on se touche le dos, faire du lien avec la bulle intime, et le consentement

Si l'enfant est d'accord : faire piano, sinon le ballon qui gonfle gonfle gonfle

• Le piano d'Amélie

L'animateurs et animatrices, commencent à faire semblant d'être un.e pianiste, en pianotant devant lui.elle et invite les enfants à l'imiter.

Il.elle pianote doucement sur ses cuisses, ses mollets puis remonte sur son ventre, son torse, ses épaules, ses bras jusqu'à sa tête. Il.elle s'assure que les enfants le suivent.

Il.elle recommence à pianoter devant lui.

Il.elle se tourne sur sa droite tout doucement pour que les enfants le.la suivent et pianotent doucement sur le dos du voisin de droite.

Puis au milieu, puis à gauche.

Analyse :

" Etais-ce agréable ? Désagréable ?

Est-ce chouette de faire semblant de jouer au piano ? Comment vous sentez-vous maintenant ? Etais-ce agréable ou pas de toucher l'autre ? Et d'être touché ? "

10 '

Le piano qui gonfle, qui gonfle, qui gonfle

CP-CE1

(si pas
Piano d'Amélie)

En sous-groupe

Objectif :

Favoriser les stratégies qui font du bien

Matériel :

Activité extraite *Graines de médiateurs en maternelle*

J. Duelz, P. Gosuin, Université de Paix (Belgique), 2020, p.72 [Guide]

Déroulement :

L'animateur et animatrice, invitent les enfants à s'installer confortablement sur leurs chaises en décroisant les bras et jambes. Ils peuvent s'adosser et/ou toucher le sol avec leurs pieds.

Chacun.e imagine qu'il.elle est un ballon. Au signal de l'animateur.rice, ces ballons vont gonfler, en se remplissant d'air. Lorsque tous les ballons sont gonflés, l'animateur.rice fait un signe de la main comme s'il.elle piquait les ballons. A ce moment-là, les enfants soufflent l'air accumulé et se dégonflent complètement (attention les enfants doivent rester assis sur leurs chaises). L'animateur.rice peut proposer de gonfler et de dégonfler les ballons deux à trois fois d'affilée.

Analyse :

"Qu'est-ce que cela vous a fait de gonfler et de dégonfler votre ballon ? Comment vous sentez-vous maintenant ?"

10 '

**Objectif :**

Pouvoir dire ses émotions.

Matériel :

Balles émotions

Activité balles des émotions :

Le lot de balles émotions est composé de 6 balles de couleurs différentes. Sur chacune d'elles est représentée une expression faciale explicite : la joie, la tristesse, l'excitation, la peur, la colère et la surprise. Elles permettent d'aborder la compréhension des émotions sur un support original apportant une dimension ludique : le ballon

Déroulement :

" On va se lancer une balle, et à tour de rôle au moment de la recevoir, on essaie de savoir quelle émotion est sur la balle, puis on va essayer de décrire une situation où on a ressenti cette émotion."

Donnez des exemples aux enfants en disant clairement

- Je n'ai pas aimé quand un grand m'a poussé sur la cour
- J'ai eu peur quand le chien a foncé sur moi
- J'ai été heureuse quand j'ai appris la naissance de ma cousine
- J'étais triste quand j'ai perdu mon bracelet préféré

Analyse :

Est-ce agréable de jouer aux balles des émotions ? Est-ce facile de dire son émotion ?
Est-ce facile de trouver des situations dans lesquelles on a eu ces émotions ?

Balle des
émotions

Maternelle-CP-CE1

15 '

Balles émotions

**Objectif :**

Trouver des stratégies pour se changer les idées en faisant des gestes et des activités qui font du bien.

Matériel :

- Pâte à modeler
- Du papier et des crayons
- Musique

Déroulement :

Inviter les enfants à nommer des passe-temps qui les aident à se calmer ou à se changer les idées.

Par exemple : dessiner, faire de la pâte à modeler, jouer dehors sauter sur place.

Faites leur remarquer que le soleil sort tranquillement du nuage.

- Préparer des feuilles de papier et des crayons et demander aux enfants de gribouiller.
- Préparer de la pâte à modeler et demander aux enfants de faire une boule et un serpent.
- Demander aux enfants de faire la sauterelle en sautant 10 fois sur place.
- Ecouter de la musique et danser "Ponga le Judoka" 2'20 mn

Analyse :

"Ca sert à quoi de se changer les idées ? comment peut on faire pour se changer les idées et penser à autre chose ? Avez vous des idées qui vous aident à vous changer les idées ?"

"Se changer les idées !"

Maternelle-CP-CE1

Activité de l'IREPS

10'

"Rituel de fin "

L'animateur ou animatrice, lit deux ou trois petits délices à partir de l'album :

Les Petits riens et Petits délices

E. Brami, P. Bertrand, Editions du Seuil jeunesse, 2012, 134 p.

Au revoir ! On se revoit bientôt

5'

Ce qu'il s'est passé pendant la séance



« Mes ressources : se protéger, adulte de confiance »



20/45 min à 1 h



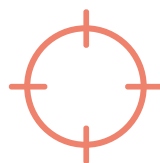
Maternelle-CP-CE1

"Un-e adulte de confiance est un-e adulte avec qui l'enfant se sent bien.
C'est quelqu'un qu'il aime voir, qui fait sourire et qui peut aider quand il y a un problème.
C'est aussi quelqu'un qui respecte sa bulle d'intimité."

Programme Lanterne



Cette séance nécessite de
l'observation. Les enfants
sont en général très attentifs
aux notions de bon et
mauvais secret



Objectif de la séance

Savoir identifier les situations à risques
Apprendre à se protéger
Repérer les adultes de confiance
Reconnaitre le bon du mauvais secret



Matériel et outils

- Activité du cartable des CPS
- Livre "J'aime mon corps"
- Causeries *Situations à risque, Adultes de confiance et Apprendre à se protéger*, du cahier causerie Dis-moi tout Marvin, programme Lanterne
- Livre "Le secret de Soro"
- "Les petits riens et petits délices"
- Sambac



Les grandes étapes

1. Rituel de début (cartable des CPS)
2. Lecture de "J'aime mon corps"
3. Échange autour des causeries du Programme Lanterne
4. Lecture de "Le secret de Soro"
5. Rituel de fin "Les petits riens et petits délices"



Accueil

1. Accueil
2. Présentation des objectifs
3. Présentation des modalités de l'atelier (rythme, temps, etc...)

Les animateurs et animatrices, attendent le silence qui arrive tranquillement pour dire bonjour et pour se présenter ainsi que la mascotte Samback.

Présentation des animateurs et animatrices, leur rôle :

"Bonjour, est-ce que vous savez pourquoi nous sommes là ?"

Samback est notre compagnon de route, il va nous aider à travailler et à réfléchir ensemble, il va nous raconter des histoires."

Présentation du programme :

"Pour apprendre à grandir ensemble et à vivre ensemble, à se sentir bien dans sa tête, dans son corps et avec les autres."

"Nous allons être ensemble jusqu'au mois de juin, nous allons faire des activités, des jeux, des exercices, des échanges."

5'

Rituel de début

"Swizz"

Maternelle

Objectifs :

- Se situer dans un groupe
- Créer une dynamique
- Favoriser la concentration

Matériel :

Activité du cartable des compétences psychosociales - IREPS Pays de la Loire

En ligne : www.cartablecps.org/page-17-18-0.html

Déroulement :

Les participant.e.s forment un cercle avec l'intervenant.e.

Consigne : "....."

Pour chaque mouvement, laisser un temps d'expérimentation et un tour de cercle pour que les participant.e.s puissent s'approprier les mouvements et les réutiliser ensuite.

Faire une ronde/ donner un mouvement simple et le faire les uns après les autres :

- 1 - Tape dans tes mains
- 2 - Tape avec les pieds
- 3 - Main sur les hanches
- 4 - Tête en haut en bas
- 5 - Touche ta tête
- 6 - On secoue son corps
- 7 - On tourne sur soi-même

10'



Rituel de début

"Swizz"

GS-CP/CE1

Objectifs :

- Se situer dans un groupe
- Créer une dynamique
- Favoriser la concentration

Matériel :

Activité du cartable des compétences psychosociales - IREPS Pays de la Loire

En ligne : www.cartablecps.org/page-17-18-0.html ml

Déroulement :

Les participant.e.s forment un cercle avec les animateur.rice.s.

Consigne :

"Nous allons nous passer une boule d'énergie. Mais pas de n'importe quelle manière ! Pour cela, nous allons réaliser des mouvements et des sons (en titre) qui détermineront son parcours dans le cercle."

Pour chaque mouvement, laisser un temps d'expérimentation et un tour de cercle pour que les participant.e.s puissent s'approprier les mouvements et les réutiliser ensuite.

Le ya (son)

Mouvement du bras droit, du haut vers le bas vers la gauche (la boule d'énergie va vers la gauche)

Le swizz/ le holdem

Le bras gauche fait une vague vers la droite (la boule d'énergie va vers la droite)

Le zap

On frappe dans ses mains en les frottant puis on désigne quelqu'un avec le doigt, à qui on transfère la boule d'énergie dans le cercle.

Chabalok

Croiser les poignets devant soi à hauteur de poitrine. C'est un blocage qui renvoie la boule d'énergie à l'envoyeur.

Boule de bowling

Un.e participant.e fait rouler une boule de bowling au sol. Les autres doivent sauter pour l'éviter. L'animateur.rice récupère la boule et relance l'énergie.

Boule de feu

Bras tendus à l'horizontal, poignets joints, mains l'une sur l'autre, ouvertes (position de lancement de la boule de feu dans Dragon Ball Z)

Les autres participant.e.s l'évitent en se penchant en arrière comme dans matrix.

L'animateur.rice la récupère.

L'ascenseur

Une personne appuie sur le bouton et tout le monde descend lentement. Il faut attendre qu'une autre personne du groupe appuie sur le bouton à nouveau pour pouvoir remonter lentement.

Fanfare brésilienne

Tout le monde se déplace et change de place dans le cercle en chantant comme au carnaval !

Olé colère !

La colère se déclenche quand un.e participant.e se trompe. Le.la participant.e tape des pieds et crie. Quand la colère est terminée, tout le monde dit ensemble « Olé ! »

Chaque participant.e peut enfin choisir un mouvement de son choix et permettre à la boule d'énergie de circuler.

L'animateur et l'animatrice, en fonction de son groupe, pourront choisir de ne faire que quelques mouvements ou d'établir une progression.

Rituel de séance 1 : Le ya/ le swizz

Rituel de séance 2 : Ajouter le zap

Rituel de séance 3 : Ajouter le chabalok

Rituel de séance 4 : Ajouter la boule de bowling

Et ainsi de suite...

Activité issue
du cartable des CPS

10'

Objectif :

Savoir identifier des situations à risques

**Matériel :***Le secret de Soro*

C. Le Maguet, Edition Bayard Jeunesse, 2022 [Album enfant]

Causerie *Situations à risque*, du cahier causerie Dis-moi tout Marvin, programme Lanterne, Fondation Marie-Vincent. En Annexe pp.25, 26

Déroulement :

Lecture du l'ouvrage.

Découverte des images du cahier-causerie.

Analyse du Secret de Soro :

De quoi parle le livre "Le secret de Soro?"

Comment a fait Soro pour se sentir mieux ?

Analyse de la Causerie Situations à risque :En annexe p.26

15 '

"C'est mon corps"

Maternelle - CP -CE1

En sous-groupe

Contenu de l'analyse tiré de la causerie *Situations à risque*, du cahier causerie Dis-moi tout Marvin, programme Lanterne. + lecture ouvrage

Apprendre à se protéger

Maternelle-CP-CE1

Contenu de l'analyse tiré de la causerie *Apprendre à se protéger*, du cahier causerie Dis-moi tout Marvin, programme Lanterne.

Objectifs :

Apprendre à se protéger

Matériel :*J'aime mon corps*

N. Luna, J. Dadivas, Editions Bayard Jeunesse, 2018, 12 p. [Album enfant]

Causerie *Apprendre à se protéger*, du cahier causerie Dis-moi tout Marvin, programme Lanterne, Fondation Marie-Vincent. En annexe p.27

Analyse :En Annexe p.28

15 '

Repérer les adultes de confiance

Maternelle-CP-CE1

Contenu de l'analyse tiré de la causerie *Adultes de confiance*, du cahier causerie Dis-moi tout Marvin, programme Lanterne.

Objectif :

Repérer les adultes de confiance

Matériel :

Causerie *Adultes de confiance*, du cahier causerie Dis-moi tout Marvin, programme Lanterne, Fondation Marie-Vincent. En annexe pp. 29, 30

Déroulement :

Présenter la notion d'adulte de confiance puis demander à chacun d'en nommer deux, écrire ou faire écrire par les enfants sur les étiquettes.

"Parle à une personne en qui tu as confiance, un adulte qui ne te fait pas peur. Ce peut être quelqu'un de ta famille, ton médecin, un adulte de l'école, du centre de loisirs, de tes activités extra-scolaires..."

Analyse :En annexe p.30

15 '

Séance 7

"Tu peux appeler au numéro gratuit pour les enfants, le 119, ou contacter par tchat la plateforme de signalement des violences sexuelles et sexistes et parler 24h/24 avec un policier ou un gendarme sur <https://www.service-public.fr/cmi>."



Rituel de fin

L'animateur ou animatrice, lit deux ou trois petits délices à partir de l'album :

Les Petits riens et Petits délices

E. Bami, P. Bertrand, Editions du Seuil jeunesse, 2012, 134 p.

Au revoir ! On se revoit bientôt

5'

Ce qu'il s'est passé entre les séances

Lecture
d'ouvrages

Entre la
Séance 7 et 8

Objectifs: Prolonger la séance 7

- Repérer un bon d'un mauvais secret
- Repérer les adultes de confiance

Matériel :

Les secrets

C. Dolto, Editions Gallimard jeunesse, 2017, 20 p. ([Album enfant]

Déroulement :

Lecture de l'ouvrage aux enfants

20'

CP -CE1



Trouver le soleil dans son coeur



20/ 45 min à 1 h

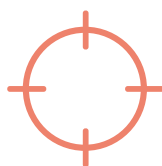


Maternelle-CP-CE1

"L'émotion est toujours liée au corps. La chaîne d'événements qui la compose passe par le corps : sensations liées aux changements de l'environnement, perception des modifications internes, préparation des muscles et des organes à l'action, etc. L'émotion fait d'abord parler le corps. Elle nous informe de la rupture de notre équilibre et nous pousse vers une nouvelle adaptation. Elle déclenche une alerte et nous prépare à l'action. "

L'expérience émotionnelle dans la relation psychomotrice
F. I Boscain, A. Saint-Cast, Enfances & Psy, n°49 avril 2010

https://santepsy.ascodocpsy.org/index.php?lvl=notice_display&id=147497



Objectif de la séance

Identifier ses sensations
Reconnaitre ses émotions
Lier les émotions aux sensations



Matériel et outils

- Les cartons des sensations physiques
- Des glaçons
- Des plumes
- Un sac à dos rempli de livres
- Des blousons chauds
- Sambac



Les grandes étapes

1. Identifier les sensations à l'aide de glaçons, plumes, sac à dos lourd, etc...
2. Un goûter pour se dire au-revoir et Merci !



Accueil

1. Accueil
2. Présentation des objectifs
3. Présentation des modalités de l'atelier (rythme, temps, etc...)

Les animateurs et animatrices, attendent le silence qui arrive tranquillement pour dire bonjour et pour se présenter ainsi que la mascotte Samback.

Présentation des animateurs et animatrices, leur rôle :

"Bonjour, est-ce que vous savez pourquoi nous sommes là ?

Samback est notre compagnon de route, il va nous aider à travailler et à réfléchir ensemble, il va nous raconter des histoires."

Présentation du programme :

"Pour apprendre à grandir ensemble et à vivre ensemble, à se sentir bien dans sa tête, dans son corps et avec les autres."

"Nous allons être ensemble jusqu'au mois de juin, nous allons faire des activités, des jeux, des exercices, des échanges."

5'

Rituel de début

"Swizz"

Maternelle

Objectifs :

- Se situer dans un groupe
- Créer une dynamique
- Favoriser la concentration

Matériel :

Activité du cartable des compétences psychosociales - IREPS Pays de la Loire

En ligne : www.cartablecps.org/page-17-18-0.html ml

Déroulement :

Les participant.e.s forment un cercle avec l'intervenant.e.

Consigne : «..... »

Pour chaque mouvement, laisser un temps d'expérimentation et un tour de cercle pour que les participant.e.s puissent s'approprier les mouvements et les réutiliser ensuite.

Faire une ronde/ donner un mouvement simple et le faire les uns après les autres :

- 1 - Tape dans tes mains
- 2 - Tape avec les pieds
- 3 - Main sur les hanches
- 4 - Tête en haut en bas
- 5 - Touche ta tête
- 6 - On secoue son corps
- 7- On tourne sur soi-même

10'

- Se situer dans un groupe
- Créer une dynamique
- Favoriser la concentration



Matériel :

Activité du cartable des compétences psychosociales - IREPS Pays de la Loire
En ligne : www.cartablecps.org/page-17-18-0.html

Déroulement :

Les participant.e.s forment un cercle avec les animateur.rice.s.

Consigne :

"Nous allons nous passer une boule d'énergie. Mais pas de n'importe quelle manière ! Pour cela, nous allons réaliser des mouvements et des sons (en titre) qui détermineront son parcours dans le cercle."

Pour chaque mouvement, laisser un temps d'expérimentation et un tour de cercle pour que les participants puissent s'approprier les mouvements et les réutiliser ensuite.

Le ya (son)

Mouvement du bras droit, du haut vers le bas vers la gauche (la boule d'énergie va vers la gauche)

Le swizz/ le holdem

Le bras gauche fait une vague vers la droite (la boule d'énergie va vers la droite)

Le zap

On frappe dans ses mains en les frottant puis on désigne quelqu'un avec le doigt, à qui on transfère la boule d'énergie dans le cercle.

Chabalok

Croiser les poignets devant soi à hauteur de poitrine. C'est un blocage qui renvoie la boule d'énergie à l'envoyeur.

Boule de bowling

Un.e participant.e fait rouler une boule de bowling au sol. Les autres doivent sauter pour l'éviter. L'animateur.rice récupère la boule et relance l'énergie.

Boule de feu

Bras tendus à l'horizontal, poignets joints, mains l'une sur l'autre, ouvertes (position de lancement de la boule de feu dans Dragon Ball Z)

Les autres participant.es l'évitent en se penchant en arrière comme dans matrix.

L'animateur.rice la récupère.

L'ascenseur

Une personne appuie sur le bouton et tout le monde descend lentement. Il faut attendre qu'une autre personne du groupe appuie sur le bouton à nouveau pour pouvoir remonter lentement.

Fanfare brésilienne

Tout le monde se déplace et change de place dans le cercle en chantant comme au carnaval !

Olé colère !

La colère se déclenche quand un.e participant.e se trompe. Le/la participant.e tape des pieds et crie. Quand la colère est terminée, tout le monde dit ensemble « Olé ! »

Chaque participant.e peut enfin choisir un mouvement de son choix et permettre à la boule d'énergie de circuler.

L'animateur.rice, en fonction de son groupe, pourra choisir de ne faire que quelques mouvements ou d'établir une progression.

Rituel de séance 1 : Le ya/ le swizz

Rituel de séance 2 : Ajouter le zap

Rituel de séance 3 : Ajouter le chabalok

Rituel de séance 4 : Ajouter la boule de bowling

Et ainsi de suite...

Rituel de
début

"Swizz"

GS-CP-CE1

10'



Objectifs :

- Découvrir des expressions liées aux émotions
- Expérimenter des situations pour reconnaître les sensations physiques
- Lier les sensations aux émotions

Matériel :

Cartons des sensations physiques

N. Duchemin, G. Dufour, J.P. Morin, Editions Midi Trente, Canada, 2015

[Cartons d'activités psychoéducatives]

Déroulement :

Faire des ateliers tournants (5-10 min par atelier) selon le nombre d'adulte présent.

1. Perdre ses mots

Donnez deux bouts de papier aux enfants. Sur le premier écrivez sensation à l'envers, sur l'autre physique à l'envers. Demandez aux enfants de lire les deux mots à voix haute. Il réalisera comment on peut se sentir lorsqu'on a de la difficulté à s'exprimer et qu'on perd ses mots.

2. Avoir le cœur au bord des lèvres

Demandez aux enfants de tourner sur eux-mêmes. Invitez-les ensuite à fermer les yeux. Il se peut alors qu'il ressente une sensation de vertige ou de nausée.

3. Se sentir lourd comme un éléphant

Demandez aux enfants de marcher avec un sac à dos bien rempli en leur demandant de se concentrer sur la sensation de lourdeur.
Faire du lien avec les différents types de secret.

4. Avoir froid dans le dos

Appliquez des glaçons dans le cou des enfants. Est-ce trop froid ? Que faut-il faire pour se réchauffer ?

5. Suer à grosses gouttes

Jouez au « bonhomme de neige en plein été », demandez aux jeunes de s'habiller très chaudement et faites un peu de jogging sur place. Est-ce agréable ? Trouvez ensemble des solutions loufoques pour remédier à la situation.

6. Etre à fleur de peau

Préparez un ensemble d'objets qui « chatouille », « effleure », et échangez sur cette sensation.

7. La sensation sans nom

Demandez aux enfants de dessiner la sensation sans nom. Où se situe-t-elle dans son corps ? Quelle émotion lui fait-elle vire ?

Analyse/ Prise de conscience :

"Avez-vous aimé ou non cette activité ?

Etait-ce difficile ou facile de réaliser cette activité ?

Qu'est-ce qui vous a permis de trouver la bonne position ?"

Aider l'enfant à faire le lien entre les sensations et les émotions.

20 '

Atelier tournant
en sous-groupe

Séance 8

Se dire Au revoir

Objectifs :

Se dire au revoir

Déroulement :

Goûter

Danse et musique pour se dire au revoir...



30 '

Ressources de l'IREPS Pays de la Loire

Le cartable des compétences psychosociales [Site internet de ressources : Rubrique Les CPS en pratique]

IREPS (Instance régionale d'éducation et de promotion de la santé) Pays de la Loire, 2010...

En ligne : www.cartablecps.org/page-17-0-0.html

Activités utilisées :

- Le Swizz (Compétence > Etre habile dans ses relations)
- Avance comme moi...variante de : Se lève qui... (Compétence > Conscience de soi)
- Fleur des qualités (Compétences > Conscience de soi)
- La roue des émotions (Compétences > Savoir gérer ses émotions)

La boîte Magique

Boîte fermée avec un miroir à l'intérieur [A fabriquer]

Mascotte Samback [Peluche]

Choisir une peluche qui fera office de compagnon de route

Ressources du programme Lanterne

Programme Lanterne : protéger nos tout-petits de la violence sexuelle. Montréal : Fondation Marie-Vincent, 2019

En ligne : www.Marie-Vincent.org

Outils complémentaires du programme Lanterne :

- *Cahier-causerie. Dis-moi tout, Marvin. Parler de sexualité de manière adaptée aux jeunes enfants : Eduquer pour protéger*, Fondation Marie-Vincent, 104 p. [Guide]
- *Marvin a disparu* - R. Dufresne, G. Després, Fondation Marie-Vincent, 2018, 24 p. [Album enfant]
- *Toi comme moi* - M. Sansregret, G. Beaupré, Fondation Marie-Vincent, 2018, 24 p. [Imagier]
- *La bulle de Miro* - R. Dufresne, G. Després, Fondation Marie-Vincent, 2018, 24 p. [Album enfant]
Disponible sur : www.youtube.com/watch?v=G1hjYgG_0&ab_channel=fondationmv

Ressources complémentaires

Le secret de Soro

C. Le Maguet, Edition Bayard Jeunesse, 2022 [Album enfant]

Tu es extraordinaire

R. Brisenden, N. Reed, Clorophyl, Edition 1,2,3 Soleil, 2021, 30 p. (Coll. Albums-Histoire) [Album enfant]

Graines de médiateurs en maternelle

J. Duelz, P. Gosuin, Université de Paix, (Belgique), 2020, 175 p. [Guide]

Tu Peux !

E. Gravel, 2019/2020

En ligne : www.elisegravel.com/ [Livret, Affiches]

Tu es comme tu es.... ou le secret de la communication bienveillante

O. Clerc, G. Bordicchia, Editions Flammarion, 2019, 41p. (Coll. Les albums du Père Castor) [Album enfant]

Le sais-tu ? que tu ne dois pas tout savoir

M. Roegiers, M. Vigneault, Editions Alice jeunesse, 2018, 33 p. (Coll. Histoires comme ça) [Album enfant]

J'aime mon corps

N. Luna, J. Dadivas, Editions Bayard Jeunesse, 2018, 12 p. [Album enfant]

Les ressources utilisées pour le programme

Les secrets

C. Dolto, Editions Gallimard jeunesse, 2017, 20 p. (Coll. Giboulées) [Album enfant]

Ça suffit les bisous !

P. Bruckner, J.P. Kerloc'h, M. Itořz, Editions Glénat, 2016, 40 p. [Album enfant]

Cartons des sensations physiques

N. Duchemin, G. Dufour, J.P. Morin, Editions Midi Trente, (Canada), 2015 [Cartons d'activités psychoéducatives]

Les petits découvreurs... de la sexualité : activité pédagogique préscolaire en prévention de l'agression sexuelle. Guide de l'enseignant

V. Thériault, F. Michaud, 2014, Directions régionales de santé publique de la Capitale Nationale et de Chaudière Appalaches (Canada), 74 p. [Guide]

Les Petits riens et Petits délices

E. Brami, P. Bertrand, Editions du Seuil jeunesse, 2012, 134 p. + 24 magnets (Coll. Les pépites du Seuil jeunesse) [Album enfant]

Jean Petit qui danse

Nombreuses versions disponibles en ligne [Comptine]

Puzzles le corps humain Fille / Garçon en 5 étapes

Beleduc Lernspielwaren GmbH, 2004 [Puzzles]

Balles émotions

Vinco Educational [Kit]



**Service National d'accueil de
l'enfance en danger**
www.Allo119.gouv.fr

Ressources locales :

CRIP (Cellule départementale de recueil des informations préoccupantes) : 02 51 17 21 88

Interface, avec les services du département (protection maternelle et infantile, action sociale et aide sociale à l'enfance), ainsi que le parquet. Travaille avec les professionnels de l'Éducation Nationale, des divers services sociaux, des hôpitaux, médecins et spécialistes libéraux, des associations, des services de police et de gendarmerie, des élus locaux, etc. En lien avec le 119. Ce service informe chaque département des appels reçus concernant des mineurs en danger ou susceptibles de l'être en transmettant désormais à la cellule départementale toute information préoccupante.

ISG intervenante sociale en gendarmerie : 02 28 24 14 43

Accueil et écoute active en évaluant la nature des besoins sociaux. Intervient en proximité selon la situation de crise, participe au repérage précoce des situations de détresse sociale, informe et oriente vers les services sociaux de secteur, spécialisés et/ou les services de droit commun, facilite le dialogue interinstitutionnel entre les services de sécurité publique et la sphère socio médico-éducative, participe à l'observatoire national du dispositif en complétant régulièrement la grille statistique du ministère de l'intérieur et en rédigeant un rapport d'activité annuel

UAPED (Unité d'accueil pédiatrique des enfants en danger) du CHU de Nantes : 02 40 08 44 54

Unité pédiatrique spécialisée qui accueille les enfants et les adolescents pour une évaluation, à la demande de la famille ou d'un professionnel. Elle les reçoit également pour un examen sur réquisition judiciaire. Elle est référente pour le repérage et le diagnostic des situations de violences faites aux enfants et aux adolescents.

Ressources nationales :

Association l'enfant bleu (soutien, écoute, prévention, formation enfance maltraitée) : 01 56 56 62 62

Enfance et partage stop maltraitance (protection et défense des enfants victimes de violences) : 0800 05 12 34

Enfance Majuscule (soutien et protection des droits de l'enfant) : 01 42 05 04 90

La Voix de l'Enfant (défense et droits des enfants victimes de violence) : 01 40 22 04 22

Sites :

Association Mémoire Traumatique & Victimologie Information et lutte contre les violences

En ligne : www.memoiretraumatique.org

CRIFIP Centre de Recherches Internationales et de Formation sur l'Inceste et la Pédocriminalité (formation et prévention adultes, enfants, adolescents)

En ligne : www.crifip.com

Enfants en danger : comment les repérer ? Que faire ?

Ministère de l'Education Nationale et de la jeunesse, Eduscol,

En ligne : www.eduscol.education.fr/1013/enfants-en-danger-comment-les-reperer-que-faire?menu_id=1217

Dis-moi tout Marvin...

Parler de sexualité de manière adaptée aux jeunes enfants : éduquer pour protéger

© 2024 Marie-Vincent

Toute reproduction de cet ouvrage, même partielle, par quelque procédé que ce soit est interdite

Annexe fournie par la Fondation Marie-Vincent dans la cadre de la réalisation de ce livret

Dis-moi tout, Marvin...

**Parler de sexualité
de manière adaptée
aux jeunes enfants :
éduquer pour
protéger !**





**Ling, le grand chef cuisinier
qui nourrit son bébé**



Enzo, danseur étoile



Ali, scientifique en herbe



Justine est en colère



Miro est triste



**Justine, la super-héroïne
qui fait voler son avion!**



Billie, pilote de course

Je suis moi, tu es toi, nous sommes égaux!



1 Savais-tu qu'il existe plein de façons différentes d'être un·e enfant? As-tu déjà entendu quelqu'un dire que certaines couleurs, certains vêtements, certaines activités, ou même certaines émotions étaient réservées aux filles ou aux garçons? Crois-tu que c'est vrai?

→ Invitez les enfants à parler de leurs couleurs et vêtements préférés.

Parle-moi d'un vêtement que tu aimes beaucoup.

2 **Chaque couleur est belle et différente, et tu as le droit de toutes les aimer, et de toutes les porter.** Tu peux choisir les vêtements que tu portes parce que tu les trouves beaux, mais aussi parce que tu te sens bien dedans. Par exemple, peut-être que ton éducatrice ou ton éducateur trouve très joli son pantalon vert, mais peut-être aussi qu'elle ou il le porte parce qu'il est très confortable pour jouer par terre avec toi. La cuisinière ou le cuisinier de ta garderie aime peut-être beaucoup son tablier avec des chats, mais c'est aussi pour se protéger et ne pas se salir!

→ Invitez les enfants à parler de leur réalité à la maison.

Qui fait la cuisine à la maison? Qui s'occupe de te border le soir? Tu vois, tout le monde peut cuisiner et s'occuper des enfants.

3 **Savais-tu que toutes les personnes, adultes et enfants, vivent les mêmes émotions :** colère, peur, joie et tristesse? Savais-tu qu'il n'y a pas d'émotions de filles ou de garçons? Toutes les personnes ont le droit de pleurer, d'être en colère, de rire et d'avoir peur.

→ Invitez les enfants à parler de leurs émotions.

Parle-moi d'un moment où tu as été triste. Parle-moi d'un moment où tu as eu peur. Etc.

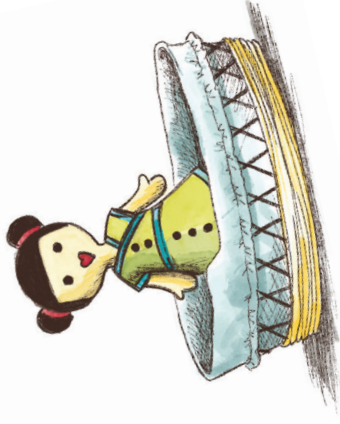
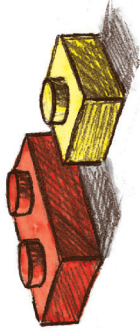
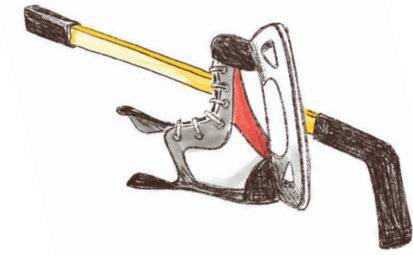
4 Savais-tu que qui que tu sois, tu peux devenir ce que tu veux? Professeur·e, policière ou policier, cuisinière ou cuisinier, scientifique, danseuse ou danseur de ballet, sportive ou sportif professionnel·le, avocate ou avocat. **Tu peux choisir le métier qui t'intéresse. Chaque enfant peut être intelligent·e, fort·e, excité·e, émotif·ve, bruyant·e, créatif·ve et brave.**

→ Invitez les enfants à parler de leurs qualités et accomplissements.

Parle-moi d'un moment où tu as eu du courage. Parle-moi d'un moment où tu as réussi un casse-tête très difficile.

Parle-moi d'un moment où tu as fait ton plus beau bricolage. Parle-moi du moment où tu as couru le plus vite.

Ce que tu aimes faire, porter, manger, ce que tu ressens dans ton cœur et comment tu l'exprimes, tout cela fait de toi qui tu es. **Personne ne peut choisir qui tu es et ce dont tu es capable. Seulement toi!**



Diversifier mes activités

1 As-tu déjà fait un casse-tête? Les morceaux d'un casse-tête se ressemblent, mais chacun est unique. Quand on met tous les morceaux du casse-tête ensemble, ça fait une belle image. Mais cette image serait très différente s'il manquait des morceaux.

C'est la même chose avec les personnes qui composent un groupe. Elles ont beaucoup de points en commun et elles sont toutes uniques.

Elles peuvent donc s'intéresser aux mêmes activités, aux mêmes jouets. Elles peuvent jouer toutes ensemble. Elles peuvent aussi aimer des choses que les autres n'aiment pas. Par exemple, un·e enfant peut être la ou le seul·e de sa classe à aimer faire des casse-têtes! Ou encore, un·e enfant peut jouer au ballon avec des ami·e·s qui aiment le ballon, et ensuite faire du dessin avec des ami·e·s qui aiment dessiner, sans que ce soit les mêmes ami·e·s.

→ Invitez les enfants à vous parler des activités qu'elles-ils font avec leurs ami·e·s.

Parle-moi d'un ami ou d'une amie que tu aimes beaucoup. Qu'est-ce qui fait que vous vous ressembliez? Qu'est-ce que vous aimez faire ensemble?

2

Il existe toutes sortes d'activités : des activités calmes, des activités qui font réfléchir, des activités qui font bouger, des activités qui permettent de construire de belles choses.

→ Invitez les enfants à lever la main si elles-ils aiment faire l'activité proposée.

Qui aime danser? Qui aime jouer au hockey? Qui aime dessiner? Qui aime jouer d'un instrument de musique?

Qui aime faire des jeux de construction? Qui aime se costumer? Qui aime chanter? Qui aime faire la course?

3

Il se peut que tu n'aies jamais essayé les activités que je viens de nommer, parce que tu pensais que tu n'en avais pas le droit. **Souviens-toi que c'est en essayant des nouvelles choses que tu pourras savoir si tu aimes cela, comme avec la nourriture!** Quand tu trouves un nouvel aliment dans ton assiette, tu dois y goûter pour savoir si tu aimes cela ou pas. C'est la même chose pour les activités! **Plus tu essaies de nouvelles choses, plus tu seras capable de dire : « Ça, j'aime ça! » ou encore « Je n'aime pas ce jeu ».**

Si un·e enfant dit : « C'est pour les garçons! » ou « C'est pour les filles », posez-lui la question suivante : Si je te disais « la pizza, c'est pour les filles » ou « le poisson, c'est pour les garçons », crois-tu que j'aurais raison? Pourquoi? C'est la même chose pour les jeux et les activités. La seule personne qui peut dire si c'est un jeu ou une activité pour toi, c'est TOI!





Connaissance de soi et estime de soi



1 Savais-tu qu'il n'y a personne d'autre comme toi?

2 Il y a seulement un _____ (nom de l'enfant)
et une _____ (nom de l'enfant).

3 Il y a plein de choses que tu as en commun
avec les autres enfants et aussi plein de choses
qui sont différentes. Tu as ta famille à toi, ta
maison, tes jeux, tes joies, tes peurs, tes forces, tes
difficultés, tes ami·e·s...

4 Il y a des choses que tu aimes, mais que d'autres
enfants n'aiment pas. Il y a des choses que
certains enfants aiment et que, toi, tu n'aimes pas.

→ Demandez aux enfants si elles·ils se reconnaissent dans
les émotions, les attitudes et les activités des enfants
illustré·e·s sur l'image : donner et recevoir un câlin, jouer
aux blocs, lire, jouer tout·e seul·e ou avec les autres,
pleurer ou être de bonne humeur, etc.

→ Invitez les enfants à lever la main si elles·ils aiment :

- jouer au parc
- voir des clowns
- jouer avec des insectes
- se salir les mains
- manger des brocolis
- se baigner
- promener un chien
- faire des spectacles

→ Posez des questions ouvertes comme :

- Dis-moi tout sur tes jeux/couleurs/repas/animaux préférés...
- Parle-moi de ce que tu aimes de toi...
- Parle-moi de ta famille, de tes frères/soeurs/ami·e·s...

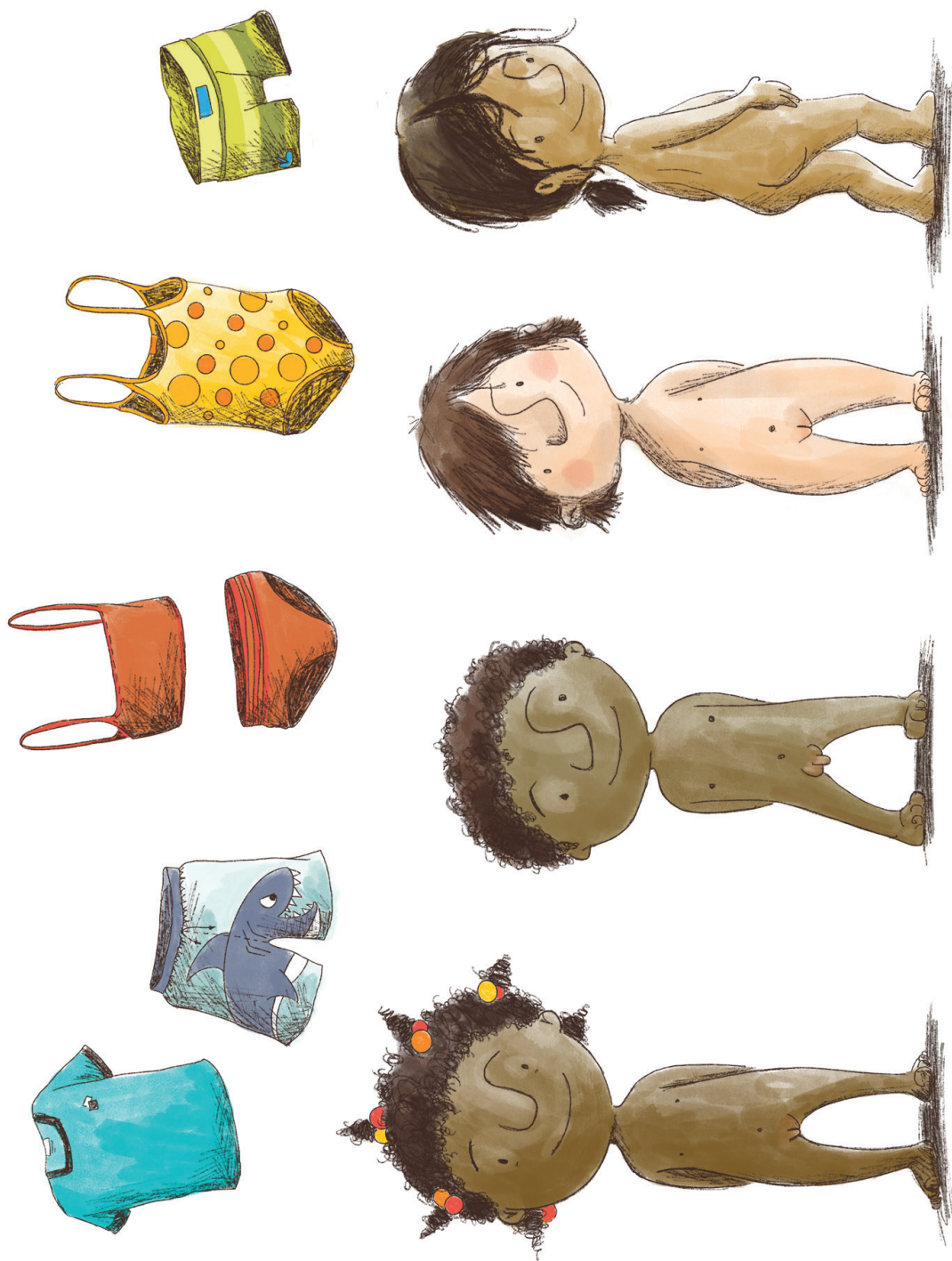
5 Il y a des choses que tu réussis facilement.

On appelle ça avoir des forces. Il y a aussi d'autres choses que tu trouves plus difficiles à faire, pour lesquelles ça te prend un peu plus d'entraînement. Tu peux compter sur les gens que tu aimes pour t'aider à faire quelque chose qui est plus difficile pour toi, et il est aussi possible qu'on te demande de l'aide pour quelque chose que tu réussis bien.

Es-tu capable de me nommer une force que tu as?

Ou quelque chose que tu réussis très bien?

→ Si l'enfant n'en identifie aucune, nommez une force pour elle·lui. Mettez l'accent sur la confiance en soi, l'autonomie et la débrouillardise manifestées par les enfants dans différentes situations. Faites remarquer aux enfants combien elles·ils peuvent compter les un·e·s sur les autres dans différentes activités ou situations.
Par exemple : Toi, tu aides souvent les autres quand on fait des casse-têtes. Toi, tu aides les autres quand elles·ils sont tristes ou qu'elles·ils s'ennuient de leurs parents.



Anatomie



1 Savais-tu que **toutes les parties de ton corps sont importantes** et qu'elles servent toutes à quelque chose?

→ Invitez les enfants à reconnaître les parties du corps : la tête (cheveux, yeux, oreilles, nez, bouche, etc.), les épaules, les bras, les mains, la poitrine, le ventre, le dos, les fesses, les jambes, les pieds, les orteils, etc.

2 Peux-tu me dire **où sont les parties intimes**?

Réponse: Ce sont les parties du corps qui sont cachées sous tes sous-vêtements ou ton maillot de bain.

Beaucoup d'enfants trouvent ça drôle de parler des parties intimes, mais **ce sont des parties du corps comme les autres!**

3 Les mots qu'utilisent les médecins pour nommer les parties intimes sont : **les fesses, la vulve, le pénis, les testicules, les seins et les mamelons**. Toutes les parties intimes sont différentes. Il n'y en a pas deux pareilles, comme il n'y a pas deux nez pareils.

4 **À quoi servent tes parties intimes?**

Réponses:

- Niveau 1: Ta vulve ou ton pénis servent à faire pipi. Tes fesses servent à faire caca, mais aussi à t'asseoir.
- Niveau 2: Les parties intimes produisent les petites cellules qui permettent aux grandes personnes de faire des bébés.

5 C'est normal d'être curieux·se, de vouloir comprendre la façon dont les différents corps sont faits. C'est aussi normal de découvrir ton propre corps et de trouver que c'est agréable de toucher tes parties intimes. Rappelle-toi que tes parties intimes sont précieuses et qu'elles sont privées. Ton corps t'appartient à toi, et c'est la même chose pour celui des autres.



Vous pouvez utiliser les mots «parties intimes» ou «parties sexuelles».



Hygiène



1 Il est important de **laver toutes les parties de ton corps**, surtout celles qui sont gardées au chaud et celles qui ont chaud.

→ Invitez les enfants à identifier ces parties du corps : les cheveux, les aisselles, derrière les oreilles, le cou, le nombril, la vulve, le pénis, les fesses, l'aîne, entre les doigts, entre les orteils.

2 As-tu remarqué que des flèches rouges pointent certaines parties du corps de Miro sur l'image ?
Ces parties sont plus fragiles. Ce sont comme des petites portes qui peuvent laisser entrer les microbes dans ton corps. Il est important de ne pas y toucher si tu as les mains sales et de ne pas mettre d'objets dedans pour ne pas te blesser. Par rapport aux parties intimes, il est aussi important de changer souvent de sous-vêtements.

3 Savais-tu que, même si quelqu'un prend son bain avec toi, **tu es toujours la championne et le champion pour laver ton corps** ? Et que cette autre personne est la championne pour laver **son** corps ?

→ Invitez les enfants à faire semblant de se laver et à le faire une partie du corps à la fois.

Évolution du corps



Diversité corporelle



Évolution du corps et diversité corporelle



1 **Ton corps change** et changera tout au long de la vie...

2 Toutes les personnes que tu connais ont d'abord été des bébés. Quand les bébés grandissent, ils deviennent des enfants, puis des adolescent·e·s. Plus tard, ils deviennent des adultes et, ensuite, des personnes âgées.

→ Invitez les enfants à parler de l'évolution du corps qui est illustrée et à reconnaître où elles·ils se situent.

3 **Quand on est petit**, notre corps peut ressembler beaucoup à celui des autres enfants, sauf parfois pour nos parties intimes. **Quand on grandit**, toutes les parties du corps grandissent aussi et changent, et c'est normal. **Quand on devient adulte**, notre corps ne grandit plus, mais il continue de changer au fil du temps.

4 Attention! Chaque corps est différent. Il existe des personnes de toutes les grandeurs, de toutes les formes et de différentes couleurs de peau. Certaines portent des lunettes, ont une voix grave

et des cheveux frisés. D'autres ont des petits pieds, des cheveux longs et ont besoin d'aide pour se déplacer, comme avec un fauteuil roulant ou une canne, par exemple. Chaque personne est unique! C'est normal et c'est fantastique!

→ Invitez les enfants à reconnaître les similitudes et les différences entre les personnages de l'image.

5 **Ton corps est unique.** Personne n'a le même corps que toi. Ton corps est à toi, et mon corps est à moi. Ton corps est très précieux. Il te sert à bouger, à manger, à dormir, à jouer, à aimer! Ton corps n'a pas à être pareil au corps des autres. Il est comme il est, et c'est ce qui te rend unique et spécial·e.

6 **C'est normal d'être curieux par rapport à ton corps** et à celui des autres, d'être intrigué par ses changements à travers le temps. Rappelle-toi cependant qu'il ne faut jamais rire du corps de quelqu'un d'autre.

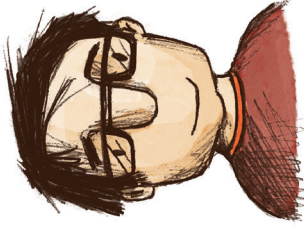
→ Invitez les enfants à vous poser leurs questions par rapport au corps.



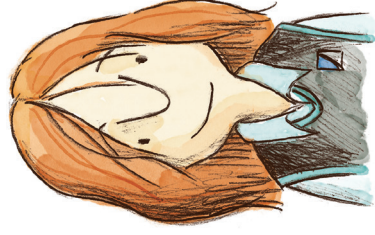
voisine



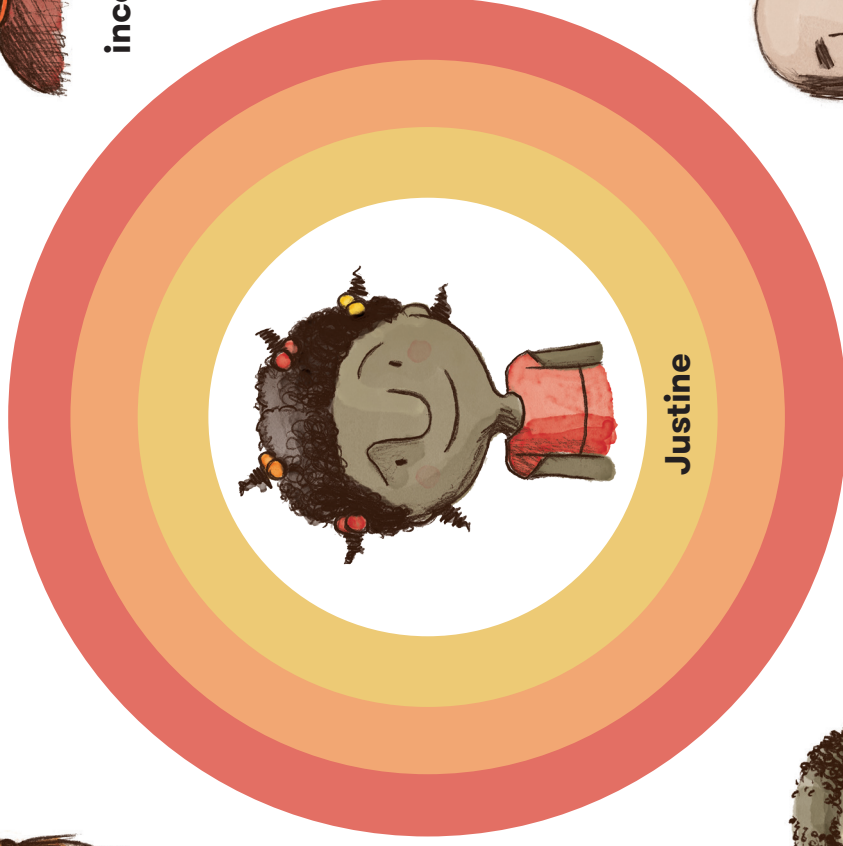
papa



inconnu



maman



Justine



ami Ling



voisin Nassim



Miro

éducatrice Gabrielle



Frontières



1 Il y a des personnes **qu'on connaît beaucoup**, des personnes **qu'on connaît un peu** et des personnes **qu'on ne connaît pas du tout**. Les personnes qu'on ne connaît pas du tout s'appellent «des inconnu·e·s».

→ Invitez les enfants à identifier les personnes autour de Justine et à les classer dans les différents cercles de couleur :

- Est-ce que *Justine* connaît beaucoup sa maman ?
- Est-ce que c'est une personne proche d'elle? Elle va donc dans le cercle jaune, alors que le monsieur aux lunettes est un inconnu. Il va dans le cercle rouge.

2 As-tu remarqué que plus une **personne est connue et proche de toi**, plus son cercle est proche du tien? Que plus une **personne est inconnue et loin de toi**, plus son cercle est loin du tien?

→ Invitez les enfants à parler de leurs cercles de couleur et des personnes de leur entourage.

3 Savais-tu qu'il y a des actions qu'on peut faire avec des personnes qu'on connaît beaucoup, mais qu'on ne peut pas faire avec des personnes qu'on connaît moins ou avec des inconnu·e·s?

→ Discutez avec les enfants des gestes autorisés selon le degré de connaissance de la personne en vous référant aux ronds de couleur.

Exemples de gestes :

- Faire un câlin
- Partir seul·e avec la personne
- Se faire chatouiller
- Tenir la main
- Etc.



Affirmation de soi



1 Qu'est-ce que ça veut dire, « s'affirmer » ?
S'affirmer, c'est être capable de dire aux autres ce qu'on aime et ce qu'on n'aime pas. Ça veut aussi dire de décider ce qu'on veut et ce qu'on ne veut pas. S'affirmer, c'est demander aux autres de nous respecter. Pour certains enfants, c'est facile; pour d'autres, ça ne l'est pas.

- En vous référant à l'image, invitez les enfants à parler de situations où elles-ils peuvent s'affirmer. Par exemple :
- Quand quelqu'un te fait une grimace.
 - Quand quelqu'un te bouscule.
 - Quand quelqu'un te fait du mal.
 - Quand quelqu'un rit de toi.

2 Savais-tu que **personne ne peut savoir ce que tu penses dans ta tête ni ce que tu ressens dans ton cœur** si tu ne le dis pas **clairement** avec des **mots** et avec **ton corps** ?

3 **Si tu veux dire quelque chose clairement à une personne, tu dois :**

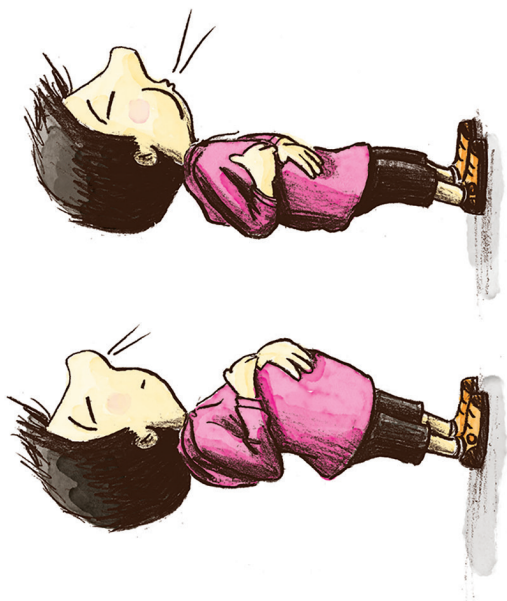
- Te tenir droit·e, un pied devant bien ancré au sol, et mettre tes mains sur tes hanches.
 - Regarder la personne dans les yeux.
 - Gonfler tes poumons, parler fort et lentement pour qu'elle comprenne ton message.
- Invitez les enfants à pratiquer l'affirmation de soi en prenant la posture et en répétant différentes phrases comme :
- Recule! Tu me déranges!
 - Arrête! J'aime pas ça!
 - Non! Je veux pas jouer à ça!

4 Si c'est encore difficile pour toi de t'affirmer, tu peux t'aider en pensant à des choses qui te donnent du courage ou de la force.

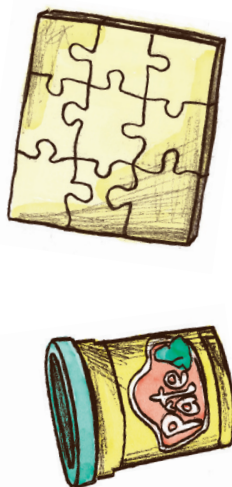
- Invitez les enfants à nommer des personnes, des personnages, des animaux, des chansons, des mots, qui leur apportent du courage, et qui peuvent leur venir en aide dans leur recherche d'affirmation (par exemple, un·e ami·e qui les encourage, une superhéroïne qui leur donne de la force, un lion qui rugit), ou encore invitez-les à répéter mentalement des phrases comme : Je suis capable! Je vais y arriver! J'ai raison! etc.



**Comment faire revenir le soleil
dans ton cœur?**



respirer



te changer les idées



dire avec des mots

Gestion des émotions



1 C'est normal d'avoir des «émotions nuage» dans son cœur, mais ce n'est pas agréable. Heureusement, il y a plein de façons de faire revenir le soleil dans ton cœur, comme :

- **Respirer** doucement. Pour t'aider, tu peux imaginer que tu sens le parfum d'une fleur, et ensuite que tu souffles pour éteindre une bougie.
- Invitez les enfants à faire semblant qu'elles-ils cueillent une fleur d'une main et qu'elles-ils prennent une bougie sur un gâteau de fête de leur autre main. Montrez-leur à sentir **len-te-ment** la fleur et à souffler **len-te-ment** la bougie, et ce, jusqu'à ce qu'elles-ils se sentent plus calmes.

- **Te changer les idées** en faisant des gestes ou des activités qui te font du bien.

→ Invitez les enfants à nommer des passe-temps qui les aident à se calmer ou à se changer les idées. Par exemple dessiner, faire de la pâte à modeler, jouer dehors, sauter sur place, etc. Faites-leur remarquer que le soleil sort tranquillement du nuage. Aidez-vous de l'image au besoin.

2 **Dire avec des mots comment tu te sens** à la personne qui a mis un nuage dans ton cœur ou à une autre personne en qui tu as confiance et qui peut t'aider à te sentir mieux.

- Donnez des exemples aux enfants en disant clairement :
- _____, je me sens triste quand tu m'empêches de jouer avec toi.
 - _____, je suis fâché-e parce que _____ a pris le jouet que je voulais.
 - _____, j'ai eu peur quand tu as fermé la lumière.

3 Savais-tu que la meilleure façon de savoir comment quelqu'un se sent dans son cœur, c'est de lui demander : « **Comment te sens-tu dans ton cœur?** »

- Demandez aux enfants, à tour de rôle, comment elles-ils se sentent dans leur cœur présentement.



Miro
est content



Justine
a peur



Ling
est triste



Justine
est fâchée

Émotions de base



- 1 Savais-tu que **tout le monde ressent des émotions** dans son cœur?
- 2 Montre-moi où est ton cœur. **Quelles émotions connais-tu?**
 - Invitez les enfants à nommer les émotions des personnages sur l'image : joie, colère, peur et tristesse. Demandez aux enfants ce que ressentent les personnages et pourquoi ils se sentent ainsi.
- 3 As-tu remarqué qu'il y a des émotions agréables, comme la joie, le calme, l'excitation et la surprise : ce sont des « émotions soleil ». Il y a aussi des émotions moins agréables comme la tristesse, la peur et la colère : ce sont des « émotions nuage ».
- 4 Tous les enfants ont des émotions et elles·ils les expriment avec des mots ou avec leur corps.
 - Invitez les enfants à se lever debout et à mimer les émotions une après l'autre. Prêtez attention au langage corporel relié aux émotions, et non pas seulement au visage.

5 Voici comment ton corps te parle quand tu as une émotion :

- **Quand on est triste**, on peut pleurer, avoir la gorge serrée, avoir le corps penché vers l'avant et se sentir lourd·e, se mettre en boule, avoir envie d'être seul·e.
- **Quand on est fâché·e**, on peut grogner, froncer les sourcils, faire les gros yeux, serrer les dents, taper du pied, serrer les poings, devenir rouge.
- **Quand on a peur**, on peut sursauter, se figer, avoir le cœur qui bat plus vite, avoir chaud, avoir mal au ventre, se cacher, sentir que ses mains sont mouillées, trembler.
- **Quand on est heureux·se**, on peut sourire, se sentir bien, être content·e d'être avec les autres, se sentir calme et léger·ère ou se sentir excité·e et avoir envie de sauter partout.



Normalisation des émotions



1 Savais-tu que **tu as le droit d'être fâché·e ou en colère**? Ça ne veut pas dire que tu n'es pas gentille ou gentil. Tout le monde vit de la colère, garçon comme fille, adulte comme enfant. Tout le monde peut avoir le goût de crier, de taper et de lancer des choses quand elle·il est en colère.

→ Montrez Miro qui est en colère sur l'image. Faites parler les enfants.

Parle-moi de la dernière fois où tu as été en colère.

2 Savais-tu que **tu as le droit de pleurer quand tu es triste**? Ça ne veut pas dire que tu es un bébé. Tout le monde se sent triste de temps en temps, garçon comme fille, adulte comme enfant. Tout le monde a le goût de pleurer quand elle·il se sent triste, même les grandes personnes.

→ Montrez le papa de Justine et Miro qui est triste sur l'image. Faites parler les enfants.

Parle-moi de la dernière fois où tu t'es senti triste.

3 Savais-tu que **tu as le droit d'avoir peur**? Ça ne veut pas dire que tu n'as pas de courage. Tout le monde vit de la peur, garçon comme fille, adulte comme enfant. Tout le monde peut se figer ou avoir le goût de se sauver quand elle·il a peur, même les grandes personnes.

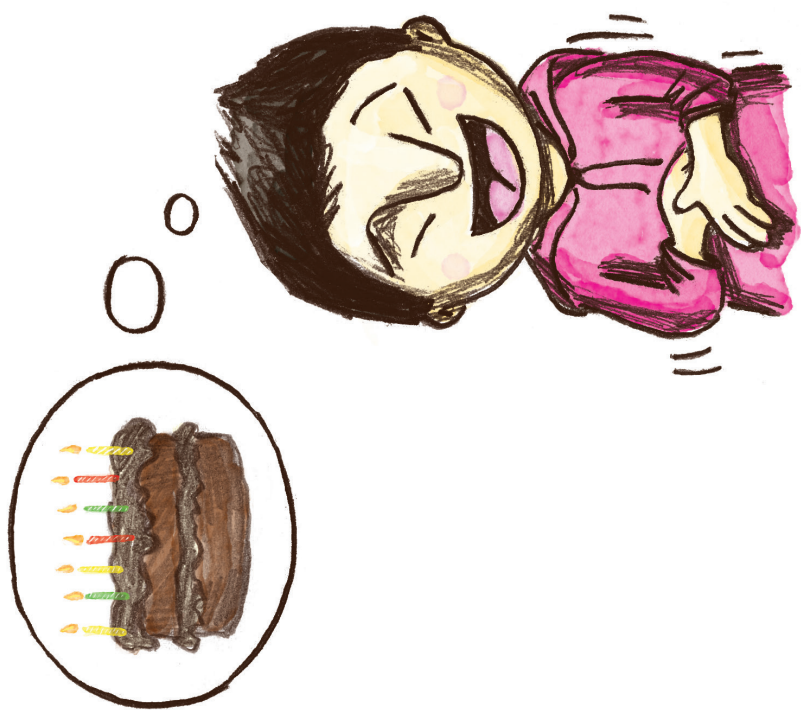
→ Montrez Nassim, le voisin de Justine et Miro qui a peur sur l'image. Faites parler les enfants.

Parle-moi de la dernière fois où tu as eu peur.

4 Savais-tu que **toutes les personnes autour de toi ont un cœur rempli d'émotions**? Savais-tu que les émotions changent tout le temps? Elles arrivent, restent un moment et s'en vont selon ce qui se passe dans la journée...

→ Demandez aux enfants d'exprimer leurs émotions :
Comment te sentais-tu dans ton cœur ce matin? Et maintenant?

→ Donnez l'exemple d'un·e enfant dont le vécu émotif a changé depuis son arrivée à la garderie. Insistez sur le fait que les émotions passent et changent au cours de la journée.



Pensées aidantes ou nuisibles



- 1 Savais-tu que **tous les enfants et les adultes pensent à des choses dans leur tête** toute la journée?
- Invitez les enfants à dire à quoi Ling pense sur la première image, et à quoi il pense sur la deuxième image. Quand on pense à quelque chose, on se dit des mots dans notre tête. Comme Ling qui se dit sûrement:
- «J'ai hâte à ma fête et de souffler les bougies sur mon gâteau!»
 - «Oh non! j'ai cassé mon jouet!»

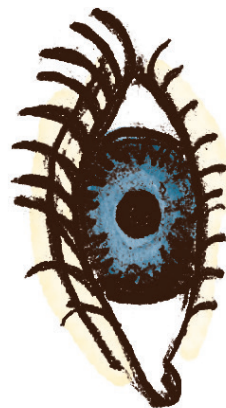
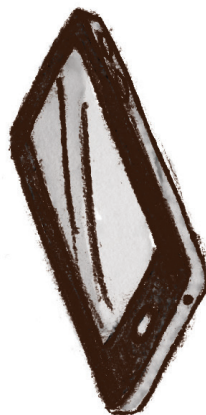
- 2 **Ces mots qu'on dit dans notre tête, ce sont des pensées.** On les dit dans notre tête, mais on ne les dit pas avec notre bouche.

- Invitez les enfants à reconnaître à quoi elles·ils pensent dans différentes situations en leur faisant lever la main si elles·ils pensent ces mots dans leur tête:
- Quand on goûte quelque chose qu'on n'aime pas au dîner, qui pense dans sa tête: «Ouache! J'aime pas ça!»?
 - Quand on se réveille le matin, qui se dit: «J'ai faim! Je veux mon déjeuner!»?

- Quand on a envie de pipi et que ça presse, qui se dit: «Je dois aller aux toilettes vite, vite!»?
 - Le soir, quand la journée est presque finie et que les parents commencent à arriver à la garderie, qui pense dans sa tête: «J'ai hâte moi aussi de rentrer à la maison!»?
- 3 Les pensées sont toujours là, dans nos têtes. La nuit, elles se transforment en rêves.
- 4 Savais-tu que personne, même pas ton ou tes parents, ne peut savoir ce que tu penses dans ta tête?

- 5 **La seule façon de savoir ce que quelqu'un pense, c'est de lui demander:** «À quoi tu penses dans ta tête?»





Situations à risque

1 Savais-tu qu'il y a des gestes que les grandes personnes **n'ont pas le droit** de faire envers les enfants? Quels sont-ils?

2 Il est **très important** que tu te rappelles que:

- (MONTREZ L'IMAGE DE LA MAIN)

Personne n'a le droit de **toucher** tes parties intimes

- (MONTREZ L'IMAGE DE L'OEIL)

Personne n'a le droit de **regarder** tes parties intimes

- (MONTREZ L'IMAGE DE LA BOUCHE)

Personne n'a le droit de **donner des bisous** sur tes parties intimes

- (MONTREZ L'IMAGE DU TÉLÉPHONE)

Personne n'a le droit de **prendre en photo** tes parties intimes

3 Peux-tu me dire c'est quoi les parties intimes?

Réponse: Ce sont les parties du corps qui sont cachées sous tes sous-vêtements ou ton maillot de bain.

4 **Personne n'a le droit de te demander** de toucher, de regarder, de donner des bisous ou de prendre en photo **ses parties intimes**.

Même si:

- Tu trouves ça drôle
- On te dit que c'est un secret ou que tu ne peux pas en parler
- C'est avec une personne que tu aimes
- On te dit que c'est un jeu

5 (FAITES L'INTONATION ET AU BESOIN, UTILISEZ LA MARIONNETTE MARVIN QUI SE TIENT LES OREILLES.)

Si ces gestes t'arrivent, **ton cœur, ton corps et ta tête doivent se dire: «Oh! ooh, ça ne va pas.»**

6 Les **seuls** moments où une grande personne **peut** toucher et regarder tes parties intimes, c'est quand:

- Tu vas voir un·e docteur·e avec ton parent à côté de toi
- Tu as besoin d'aide pour t'essuyer aux toilettes
- Tu as besoin d'aide pour te laver dans le bain
- Ton parent doit vérifier quand tes parties intimes piquent ou font mal
- Tu fais de la fièvre et ton parent doit prendre ta température



**NON!
ARRÊTE!**



1 t'affirmer



2 t'en aller



3 parler

Apprendre à se protéger

Il est **très important** de savoir **quoi faire** si :

- Une personne te demande de faire un geste ou fait un geste qu'elle **n'a pas le droit de faire**.
- Ton cœur, ta tête ou ton corps se disent :
«**Oh! ooh, ça ne va pas.**»

1 Tu dois t'affirmer.

S'affirmer, c'est être capable de dire aux autres ce qu'on aime et ce qu'on n'aime pas. Ça veut aussi dire de décider ce qu'on veut et ce qu'on ne veut pas. S'affirmer, c'est demander aux autres de nous respecter.

Avec ton corps

- Tiens-toi droit·e, un pied devant bien ancré au sol, et mets tes mains sur tes hanches.
- Regarde la personne dans les yeux.
- Gonfle tes poumons et crie pour qu'elle comprenne ton message.

Avec des mots

- Crie : «**NON!**»
- Crie : «**ARRÊTE!**»

2 Tu dois t'en aller et...

- sortir de la pièce;
- te rendre dans un endroit où il y a d'autres personnes;
- aller retrouver ton parent, ton éducatrice ou éducateur ou tout autre adulte de confiance.

3 Tu dois parler de ce qui est arrivé à un·e adulte de confiance.

Savais-tu que quand tu parles à un·e adulte de ce qui ne va pas, elle ou il **est obligé·e de t'aider**. Si cette personne ne t'aide pas, parle à **un·e autre adulte**, jusqu'à ce qu'un·e adulte de confiance te croie et t'aide. Ça peut arriver de ne pas avoir été capable de dire «**NON!**» ou «**ARRÊTE!**», ou de ne pas avoir réussi à quitter la pièce. Si ça t'arrive, ce n'est **pas** de ta faute. Il faut que tu en parles pour que ça n'arrive plus. C'est courageux d'être capable d'en parler.

→ Invitez les enfants à pratiquer chacune des étapes pour qu'elles et ils intègrent les habiletés de protection de soi. Certains enfants peuvent hésiter à crier ou à s'affirmer. Il est d'autant plus important de répéter régulièrement ces habiletés avec ces enfants.





**une adulte qui peut t'aider
quand tu as un problème**



**un adulte avec qui
tu te sens bien**

Adultes de confiance



- 1 Un·e adulte en qui tu as confiance, c'est un·e adulte avec qui **tu te sens bien**. C'est quelqu'un que tu **aimes voir, qui te fait sourire et qui peut t'aider quand tu as un problème**. C'est aussi quelqu'un qui **respecte ta bulle**.

→ Invitez les enfants à se rappeler ce qu'est « la bulle ».

Réponse: La bulle, c'est l'espace autour de toi dont tu as besoin pour te sentir bien. Ta bulle peut être grande ou petite, cela dépend de chaque personne.

→ Demandez aux enfants: Quand doit-on parler à un·e adulte de confiance?

- 2 On doit parler à un·e adulte de confiance quand:

- Une personne fait un geste ou te demande de faire un geste qu'elle **n'a pas le droit** de faire.
- Ton cœur, ta tête ou ton corps se disent: « Oh! ooh, ça ne va pas. »
- Ta tête te dit « J'aime pas ça », « Je ne suis pas sûr·e que c'est correct », « Je veux partir ».
- Tu as peur d'une personne ou tu ne veux pas être près d'elle.
- Une grande personne que tu ne connais pas te demande de la suivre ou de partir avec elle.
- Tu as un problème, même si le problème arrive avec une personne que tu aimes.

- 3 « Parle-moi des **adultes de confiance** qui sont **autour de toi**. »

Réponses possibles: Ton ou tes parents, tes grands-parents, tes tantes et oncles, etc.

Tu peux aussi parler à **d'autres personnes**.
Qui sont les adultes de confiance, à part les personnes de ta famille?

Réponses possibles: Les policières et les policiers, les infirmières et les infirmiers, les éducatrices et les éducateurs, etc.

4 (EN MONTRANT SUR L'IMAGE MIRO ET SON ÉDUCATRICE)

Sais-tu que, moi, je suis toujours là pour toi, pour t'écouter quand tu viens me parler? Mon travail, **c'est d'écouter comment tu te sens dans ton cœur, de t'aider quand tu as des problèmes et de répondre à tes questions**. Je suis un·e adulte de confiance pour toi, tu peux me parler quand tu veux!



L'IREPS Pays de la Loire, s'interroge depuis de nombreuses années sur l'enjeu majeur de santé publique et l'impact des violences sexuelles sur la santé. Elle a investi cette problématique depuis 2021 et souhaite partager, à travers ce programme, son expérience de terrain auprès des professionnels de l'éducation, du social et du médico-social qui travaillent auprès d'enfants de 4 à 8 ans et plus.

Ce livret "clé en main" propose un parcours pour renforcer les compétences psychosociales des enfants, en y intégrant les dimensions sur la promotion des relations égalitaires entre les genres, sur le respect de l'intimité, sur l'approche corporelle et notamment savoir nommer les parties intimes, sur le repérage des adultes de confiance, sur l'affirmation de soi et l'apprentissage du "non" dans des objectifs de prévention des violences sexuelles.

La Ronde des Lucioles s'articule autour de 8 séances pédagogiques progressives et adaptées à l'âge et la maturité des enfants de classe de maternelle à début de primaire.