



Programme éducatif à la vie affective et sexuelle du CHAN^T pour les Foyers

Association départementale
des amis et parents
de personnes handicapées mentales

C. H. A. N^T (Centre d' Habitats et d' Accompagnement NanTais)

3 avenue de la IV^{ème} République - 44400 REZE

Tél. : 02-40-04-12-82 - Fax : 02-40-04-06-88

e-mail : chant@adapei44.asso.fr

ASSOCIATION MEMBRE DE L'UNAPEI

SOMMAIRE :

Programme éducatif à la vie affective et sexuelle du CHANt pour les Foyers :

- Séance 1 : 1a « Créons notre groupe »
1b : « Le portrait »
- Séance 2 : « Identifier ses émotions »
- Séance 3 : « A chacun son émotion »
- Séance 4 : 4a « Mes besoins, mes envies »
4b : « Mes propres limites »
- Séance 5 : « Respecter (limites) des autres »
- Séance 6 : 6a « Je m'affirme – Oser dire non »
6b : « le bilan »

C.H.A.N^t- Foyers

m.a.j. janvier 2018

« Promouvoir la santé relationnelle, affective et sexuelle des personnes en situation de handicap »

Date :

Durée : 2 heures

Public : Adultes en situation de handicap mental ou psychique

Séances : **1** - 2 - 3 - 4 - 5 - 6

Thèmes : VIAS

Séance 1a « Créons notre groupe »

Préparation en amont :

- 1 support avec le nom et prénom de chaque participant
- pour la séance suivante il est proposé aux personnes de venir avec une photo ou une image leur correspondant. (proposition pas d'obligation)
- date de la prochaine rencontre
- 4 images émoticônes
- 1 image symbolique pour chaque séance (images expos ?)
- Quiz sur ce qu'on peut dire du PEVAS en dehors du groupe (fixer les limites)
- Prévoir un cahier par participant ou classeur vierge avec pochettes plastiques.

30 min pour préparer la salle.

Accueil : 2/3 min	Boisson Vouvoiement/On (règles de parole dans le groupe)
Présentation des protagonistes : 10/15min	
Présentation des animateurs	- 1 ^{ère} séance tous les animateurs sont présents juste le temps de la présentation et ensuite seulement deux interviendront - Nom, prénom
Présentation des participants	- Chacun des participants se présente

<p><u>Présentation du panneau</u> <u>cadre : 30min</u></p>	<p>Présentation de la grande feuille :</p> <p>Titre : Programme éducatif à la vie affective et sexuelle</p> <ul style="list-style-type: none"> - Recueillir leurs représentations sur le programme PEVAS - Echanges - Proposition de choisir une image qui évoque le programme et des expos. <p>Le parcours 1 : préciser</p> <ul style="list-style-type: none"> - Le nom « j'apprends à me connaître » - Calendrier - Le titre des séances (images) <p>Définir le cadre :</p> <ul style="list-style-type: none"> - « selon vous, que vous faut-il pour vous sentir bien dans ce groupe » - Echanges (respect de l'autre, de soi, écoute, règles, bâton (de parole, de pluie, de Berger, de colle....)) - Quiz
<p>Pause 10/15 min</p>	

Séance 1b : « le Portrait »

45 min	Contenu de la séance	Outils à prévoir
	<p>Suite de la séance 1 La salle est déjà prête, les participants sont présents, les picto émotions ont été positionnés par participants et animateurs.</p>	<p>-mallette, pictos, crayons, -panneau alimenté au mur -2 tables pour étaler les images, photos</p>
	<p>En deuxième partie, nous allons faire la séance « mon portrait» du programme « j'apprends à me connaître et mieux connaître les autres » On va aborder les questions -qui suis-je ? qu'est-ce que j'aime ? qu'est-ce que je préfère ? Pour cela vous allez avoir un grand portrait vide que vous allez personnaliser avec des images, photos qui vous correspondent.</p>	<p>Picto de la séance « Portrait »</p>
	<p>Ensembles des questions -je suis : Homme /femme ? - le chanteur que j'aime - si j'étais un animal - ma couleur préférée - je préfère mer/ montagne/ campagne ? lieu -ce que j'aime comme activité (sport, cuisine, TV, cheval, foot, dessin, musique, chorale, vélo...) Si un participant ne trouve pas ce qui lui correspond, on peut l'écrire dans son cahier et l'inviter à rechercher l'image pour la prochaine séance.</p>	<p>Répartir sur deux tables 3 groupes de pictos pour que ce soit aéré. un animateur par table inviter les participants à venir choisir les images déjà prêtes colle, stylo, feutres...</p>
	<p>A la fin de ce temps, chacun est invité à présenter son portrait (sans obligation). A nous d'insister sur les points communs et les différences de chacun. MAIS unicité = valeur</p>	
	<p>Chacun avec son cahier, répondant à la question « la séance t'as-t-elle plu aujourd'hui ? ».</p> <p>Recueillir les impressions de chacun, préciser que c'est un temps où chacun s'exprime mais</p>	<p>Pictos smiley (6 exemplaires)</p>

	pas d'échange ou commentaire de la part du groupe. coller le picto smiley choisi	
	Nous arrivons à la fin de la séance de ce jour. Nous vous invitons à enlever votre photo. N'hésitez pas à chercher des images pour personnaliser votre cahier. Vous pouvez vous faire aider de vos éducateurs. Merci de votre participation et à la séance prochaine.	
	Fin de la séance	

Rituel de fin	Un cahier leur sera donné : <ul style="list-style-type: none"> - Personnalisation du cahier - Calendrier des rencontres - Organisation du cahier : A gauche : Une image pour la séance du jour, A droite : expression libre.
	<u>Avant de se quitter</u> : <ul style="list-style-type: none"> - Inviter chacun à s'exprimer son ressenti : Proposer 2 smiley - Demander à chacun s'il a envie de revenir - Ranger sa photo dans sa pochette et préciser qu'il faudra la recoller à la nouvelle séance afin de recréer le groupe - Remercier - Se dire au revoir

A éviter :

Les prises de notes pendant les séances

Débriefing entre animateurs

Ce qui s'est passé pendant la séance

Personnes présentes :

Echanges durant l'Abaque de Régnier (rituel de fin sur le ressenti)

Remarques générales :

Evaluation thématiques :

Evaluation ressenti :

C.H.A.N^t- Foyers

« Promouvoir la santé relationnelle, affective et sexuelle des personnes en situation de handicap »

Date :

Durée : 2 heures

Public : Adultes en situation de handicap mental ou psychique

Séances : 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6

Thèmes : VIAS

Séance 2 : « identifier ses émotions »

Contenu de la séance	Outils à prévoir
Bonjour, mettre notre photo en premier, leurs demandez d'installer leurs photos	Photo individuelle + Photos des encadrants
S'asseoir avec eux pas forcément en face, les éducateurs répartis dans le groupe. Etre là dans une posture d'accueil, éviter de donner son ressenti, peut influencer Leur demander de mettre la photo de leur émotion, comment ils se sentent.	photos Ireps (tristesse peur, colère, joie, je ne sais pas)
Rappel des règles des séances, (respect, non jugement, droit à l'erreur, droit de ne pas répondre, possibilité d'entraide) Rappel de la séance d'avant, leur demander ce qu'ils se rappellent Parler du thème d'origine. Mettre le picto représentant le thème des émotions. Leur demander ce que ça veut dire pour eux les émotions, ce que ça représente. Echanger sur les pictos	Outil « le langage des émotions » présentant le thème, (les 5 émotions sur une carte représentant la tristesse, peur, colère, joie, je ne sais pas) Picto : tristesse, joie, peur, colère, je ne sais pas
Présenter 4 photos avec des scénettes Associer les 4 photos scénettes aux 4 émotions. Leur demander de chercher la scénette qui correspond à l'émotion.	photos avec des émotions, photos avec des scènes représentant des émotions (mallette Ireps)

Ne pas juger les émotions.	
Leur demander de Prendre leur cahier qu'ils écrivent ou dessinent ce qu'ils pensent de la séance, leur demander comment ils se sentent	

Rituel de fin	<p><u>Avant de se quitter :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Inviter chacun à s'exprimer son ressenti : Proposer 2 smiley - Demander à chacun s'il a envie de revenir - Ranger sa photo dans sa pochette et préciser qu'il faudra la recoller à la nouvelle séance afin de recréer le groupe - Remercier - Se dire au revoir
---------------	---

Débriefing entre animateurs

Ce qui s'est passé pendant la séance

Personnes présentes :

Echanges durant l'Abaque de Régnier (rituel de fin sur le ressenti)

Remarques générales :

Evaluation thématiques :

Evaluation ressenti :

C.H.A.N^t- Foyers

« Promouvoir la santé relationnelle, affective et sexuelle des personnes en situation de handicap »

Date :

Durée : 2 heures

Public : Adultes en situation de handicap mental ou psychique

Séances : 1 - 2 - **3** - 4 - 5 - 6

Thèmes : VIAS

Séance 3 : A chacun son émotion

5 min	<p>ACCUEIL Arrivée des personnes, Proposition d'une petite collation Echanges informelles</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Boissons - Gobelets - Gâteaux
5 min	<p>Reconstitution du groupe Inviter chaque personne à coller sa photo sur le panneau sous l'image correspondant à son humeur du jour S'installer. L'animateur s'assure que chacun à coller sa photo – et signifie que le groupe est reconstitué, que la séance peut commencer.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Panneau cadre - Les 5 images émotionnelles
5 min	<p>Rappel des prénoms : Une personne lance la balle à quelqu'un d'autre en disant son prénom. Etre attentif à ce que chacun regarde son interlocuteur dans les yeux.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Debout - Jeu du ballon (balle en mousse)
	<p>Echange sur l'humeur du jour Dans quelle humeur j'arrive aujourd'hui ? comment je me sens ? Chacun s'exprime, s'il le souhaite, sans que le groupe échange On accueille juste les ressentis de chacun. les animateurs restent bienveillants.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - la planche émotion (émoticônes, vient en support pour ceux qui veulent et qui n'arrivent pas à exprimer leur ressenti.

	<p>Rappel de la séance précédente Quel sont vos souvenirs ... qu'avons-nous fait...</p> <p>choix d'ouvrir ou de fermer les cahiers pour le rappel.</p> <p>Possibilité de montrer aux autres ce qu'ils ont pu faire dans leur cahier entre les séances (page expression libre)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - cahiers personnels (chaque site fait l'achat des cahiers pour ses usagers)
	<p>Introduire le thème de la séance du jour : Les émotions (suite) Mettre le symbole du jour, « La dernière fois nous avons identifié 4 émotions – Nous avons vu que nous pouvions les deviner sur le visage (dans les yeux...) sur le corps (poing serré...) Aujourd'hui, nous allons continuer à réfléchir et à discuter des émotions »</p>	<ul style="list-style-type: none"> - sur la grande feuille - le symbole de la séance du jour
<p>Objectif : Prendre conscience que la voix exprime et transmet une émotion</p> <p>10 MIN</p>	<p>intonation de la voix et émotion « La voix peut aussi exprimer une émotion » A partir d'un échange verbal court, jouer avec différentes émotions. Les animateurs créent des personnages et jouent les mises en situations. <u>Ex : de mises en situation :</u> Passes moi le sucre (agressif et gentiment) Mon grand père est mort : (triste et joie) Arrêtes de me taper ! (colère et joie) Aujourd'hui c'est mon anniversaire, je vais avoir un cadeau (joie et triste) Oh un serpent ! (peur et neutre) Après chaque phrase, inviter les participants à dire qui de Lola ou Zoé a dit la phrase « comme il faut », de façon juste. « En fonction du ton utilisé, on agit différemment envers l'autre – on peut être entendu ou pas. Si tu n'utilises pas le bon ton, l'autre ne comprend pas. Si on ne veut pas quelque chose, il faut que l'autre le comprenne clairement ».</p> <p><u>A eux de jouer !</u> Proposer à ceux qui le veulent, de dire un mot ou une phrase en choisissant une émotion – faire deviner son émotion juste en parlant leur demander d'être attentif à leur ressenti quand il entend l'autre : est-ce un ressenti agréable ou désagréable ? Quelle émotion a-t-il joué ?</p>	<p>Pour éviter que les participants collent les situations à la réalité = utilisation d'accessoires à prévoir sur chaque groupe: lunette, foulards, casquette... + changer les prénoms ex : Lola et Zoé.</p> <p>Préciser que ce sont de fausses situations, c'est « pour de faux » !</p> <p>Ne pas juger, leur dire quel est le code social dans les émotions exprimées.</p> <p>En deux groupes de 4 1 animateur par groupe 1 liste de mots et phrases simples</p>

	donner la parole à la personne qui a joué l'émotion pour lui permettre d'exprimer ce qu'il a voulu exprimer.	
Objectif : Prendre conscience que tout le monde ne ressent pas les mêmes émotions au même moment	<p>A chacun son émotion Présenter le plateau de jeu aux participants.</p> <ul style="list-style-type: none"> - S'assurer que chacun repère bien les émotions représentées. <p>Énoncer la consigne. « Je vais distribuer à chacun un jeton. Je vais vous montrer une situation sur une image. Il sera strictement interdit de parler ou de faire un son... personne ne doit deviner à quoi cela vous fait penser. (sinon, cela risque d'influencer ou de gêner les autres). Puis à mon signal, vous allez poser votre jeton sur le visage qui représente l'émotion que vous ressentiriez dans cette situation. »</p> <p>S'assurer que chacun ait compris la consigne – éventuellement, proposer un exemple. (ex : en montrant l'image de la piscine, précisez : « Si vous allez à la piscine, que ressentez-vous ? »</p> <p>Les animateurs jouent aussi. Pour éviter le mimétisme, proposer à chacun de réfléchir (dans sa tête) et au signal : 1 2 3 = tout le monde pose en même temps. Amener cette consigne de façon ludique. Quand chacun a posé son jeton, interroger les participants : <ul style="list-style-type: none"> o Est ce que quelque chose vous surprend ? o Comment se fait-il que vous n'avez pas mis votre jeton tous sur la même case ? Expliquer qu'il n'y a pas de bonnes ou mauvaises émotions. Qu'elles appartiennent à chacun ; que nous sommes tous différents et que nous ne ressentons pas tous les mêmes choses. Tout ce que chacun ressent est juste.</p>	<p>1 plateau des émotions</p> <ul style="list-style-type: none"> - 4 cases avec visage + des émotions + nom de l'émotion - jetons personnalisés (cercle avec leur prénom) (à fabriquer sur les sites) - 8 images de situations (piscine, le grand huit, paysage enneigé, montagne, concert, plage/mer, restaurant, discothèque)
5 min	Développer l'empathie	
10 mn	<p>Rituel de fin, Chaque participant prend son cahier. Une double page / séance – page gauche = représentation de la séance – page droite = expression libre (photo, écrits...) Chacun colle le symbole de la séance. Reprendre les images situations – puis chacun colle l'image + le visage émotion qui lui correspond. Proposer à chacun de personnaliser son cahier</p>	<p>Images symboles de la séance</p> <p>images de situations images des émotions matériel de bureau (crayons, colle, ciseaux cahier personnel</p>
10 mn	<p>Bilan de la séance As-tu aimé la séance aujourd'hui ?</p>	<p>Tableau Un verre de l'amitié</p>

	<p>oui = content / bof = neutre / non = colère Recueil d'une impression / la séance en utilisant des smiley. Préciser que c'est un temps où chacun s'exprime mais il n'y a pas d'échange ou de commentaire de la part du groupe. Les animateurs veillent tout de même à ce que chacun aille bien en partant et peuvent interroger un « non » pour mieux comprendre ce qui n'a pas plu. Chacun enlève et range sa photo merci et à la prochaine fois</p>	
--	---	--

Débriefing entre animateurs

Ce qui s'est passé pendant la séance

Personnes présentes :

Echanges durant l'Abaque de Régnier (rituel de fin sur le ressenti)

Remarques générales :

Evaluation thématiques :

Evaluation ressenti :

C.H.A.N^t- Foyers

« Promouvoir la santé relationnelle, affective et sexuelle des personnes en situation de handicap »

Séance 4a : « Mes besoins, mes envies »

Date : _____ Durée : 2 heures

Public : Adultes en situation de handicap mental ou psychique

Séances : 1- 2- 3 – **4** – 5 – 6

Thèmes : VIAS

Matériel nécessaire

- Smileys humeur
- Vignettes Besoins/Envies repositionnables
- Tableau avec deux colonnes Besoins et Envies
- Petits tableaux récapitulatifs

09h50	Préparation de la salle	
10h00	Accueil	Inviter chaque personne à son arrivée à coller sa photo sur le panneau, puis à s'installer. Quand tous sont installés, l'animateur signifie que le groupe est constitué et que la séance peut commencer
10h05		Rappel des prénoms + coller les « smileys humeur »
10h07		Rappel de la séance précédente. Quels sont vos souvenirs ? Que vous rappelez vous ? Possibilité de reprendre les cahiers pour faciliter la démarche
10h12		Introduire la séance du jour : Mettre le picto de la séance sur le tableau
10h15	Intro	Expliquer que les besoins sont des choses indispensables à notre survie (ex: manger. Si je ne mange pas, je peux mourir), alors que les envies

<p style="text-align: center;">Ateliers</p> <p>10h30</p>	<p>sont des choses que l'on choisies, mais qui ne mettent pas notre vie en jeu (ex : le chocolat, j'adore ça ; mais si je n'en mange pas, je ne meurs pas).</p> <p><u>1^{er} jeu</u></p> <p>Essayer de repérer les vignettes qui représentent les besoins fondamentaux parmi toutes celles proposées. Puis les coller dans la colonne besoins du tableau.</p> <p>Puis, échanger avec les résidents à propos de la question suivante :</p> <p>Comment répondre à ses besoins ?</p> <p>Laisser les participants amener des propositions puis ajuster ou compléter. Il faut écouter son corps :</p> <ul style="list-style-type: none"> - le ventre qui gargouille = faim - sensation de chaud = soif - sensation de froid = se couvrir <p><u>2^{ème} jeu</u></p> <p>Avec les vignettes envies qui restent du premier jeu, demander à chacun ce qu'il aime ou pas. Chacun peut entourer ce qu'il aime sur le petit récapitulatif.</p> <p>Puis échanger à propos de la question suivante :</p> <p>Comment répondre à ses envies ?</p> <p>Laisser les participants amener des propositions puis ajuster en expliquant que chacun y répond en fonction de ses choix, de ses goûts. C'est personnel.</p>
<p>10h40 Conclusion</p>	<p>Distribuer les picto de la séance et inviter chacun à les coller sur leur cahier. Puis leur demander de coller à côté le tableau récapitulatif</p>
	<p>Demander à chacun ce qu'il retient de la séance et s'ils se sentent bien en collant les « smileys humeur »</p>
<p>10h45 fin de la séance</p>	

Séance 4 B : « Mes propres limites »

Matériel :

- Tableau
- Smileys humeur
- Colle

Contenu de séance	Outils à prévoir
Bonjour, mettre notre photo en premier, leur demandez d'installer leurs photos	les pictos photos individuels
S'asseoir avec eux pas forcément en face, les éducateurs répartis dans le groupe. Etre là dans une posture d'accueil, éviter de donner son ressentis, peut influencer Demander à ceux qui le souhaitent d'exprimer leurs ressentis. Comment ils se sentent aujourd'hui et de mettre la photo pour appuyer ce qu'ils ont pu exprimer. On accueille les ressentis sans jugement, on reste bienveillant.	Pictos émotions picto Ireps (tristesse, joie, peur colère, je ne sais pas)
Rappel des règles des séances, (respect, non jugement, droit à l'erreur, droit de ne pas répondre, possibilité d'entraide) Rappel de la séance d'avant, leur demander ce qu'ils se rappellent, demander d'ouvrir leur cahier. Possibilités si ils le souhaitent de montrer ce qu'ils ont fait.	Cahier individuel
Introduire la séance du jour, mettre le symbole sur le tableau. Expliquer qu'on a tous des envies mais qu'elles ne sont pas toujours réalisables.	Picto qui représente la séance sur mes propres limites symbole stop
Demander à chacun de parler de ce qu'ils aimeraient faire mais qu'ils ne considèrent pas réalisables. Rappeler qu'ils ne disent que ce qu'ils ont envie. Ce n'est pas une obligation de parler, ils peuvent juste poser leur photo. Leurs demander de mettre la photo qu'ils ont choisie devant eux. Si sa photo est déjà prise, leurs proposer de se mettre à côté de l'autre personne.	Pictos divers sur les loisirs, activités, travail, familles enfant..... Et un picto blanc qui permettrait une réponse personnelle

Les encadrants participent pour ne pas donner la notion du renoncement au seul handicap. Signaler que nous avons tous des deuils à réaliser.	
Proposer un 2ème temps pour valoriser ce qu'on est capable de faire. Mettre d'autres photos d'activités, de situations qu'ils aiment qu'ils font ou qui pourront faire plus tard. Suivi d'un échange, amener que tout le monde à ses propres limites, il y a des choses qu'on peut faire et d'autres que l'on ne peut pas faire.	Pictos d'activités qu'ils font ou qu'ils pourront faire.
Leur demander de Prendre leur cahier qu'ils écrivent ou dessinent ce qu'ils pensent de la séance. leur demander comment ils se sentent.	

Rituel de fin	<p><u>Avant de se quitter :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Inviter chacun à s'exprimer son ressenti : Proposer 2 smiley - Demander à chacun s'il a envie de revenir - Ranger sa photo dans sa pochette et préciser qu'il faudra la recoller à la nouvelle séance afin de recréer le groupe - Remercier - Se dire au revoir
---------------	---

Débriefing entre animateurs

Ce qui s'est passé pendant la séance

Personnes présentes :

Echanges durant l'Abaque de Régnier:

Remarques générales :

Evaluation thématiques :

Evaluation ressenti :

C.H.A.N^t- Foyers

« Promouvoir la santé relationnelle, affective et sexuelle des personnes en situation de handicap »

Date :

Durée : 2 heures

Public : Adultes en situation de handicap mental ou psychique

Séances : 1- 2- 3 – 4 – **5** – 6

Thèmes : VIAS

Séance 5 : « Respecter (les limites) des autres »

5 min	ACCUEIL Arrivée des personnes, Proposition d'une petite collation Echanges informelles	<ul style="list-style-type: none"> - Boissons - Gobelets - Gâteaux
5 min	Reconstitution du groupe Inviter chaque personne à coller sa photo sur le panneau sous l'image correspondant à son humeur du jour S'installer. L'animateur s'assure que chacun à coller sa photo – et signifie que le groupe est reconstitué, que la séance peut commencer.	<ul style="list-style-type: none"> - Panneau cadre - Les 5 images émotionnelles
5 min	Rappel des prénoms : jeu de ballon 1 personne prend un ballon et le lance à la personne de son choix en donnant le prénom du destinataire, etc...	<ul style="list-style-type: none"> - Debout - En cercle - Un ballon souple
5 min	Echange sur l'humeur du jour Dans quelle humeur j'arrive aujourd'hui ? comment je me sens ? Chacun s'exprime, s'il le souhaite, sans que le groupe échange On accueille juste les ressentis de chacun. les animateurs restent bienveillants.	<ul style="list-style-type: none"> - Le trousseau de 5 émoticônes, vient en support pour ceux qui veulent et qui n'arrivent pas à exprimer leur ressenti.

	<p>- Qui sont les personnages de l'histoire ? - Comment les décririez-vous ?</p> <p>- Que se passe-t-il dans l'histoire ?</p> <p>- Qu'arrive-t-il à Ursula ?</p> <p>Le vécu des personnages :</p> <p>- Comment Ursula se sent au début de l'histoire ?</p> <p>- Comment Ursula se comporte-t-il ?</p> <p>- Comment Ursula se sent elle au début de l'histoire ?</p> <p>- Comment Ursula se sent elle lorsque Patrick et Gérard la coule et tire la bretelle de son maillot ?</p> <p>- Comment Ursula se sent elle vis-à-vis de son intimité ?</p> <p>- Comment Ursula se sent il lorsqu'Ursula sort de l'eau ?</p> <p>Comment Ursula se sente elle lorsqu'elle sort de l'eau ?</p> <p>Le vécu des participants :</p> <p>- Que pensez-vous du comportement de Gérard et Patrick ?</p> <p>- Auriez-vous réagi de la même façon ?</p> <p>- Auriez-vous réagi plutôt comme Patrick et Gérard qui n'est pas d'accord ?</p> <p>- Quel comportement préférez-vous, celui Patrick et Gérard</p> <p>Que pensez-vous de la réaction d'Ursula?</p> <p>Auriez-vous réagi de la même façon ?</p> <p>- Comment aurait-elle pu réagir ?</p> <p>La fin de l'histoire :</p> <p>- Comment Ursula se sent elle à la fin ?</p> <p>- Comment imaginez-vous la fin de l'histoire ?</p> <p>- Que peut faire Ursula pour se sentir mieux ?</p> <p>- Que peut faire Patrick et Gérard ?</p> <p>Élargissement :</p> <p>- Qui peut raconter une situation vécue proche de celle de Patrick et Gérard?</p> <p>- Qui se souvient d'une situation qui ressemble à celle d'Ursula?</p> <p>- Que signifie respecter l'autre ?</p> <p>- Que signifie respecter l'intimité ?</p>	
--	---	--

	<p>- Quelle attitude peut-on adopter lorsque l'on se sent atteint dans son intimité ? (axe revu en séance 8)</p> <p><u>Étendre sur les limites de l'environnement - institutionnelles - sociales</u></p> <p>Amener des exemples :</p> <p>C'est le cadre, la loi qui permet de tenir compte des limites de chacun pour faciliter le « bien vivre ensemble ».</p> <p>Ex : on peut supporter de la musique forte, mais l'autre non, alors la loi vient poser des règles pour satisfaire tout le monde.</p> <p>On n'a pas le droit de « toucher » à l'autre sans son accord.</p> <p>Idem : tenue vestimentaire, la cigarette,</p> <p>La loi est protectrice de chacun (dans l'idée de ne pas gêner, choquer, manquer de respect)/ l'autre.</p>	
10 mn	<p>Rituel de fin,</p> <p>Chaque participant prend son cahier. Une double page / séance – page gauche = représentation de la séance – page droite = expression libre (photo, écrits...)</p> <p>Chacun colle le symbole de la séance.</p> <p>Reprendre les images situations – puis chacun colle l'image + le visage émotion qui lui correspond.</p> <p>Proposer à chacun de personnalise son cahier</p>	<p>Copies Image symboles de la séance</p> <p>Copies images de la vidéo matériel de bureau (crayons, colle, ciseaux cahier personnel</p>
10 mn	<p>Bilan de la séance</p> <p>As-tu aimé la séance aujourd'hui ?</p> <p>oui = content / bof = neutre / non = colère</p> <p>Recueil d'une impression / la séance en utilisant des smiley.</p> <p>Préciser que c'est un temps où chacun s'exprime mais il n'y a pas d'échange ou de commentaire de la part du groupe.</p> <p>Les animateurs veillent tout de même à ce que chacun aille bien en partant et peuvent interroger un « non » pour mieux comprendre ce qui n'a pas plu.</p> <p>Chacun enlève et range sa photo merci et à la prochaine fois</p>	<p>Tableau</p> <p>Un verre de l'amitié</p>

Débriefing entre animateurs

Ce qui s'est passé pendant la séance

Personnes présentes :

Echanges durant l'Abaque de Régnier:

Remarques générales :

Evaluation thématiques :

Evaluation ressenti :

C.H.A.N^t- Foyers

« Promouvoir la santé relationnelle, affective et sexuelle des personnes en situation de handicap »

Date : Durée : 2 heures

Public : Adultes en situation de handicap mental ou psychique

Séances : 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6

Thèmes : VIAS

Séance 6a : « Je m'affirme – Oser dire NON »

Matériel nécessaire

- Tableau
- Smileys humeur
- Accessoires pour jouer les saynètes (casquette, lunettes, foulard....)

10 min	Préparation de la salle	
	Accueil	Inviter chaque personne à son arrivée à coller sa photo sur le panneau, puis à s'installer. Quand tous sont installés, l'animateur signifie que le groupe est constitué et que la séance peut commencer
5 min		Rappel des prénoms +coller les « smileys humeur »
		Rappel de la séance précédente. Quels sont vos souvenirs ? Que vous rappelez vous ? Possibilité de reprendre les cahiers pour faciliter la démarche
		Introduire la séance du jour : Mettre le picto de la séance sur le tableau
35 min	Ateliers	Jeu : « J'apprends à dire mes sentiments et à m'affirmer »

	<p>Les animateurs choisissent 2 à 3 situations. Prévoir un rôle homme et un rôle femme.</p> <p>Ex de situations : Il veut danser avec moi, je ne veux pas ; Je n'ai pas envie qu'il vienne dans ma chambre ; On me demande de prêter mon CD préféré ; Une personne me dit que je suis jolie/beau, m'offre un cadeau et me demande de me prendre la main. J'accepte mais je ne suis pas amoureuse (eux) de lui.</p> <p>Donner le contexte aux autres membres du groupe qui seront observateurs (ex :ça se passe dans un couloir de la résidence).</p> <p>Après les saynètes, questionner le groupe sur :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Que s'est-il passer ? - Que ressentaient les personnages ? - Comment l'histoire se termine t- elle ? - Comment aurait- elle pu finir ? - Comment auraient-ils pu faire pour exprimer leurs sentiments ? - Qu'auraient-ils pu se dire ? - Quelles ont les solutions qui existent ? <p>Débat-échange Recherche de solutions pour s'affirmer – si les échanges sont pauvres, proposer de rejouer la scène en tenant compte des solutions énoncées.</p> <p>Introduire la position du corps (droit, voix claire...).</p> <p>Elargissement : Quand l'affirmation de soi n'est pas entendue, faire intervenir un tiers qui peut accompagner.</p>
10 min Conclusion	<p>Distribuer les picto de la séance et inviter chacun à les coller sur leur cahier. Proposer à chacun de décorer leur page de cahier</p>
	<p>Demander à chacun ce qu'ils retiennent de la séance et s'ils se sentent bien en collant les « smileys humeur »</p>
Fin de la séance et pause	

Séance 6b : « Le Bilan »

	Contenu de la séance	Outils à prévoir
	-Les professionnels arrivent 30' avant la séance : préparation salle, tables, matos chaises, supports. -Accueil des participants.	mallette, pictos, crayons, gommettes rouges, vertes. support aimanté
	Bonjour à tous. Chaque personne vient coller sa photo et l'émotion. S'asseoir avec eux et pas forcément en face, les éducateurs répartis dans le groupe. Être dans la posture d'accueil. Le groupe est maintenant constitué, nous allons donc commencer cette séance qui sera la dernière du programme.	Photo individuelle Photo de l'émotion Picto de la séance Bilan
	Rappel de la séance précédente. De quoi avons-nous parlé à la séance précédente ? Qu'avions-nous fait ? Voulez-vous montrer vos classeurs ?	Picto séance précédente
	Aujourd'hui nous allons faire la séance « bilan » du programme « j'apprends à me connaître ». C'est la dernière séance avec ce groupe de participants. Cela va donc être un bilan pour vous, mais aussi pour nous animateurs.	
	Question ouverte : « Qu'est-ce qui a changé pour vous ? » la parole leur est donnée.	Possibilité de prendre le cahier pour aider à verbaliser
	En relisant votre cahier, nous allons vous proposer d'y coller une gommette verte à votre séance préférée et une rouge à celle qui vous a le moins plu. Ensuite, en discuter à plusieurs Souligner le fait que le ressenti de chacun est juste. Vous avez sans doute vécu les séances chacun à votre manière. C'est donc logique qu'on respecte vos droits et différences.	Faire le lien avec notre tableau qui aura déjà tous les pictos des séances affichés Former 2 groupes ?
	Si vous deviez dire « le programme pour moi c'est » Qu'en diriez-vous ? Qu'est-ce que ça m'apporte ? Qu'est-ce que je vais retenir ? Qu'est-ce que j'ai aimé ? Meilleurs et moins bon souvenir ?	Reprendre le cahier perso Animateurs inscrit au tableau les mots clés
	Qu'est-ce qui a manqué ? Quelle question voudriez-vous poser ?	Animateurs inscrit cela au tableau
	La séance est bien avancée, votre participation nous aide à prendre en compte votre parole pour	

	<p>notre organisation. Cela aide notre façon de construire les séances.</p> <p>Surtout à vous avoir permis de mieux vous connaître.</p> <p>Pour illustrer tout ce travail, proposer la lecture d'un conte qui évoque la connaissance de soi.</p>	Livre de conte
	<p>Comme à chaque séance précédente, vous allez prendre vos classeurs pour y inscrire, y dessiner, y coller vos idées en lien avec cette séance.</p> <p>Nouvelle action proposée : celle d'aller signer les cahiers de vos collègues du groupe.</p> <p>Ceci pour marquer le point final de ce programme et c'est une façon de se dire au revoir.</p>	Pictos, feutres, colle, ciseaux
	<p>Fin de la séance</p> <p>Nous vous invitons tous au pot d'au revoir</p>	gâteaux, boissons, gobelets

Débriefing entre animateurs

Ce qui s'est passé pendant la séance

Personnes présentes :

Echanges durant l'Abaque de Régnier:

Remarques générales :

Evaluation thématiques :

Evaluation ressenti :

Liste des outils utilisés

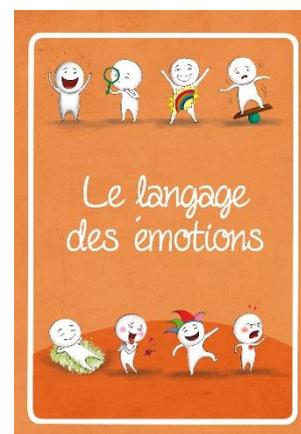
Abaque de Régnier (ici utilisé avec des Smileys : j'ai aimé / J'ai pas aimé)

*En gestion de groupe, un **abaque de Régnier** est un outil visuel d'aide à la prise de décision facilitant la négociation collective. Cela permet également à chaque participant d'exprimer son opinion par la visualisation de couleurs (du vert foncé pour « tout à fait d'accord » à rouge pour « pas du tout d'accord ») sur un thème donné. L'échelle de graduation peut différer et est à adapter selon son groupe.*

Langage des émotions

Note de contenu : 61 cartes à jouer - 8 cartes symboliques - 8 cartes de présentation de l'outil

Résumé : Destiné à un large public, (enfants, adolescents, adultes, personnes en situation de handicap mental...), cet outil permet de partir à la découverte du panel de nos émotions. Il est construit autour de 60 cartes qui représentent, au travers d'un petit personnage, chacune des émotions. Chaque carte est imprimée recto-verso, un côté au féminin, un côté au masculin, pour souligner l'égalité de genre dans le vécu des émotions. A travers diverses mises en situation possibles (dire les émotions qu'on connaît ou ne connaît pas, choisir une émotion et la décrire, mimer l'émotion, inventer une histoire à partir de l'émotion...), le jeu va permettre de découvrir tout le panel des émotions et les mots pour les nommer, de mieux les comprendre dans toutes leurs nuances, de les accepter sans porter de jugement, de développer sa capacité à entendre et comprendre les émotions et besoins de l'autre...



Cartes et imagiers Emotions/Sentiments

Ces kits sont constitués de photographies en couleur de visages, expressions, humeurs, sentiments... Ces outils sont particulièrement adaptés pour apprendre à reconnaître et nommer toute une palette d'émotions agréables ou difficiles : peur, joie, tristesse, colère ; mais aussi : le dégoût, la surprise, etc. Ces outils permettent d'aider à réfléchir, à partager et à exprimer ses sentiments et ses émotions, tout en suscitant échanges et discussions. Certaines séries conviennent plus particulièrement à un public d'enfants, d'autres pourront être adaptées à un public plus large (adolescents, adultes, personnes âgées, personnes porteuses d'un handicap, etc.).

Remerciements aux professionnels du CHANT pour leur implication et leur contribution à l'élaboration et à l'expérimentation du PEVAS 1ère série d'ateliers (2016/2017):

- Ophélie ANDRE, Monitrice éducatrice au FAH Tillay
- Isabelle AUBIN Educatrice Spécialisée au SASP
- Jessy MIGNET, Monitrice éducatrice aux LOGEACS
- Maryline BAUDOUIN, Monitrice éducatrice au SAVS
- Frédéric LITAIZE, AMP au FAH CANTENI 3
- Estelle MARECHAL, AMP, au FAH CANTENI 23
- Séverine MINGUET, AMP au FAH/FV Koria
- Charlotte JEANNEROD AMP au FAI Gilarderie
- Stéphanie HEGRON, AMP, au FAI Gilarderie
- Yohan MOUSSET, résidence Sevria (FDV)
- Michaël AMON, AMP au FAH/FV Erdam
- Madeleine BOUZIDI, Chef de Service, animatrice de la commission.
- Sophie BRODU, Chef de Service, animatrice de la commission
- Martine RENAUD, Assistante
- Florence PERIGOIS, Assistante
- Tiphaine CORMERAIS , Assistante
- Marie-Claire TESSON, Directrice de territoire

Remerciements aux professionnels de l'IREPS pour leur accompagnement dans la démarche d'élaboration et d'expérimentation du PEVAS 1ère série d'ateliers :

- Aurélie GLÂTRE-LEGOFF
- Cécilia SALLE
- Pierre DROUMAGUET