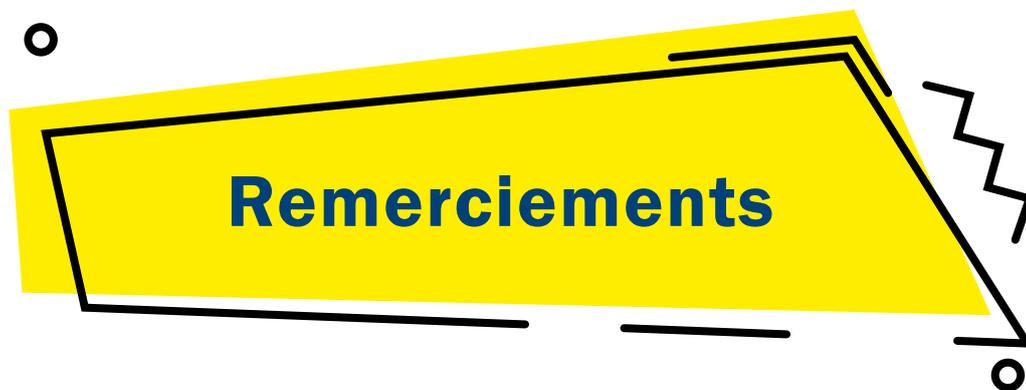




you create

KIT D'ART

Recherche-action participative pour jeunes
acteurs de changement, 2019



Remerciements

Les auteures tiennent à remercier l'incroyable énergie, l'enthousiasme et le travail acharné de tous les jeunes animateurs d'Égypte et d'Irak qui ont participé à l'élaboration conjointe de cette méthodologie. Leur capacité à plonger profondément dans la création de changements positifs pour eux-mêmes, leurs pairs et leurs communautés a été inspirante. Nous remercions tout particulièrement les équipes dévouées de Terre des hommes d'Égypte et d'Irak, notamment les formateurs, les coordinateurs et les responsables de projet, les spécialistes en suivi, évaluation et apprentissage, les traducteurs et les alliés adultes, qui ont mis tout leur cœur pour soutenir les jeunes et faire entendre leurs voix à travers les arts. Les remerciements vont également à l'équipe de Terre des hommes en Suisse et à l'équipe de l'Institut International pour les Droits de l'Enfant et le Développement du Canada pour leur soutien et partenariat continus.

Auteurs : Vanessa Currie, Laura Lee et Laura Wright



Bienvenue dans le kit d'art YouCreate!

Chers jeunes animateurs,

YouCreate est une opportunité pour vous de grandir et d'apprendre à devenir de meilleurs leaders. Dans ce kit d'art, nous avons élaboré un processus qui vous guidera à travers un voyage de découverte. Tout au long de ce voyage, vous établirez des relations solides et apprendrez de nouvelles façons d'utiliser les arts pour créer un changement positif dans vos communautés.

En tant que jeune animateur, vous dirigerez des activités avec un groupe de jeunes, votre groupe de jeunes. Vous pouvez utiliser ce kit d'art pour vous aider à mener des activités avec vos pairs et pour suivre le travail que vous ferez ensemble.

Toutes les activités du kit d'art sont conçues pour vous aider à diriger votre groupe de jeunes. Vous aurez également le soutien d'alliés adultes ou de personnes de soutien qui pourront vous aider tout au long du processus.

A travers le processus YouCreate, vous vous lancerez dans un voyage de découverte avec vos pairs, pour en apprendre davantage sur les aspects de leur vie qui sont à la fois positifs et difficiles. Ensemble, vous guiderez votre groupe de jeunes dans l'élaboration d'un projet, un projet Art-Action qui utilise les arts pour créer un changement positif dans votre vie.

Le kit d'art comprend une séquence d'activités artistiques, ainsi que des suggestions d'activités ludiques et amusantes. N'hésitez pas à adapter ou à modifier les activités pour répondre au mieux aux attentes de votre groupe de jeunes.

Être un jeune animateur est non seulement très amusant mais c'est aussi une grande responsabilité. Nous espérons que, à travers cette expérience, vous apprendrez beaucoup de chose tout en soutenant votre groupe de jeunes.

Nous vous souhaitons le meilleur dans votre nouvelle aventure!

Cordialement,

L'équipe YouCreate de Terre des hommes et l'Institut International pour les Droits de l'Enfant et le Développement

Table des matières

PRÉPARATION POUR LE VOYAGE	6
Définitions importantes	7
Qu'est-ce que la boîte à outils YouCreate ?	9
YouCreate : Recherche-Action Participative	12
Conseils pour devenir un jeune animateur	17
Conseils sur le travail de facilitation	19
Conseils pour la prise de notes	23
Planification et préparation	26
PILERS DU BIEN-ÊTRE	28
Les 5 piliers du bien-être	29
Comment les piliers de bien-être s'intègrent-ils dans YouCreate ?	31
PHASE 1: CARTOGRAPHIE	34
Qu'est-ce que la phase de cartographie ?	35
Activité 1: Cercle de confiance	37
Activité 2: Cartographier nos vies	39
PHASE 2: EXPLORATION	42
Qu'est-ce que la phase d'exploration ?	43
Activité 3: Vision Murale	44
Activité 4: Thermomètre du bien-être	46
Où en sommes-nous dans le voyage...	49
Développer des thèmes à partir du voyage	50

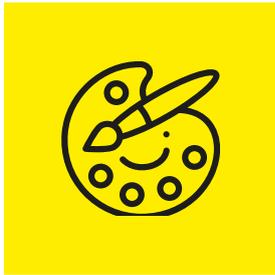
PHASE 3: PLANIFICATION	53
Qu'est-ce que la phase de planification ?	54
Activité 5: Vérifier les résultats de la cartographie et de l'exploration et définir des priorités	55
Activité 6: Arbres de planification	58
Activité 7: Plan Art-Action	61
PHASE 4: ART-ACTION	66
Qu'est-ce que la phase Art-Action ?	67
Activité 8: Présenter votre art-action aux familles et à la communauté	68
Activité 9: Collage de suivi	70
PHASE 5: RÉFLEXION ET PARTAGE	72
Qu'est-ce que la phase de réflexion et de partage ?	73
Activité 10: Réflexions sur le thermomètre du bien-être	74
Activité 11: Le parcours de la rivière	77
Activité 12: Rose, bourgeon et épine	78
Activité 13: Peinture festive	82
ANNEXES	84
Annexe 1: Formulaire de documentation des activités	85
Annexe 2: Tableau des thèmes	86
Annexe 3: Cartographie mentale	88
Annexe 4: Plan Art-Action	89
Annexe 5: Formulaire de réflexion	91
Annexe 6: Formulaire de partage	94
Annexe 7: Exemples concrets d'activités artistiques qui soutiennent les piliers du bien-être	95
Annexe 8: Journal de réflexion des jeunes animateurs	104



**PRÉPARATION
POUR LE VOYAGE**

Définitions importantes

Les mots suivants sont utilisés tout au long du kit d'art et nous avons donc inclus leurs définitions en guise de référence.



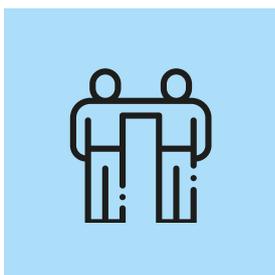
Arts

Cela comprend les arts visuels et du spectacle, l'artisanat, la danse, le cinéma, la musique, les médias numériques, les arts culinaires, les formes d'arts traditionnels et d'autres formes d'actions créatives telles que les spectacles en direct et les graffitis.



Bien-être

Le bien-être, c'est quand on se sent bien au niveau de son mental, son corps, son esprit et son cœur. Chaque individu a ses propres choses qui lui font du bien. Certaines des choses qui contribuent au bien-être sont par exemple des relations solides avec les amis et la famille, une communauté favorable, des activités que vous aimez faire et qui vous rendent heureux, une possibilité d'avoir accès à des soins culturels, médicaux et sociaux et le fait d'avoir un rôle à jouer dans votre famille ou votre communauté.



Communautés inclusives

Communautés qui intègrent des personnes de sexe, de race, d'origine ethnique, de religion, d'âge et de capacités différentes; où l'on encourage la vie en harmonie et où chacun peut être un membre actif de la communauté.



Droits de l'enfant

La *Convention des Nations Unies relative aux droits de l'enfant* (CNUDE) énumère les droits dont les enfants ont besoin pour vivre, être en sécurité et développer leur plein potentiel. Les enfants, âgés de 0 à 18 ans, sont des êtres humains, chacun ayant ses propres droits.



Jeunes

Pour les Nations Unies, les jeunes englobent la catégorie des personnes âgées entre 15 et 24 ans. Certains pays et régions définissent parfois la jeunesse différemment. La Charte africaine de la jeunesse parle elle de personnes âgées entre 15 et 34 ans.



Recherche-action participative

La recherche-action participative (PAR) est un processus au cours duquel les chercheurs (les jeunes animateurs) et les participants (les jeunes participants) travaillent ensemble pour comprendre les points forts et les défis de leurs communautés, pour ensuite planifier et diriger des projets qui s'appuient sur les points forts et relèvent les défis afin de promouvoir un changement social positif. Après avoir dirigé des projets, les jeunes peuvent ensuite réfléchir à ce qu'ils ont appris pour améliorer davantage les projets à l'avenir.



Résilience des jeunes

La résilience véhicule l'idée selon laquelle en dépit des défis auxquels les jeunes sont confrontés dans leur vie, ils peuvent prendre des mesures pour survivre et s'épanouir. Ils peuvent à la fois puiser dans les ressources personnelles, familiales et communautaires pour relever les défis et ils peuvent également être soutenus par des individus et des services. Ayant connu des expériences de vie difficiles, de nombreux jeunes apprennent de précieuses leçons de vie et en ressortent plus forts.



Suivi, évaluation et apprentissage

Activités qui nous aident à détecter ce qui marche ou ne marche pas au niveau d'un programme donné. *Le suivi* c'est quand nous continuons à apprendre comment un programme se déroule en collectant des informations. *L'évaluation*, c'est quand nous passons plus de temps à évaluer un programme à un moment donné. Ceci pourrait avoir lieu au milieu ou à la fin. *L'apprentissage* est important lorsqu'il faut intégrer au programme ce qui a été appris au cours de notre processus de suivi et d'évaluation.

Qu'est-ce que le kit d'art YouCreate ?

La section suivante est une introduction au projet YouCreate et à votre rôle en tant que jeune animateur. Assurez-vous de parcourir cela avec votre allié adulte. Vous pouvez également l'utiliser comme base de ce que vous devez présenter aux jeunes participants lorsque vous expliquerez YouCreate.

À qui s'adresse ce kit d'art ?

Vous! Tout jeune âgé de 15 à 25 ans qui est un jeune animateur du projet YouCreate et qui se sent enthousiasmé par le fait d'avoir un impact positif pour ses pairs, sa famille et sa communauté grâce aux arts créatifs et numériques. Vos alliés adultes peuvent également lire ce kit d'art pour en savoir plus sur le projet et sur la meilleure façon de vous soutenir.

Le kit d'art est la principale ressource pour les diriger les jeunes participants tout au long du processus YouCreate. Veuillez donc le lire attentivement.

En quoi consiste ce projet YouCreate ?

Ce projet vous aide à travailler avec vos pairs pour explorer le rôle des arts créatifs et numériques contribuant au bien-être des jeunes. Vous travaillerez avec d'autres jeunes pour comprendre leur vie de chaque jour et proposer des projets artistiques qui s'appuient sur les bonnes choses de leur vie et répondent à certains de leurs défis.

Quel est l'objectif de YouCreate ?

Créer un espace positif pour les jeunes touchés par la migration et l'adversité afin de renforcer leur bien-être, leur résilience et leur sentiment d'appartenance, de développer des compétences en leadership et en arts et de soutenir activement leurs communautés.

Quel est mon rôle en tant que jeune animateur ?

- Vous participerez à 1 atelier de formation pour en savoir plus sur la facilitation, le leadership et la prise de notes, ainsi que sur les activités passionnantes relatives à ce kit d'art.
- Vous assumerez le rôle de jeune animateur et guiderez votre groupe de jeunes à travers les activités du kit d'art.
- Vous aiderez votre groupe de jeunes à mettre en œuvre un projet Art-action.
- Vous coordonnerez avec l'allié adulte et l'équipe de projet.

Qui fait partie de mon équipe ?

Chaque équipe YouCreate aura **2 jeunes animateurs**. Chaque jeune animateur agira à tour de rôle comme facilitateur puis preneur de notes pendant les activités YouCreate. Vous aurez également à vos côtés **un allié adulte**, ou un membre adulte de l'équipe, qui sera là pour vous aider tout au long du processus. Vous pouvez également avoir d'autres personnes comme **un spécialiste en suivi, évaluation et apprentissage** et **un travailleur psychosocial**. Demandez à votre allié adulte de vous confirmer les membres de votre équipe.

Que puis-je demander à mon allié adulte ?

Votre allié adulte est votre principale personne de soutien pour YouCreate. Votre allié adulte peut vous soutenir en :

- Recherchant les jeunes participants, un espace de rencontre pour votre groupe de jeunes et du matériel pour la session.
- Étant présent à chaque activité, en vous aidant à planifier les activités, à faire le point et à préparer vos notes pour la suite.
- Répondant à toutes vos questions sur YouCreate, en réfléchissant ensemble et en résolvant les problèmes ensemble.
- Collaborant avec d'autres membres adultes de l'équipe, tels que la personne chargée du soutien psychosocial et le spécialiste MEL.
- Étant prêt à vous soutenir dans d'autres domaines relatifs au projet, en cas de besoin.

Qui sont les jeunes de mon groupe de jeunes ?

Des jeunes de 15 à 20 ans participeront au projet et vous dirigerez un groupe de 20 jeunes.

Combien de temps devrait-on y consacrer ?

Il est prévu qu'avec votre groupe de jeunes YouCreate soit mis en œuvre pendant 3 mois. Cela peut facilement être fait après l'école et le week-end, pour répondre aux exigences de votre vie. Il vous sera possible de trouver des heures de réunions qui vous conviennent ainsi qu'à votre groupe de jeunes. La mise en œuvre comprend votre période de formation, ainsi que du temps pour les activités avec les jeunes, les rencontres avec votre co-facilitateur et votre équipe adulte de soutien. En tant que jeune animateur, il est important que vous soyez là pour diriger l'ensemble du processus.

Si vous n'avez pas beaucoup de temps, vous pouvez faire un mini-PAR en une semaine. **Parlez à votre allié adulte pour déterminer ce qui convient le mieux à votre groupe.**

Quels sont les avantages de participer à YouCreate ?

Nous espérons que vous vous joindrez à nous pour passer un moment agréable, rencontrer de nouveaux amis, réfléchir sur vos expériences, apporter une contribution à votre communauté et acquérir de précieuses compétences en gestion de projet, des compétences artistiques, des compétences en recherche-action et des compétences en leadership. À la fin, vous obtiendrez un certificat pour valoriser votre rôle dans le projet.

Que contient ce kit d'art ?

Le kit d'art vous aide à planifier, mettre en œuvre, suivre et évaluer des projets Art-Action menés par des jeunes. Les activités proposées dans ce kit d'art vous aideront à amener vos pairs à mieux comprendre certains des défis auxquels ils sont confrontés, à s'appuyer sur leurs points forts et leurs ressources et à concevoir des projets pour relever certains de ces défis.

Le kit d'art est un guide que vous pouvez utiliser pour planifier et diriger des activités. Il fournit des conseils et des astuces pour vous aider dans votre travail.

Puis-je concevoir mes propres activités et/ou apporter des modifications ?

Oui ! Soyez aussi créatif que vous le souhaitez. N'oubliez pas de garder en vue le but principal des activités que vous souhaitez adapter et de suivre la vision définie par les jeunes de votre groupe, mais n'hésitez pas à réviser les jeux et les activités pour les rendre plus pertinents pour vous et votre communauté.

S'agit-il d'un projet de recherche ?

YouCreate est un processus de recherche-action participative (RAP). Cela signifie que les jeunes animateurs joueront le rôle de chercheurs et travailleront aux côtés des jeunes participants lors de travaux de recherche. Comme nous l'avons mentionné dans la définition de la RAP, ceci est un processus qui vous aidera à explorer les points forts et les défis de la vie quotidienne des jeunes, puis à planifier et à mettre en œuvre ensemble des projets artistiques qui répondent à certains de ces défis.

Quel rôle joue l'art dans YouCreate ?

Chacune des activités de YouCreate s'appuiera sur un type d'art spécifique, comme la peinture, le dessin, le collage et le théâtre. En travaillant avec votre groupe de jeunes, vous choisirez également différents types d'art à intégrer à votre projet. Grâce à YouCreate, vous aurez la possibilité de développer de nouvelles compétences artistiques et d'approfondir les compétences que vous possédez déjà.

YouCreate : Recherche-action participative

Qu'est-ce que la recherche-action participative (RAP)?

La recherche-action participative (RAP) est un processus où les chercheurs (les jeunes animateurs) et les participants (les jeunes participants) travaillent ensemble pour comprendre les points forts et les défis qui jalonnent la vie quotidienne des jeunes, puis planifient et mettent en œuvre des projets qui promeuvent un changement social positif. Grâce à la RAP, vous et vos pairs aurez le temps de réfléchir à votre vie quotidienne pour ensuite initier le changement positif que vous souhaitez voir. Dans ce projet, vous, en tant que «jeunes animateurs», êtes également reconnus comme «chercheurs».

Quelle est la particularité de cette RAP?

Dans YouCreate, vous utiliserez un modèle de RAP dirigé par des jeunes. Vous et les jeunes avec lesquels vous travaillez dirigerez tout le processus! C'est un programme entre jeunes et dirigé par les jeunes! L'autre partie passionnante est qu'elle est basée sur les arts, ce qui signifie que l'art est incorporé dans chaque activité ainsi que dans les projets finaux d'art-action sur lesquels vous travaillerez.

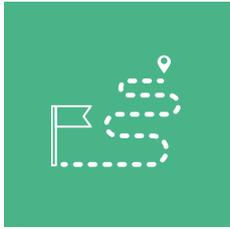
Quelles sont les étapes du processus de la RAP de YouCreate?

La RAP de YouCreate comporte 5 phases: (1) Cartographie, (2) Exploration, (3) Planification, (4) Art-Action, (5) Réflexion et partage (voir la figure 1 ci-dessous). Voici une description plus détaillée de chacune des 5 phases:



1. Cartographie

Il s'agit d'un moment important pour établir la confiance avec votre nouveau groupe de jeunes et identifier les personnes, organisations, services, activités artistiques et autres points forts et ressources dans vos familles et communautés qui pourraient vous soutenir à travers YouCreate.



2. Exploration

Vous pouvez maintenant commencer à diriger votre groupe de jeunes pour explorer les points forts et les défis dans leur vie quotidienne, relatifs à leur bien-être ou à leur sentiment de bonheur. Après avoir terminé cela, vous travaillerez avec votre allié adulte pour identifier les thèmes ou les principales idées qui se sont dégagés lors de la phase de cartographie et d'exploration.



3. Planification

En utilisant les thèmes clés que vous avez identifiés, vous présenterez ces informations à votre groupe de jeunes, en apportant les révisions nécessaires en fonction des commentaires des jeunes. Ensemble, vous prioriserez les principaux défis sur lesquels vous souhaitez travailler, puis vous parviendrez à des idées inspirantes relatives à la façon dont vous pouvez utiliser l'art pour relever les défis. Vous explorerez les « causes profondes » de ces défis, puis élaborerez une maquette Art-Action pour savoir comment vous allez concrétiser votre idée.



4. Art-Action

Une fois que vous aurez une idée claire de votre Art-Action, vous la présenterez à votre famille et à votre communauté, afin de vous assurer de leur intérêt et leur soutien. En travaillant aux côtés de votre groupe de jeunes et avec le soutien de votre allié adulte, vous mettrez en œuvre votre Art-Action. Vous apprendrez également à mesurer le type de changement ou d'impact que votre Art-Action a entraîné.



5. Réflexion et Partage

Une fois votre Art-Action terminée, vous réfléchirez sur ce qui s'est bien passé, sur les défis rencontrés et sur ce que vous pourriez améliorer. Vous pouvez ensuite planifier la façon de partager vos pensées et vos idées avec votre communauté et/ou le monde et célébrer votre succès ensemble. En collaboration avec votre allié adulte, discutez des prochaines étapes possibles une fois le projet terminé.

Exemples d'actions artistiques et de défis à relever :

- Préparer et jouer une pièce de théâtre pour partager avec la communauté la signification de ce que signifie être « jeune », et pour lever toute équivoque en ce qui concerne la mauvaise compréhension des défis d'être un jeune.
- Entrer en contact avec un artiste local pour apprendre la danse traditionnelle et pouvoir faire une performance au sein de la communauté pour tenter de trouver une solution à la disparition des formes d'art traditionnelles.
- Créer un jardin communautaire, le cultiver et planter ensemble des semences puis le décorer avec de l'art public. Ceci pour aborder le manque d'accès à de la bonne nourriture et le manque d'art public au sein de la communauté.
- Créer un blog pour partager vos œuvres d'art, histoires et chansons avec le monde, pour traiter du manque d'attention aux voix des jeunes au sein de la communauté nationale et internationale.

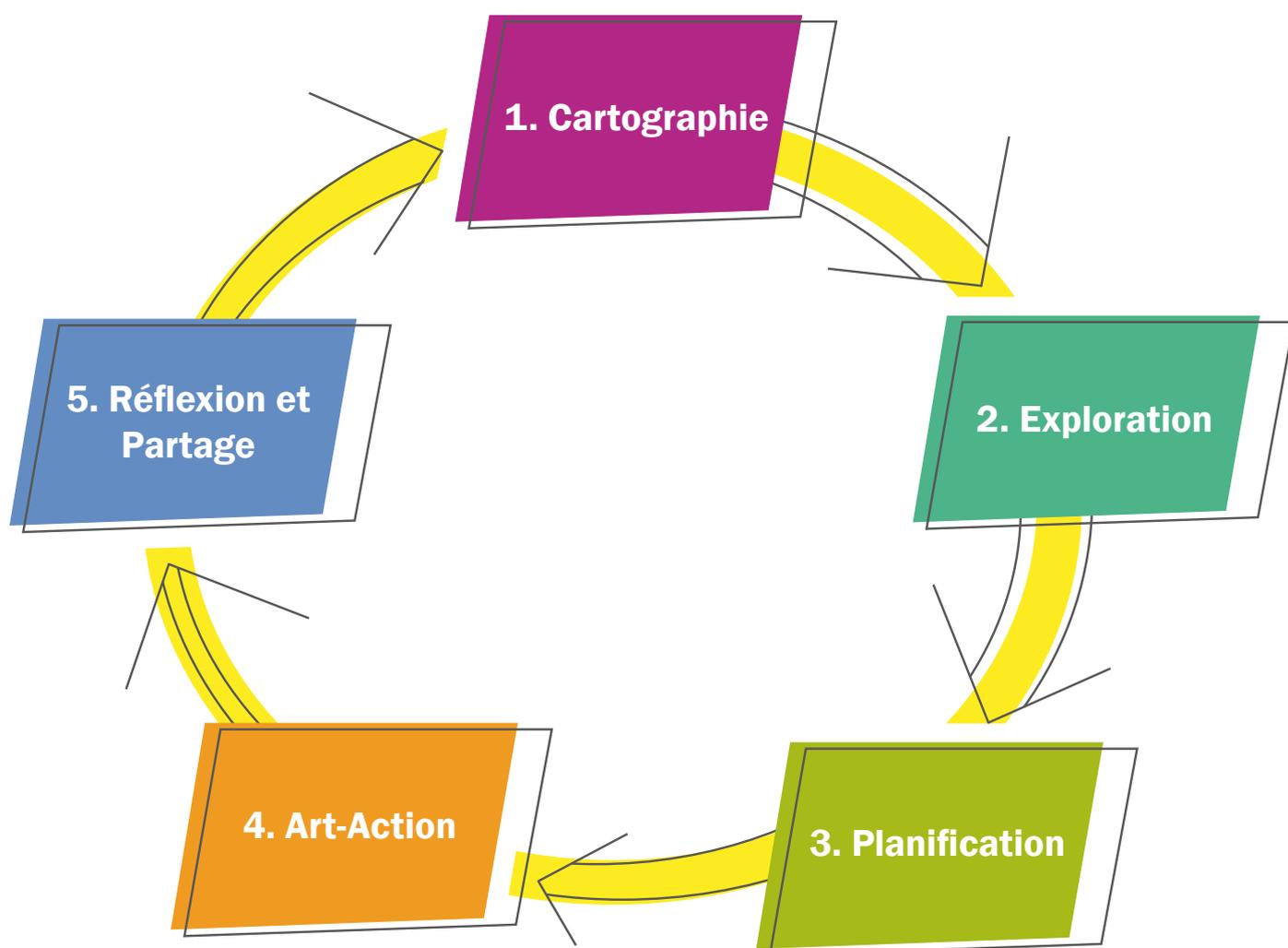


Figure 1: Recherche-action participative basée sur les arts de YouCreate

Quels sont les principes clés de la recherche-action participative de YouCreate ?

Chaque processus de recherche-action participative (RAP) est différent selon le lieu où il est mis en œuvre, les personnes impliquées et les buts et objectifs du processus. Les principes suivants sont importants pour la recherche-action participative de YouCreate :¹

L'approche YouCreate :

Basée sur les arts : YouCreate utilisera des activités artistiques et créatives pour amener les jeunes à réfléchir sur leur monde ainsi qu'à utiliser les arts comme moyen de mettre en œuvre leurs projets Art-Action ou leurs idées pour un changement social positif.

Basée sur les points forts : puiser dans les points forts qui existent chez les jeunes, leurs familles et les communautés plus larges, comme les familles aimantes, la connaissance des chansons traditionnelles ou d'un parc local ou un milieu d'affaires local favorable. En explorant les points forts, les jeunes peuvent s'appuyer sur ceux-ci pour soutenir et développer leurs projets Art-Action.

Participation significative : la participation significative des jeunes joue un rôle central dans tout ce processus. Une fois que vous aurez reçu une formation de jeune animateur, il vous reviendra d'encourager les jeunes de votre groupe à participer, à partager leurs pensées, leurs idées et à travailler ensemble pour élaborer un projet basé sur les arts. Il faudra un peu de pratique pour encourager une participation égale de tous les jeunes de votre groupe. Instaurer la confiance et le respect au sein de votre groupe, grâce aux activités liées à la boîte à outils, vous mettra sur la bonne voie.

Inclusivité : Tout le monde est le bienvenu dans YouCreate. En fait, nos différences de culture, d'appartenance ethnique, de race, de religion, d'âge, de sexe ou de capacité s'ajoutent au riche mélange d'expériences et peuvent créer des opportunités d'apprentissage incroyables et un art magnifique.

Principes de mise en œuvre de cette approche :

Flexibilité : abandonnez les procédures strictes de planification de projet qui visent à contrôler le processus ou le résultat, en permettant au projet de se dérouler et en donnant la flexibilité de répondre aux opportunités lorsqu'elles se présentent.

1 Adapté de :

Currie, V. et Heykoop, C. (2011). Série de manuels du Cercle des droits du CPP : Planification réfléchie du changement social. Victoria, BC : Institut international des droits de l'enfant et du développement
Extrait de www.iicrd.org/sites/default/files/resources/Circle_of_Rights_Workbook- CPP_2011.pdf

Smith, L., Bratini, L., Chambers, D.-A., Jensen, R. V., et Romero, L. (2010). Entre idéalisme et réalité : relever les défis de la recherche-action participative. *Recherche-action*, 8 (4), 407-425.
www.doi.org/10.1177/1476750310366043

Kim, J. (2016). Participation critique des jeunes en travail social à la recherche-action participative (PAR) : défis et obstacles du travail social essentiel 17 (1). *Travail social critique*, 17 (1). Extrait de http://www.uwindsor.ca/criticalsocialwork/youth_involvement

Partenariats égaux: les jeunes seront les chefs de file de ce projet. Vous, jeunes animateurs, vos alliés adultes et les jeunes avec lesquels vous collaborez, tous vous travaillerez ensemble en partenariat tout au long du processus.

Équipe: l'égalité, la confiance et une communication ouverte aideront énormément dans la création d'une équipe solide. Afin de développer une équipe solide, il faudra essayer de maintenir le même groupe de jeunes impliqués tout au long du processus. Si des jeunes doivent quitter le groupe, il faudra discuter avec votre allié adulte pour identifier de nouveaux jeunes participants.

Confiance: passez du temps à instaurer la confiance entre les jeunes participants, les jeunes animateurs et les alliés adultes. Ceci est extrêmement important pour la réussite du projet.

Communication ouverte: établir des limites pour une communication respectueuse entre les membres du groupe. Prévoyez du temps pour la planification, le debriefing et la réflexion.

Confidentialité: étant donné que les jeunes impliqués dans le projet peuvent partager des histoires personnelles, incitez les jeunes à ne pas partager ce qu'ils entendent en dehors du groupe. Rappelez aux participants de garder toute information personnelle confidentielle. Faites-leur également savoir que les informations recueillies dans le cadre du projet ne seront pas associées à leur nom. Faites-leur savoir que s'ils partagent quelque chose avec vous qui les met, eux ou leurs pairs, en danger, vous ferez en sorte qu'ils aient quelqu'un qui se chargera du suivi pour les soutenir afin qu'ils soient en sécurité. Demandez à votre allié adulte de vous aider à consulter la politique de Tdh en matière de protection des enfants.

Rôles et responsabilités des jeunes: il est important de reconnaître les engagements des jeunes participants, comme ceux de l'école ou de la maison, et de les aider à s'engager dans YouCreate tout en étant en mesure de s'acquitter de leurs responsabilités.

Être prêt à répondre aux idées relatives à Art-Action à tout moment: si une idée simple relative à une Art-Action émerge dès le début du processus, il serait préférable de la mettre en œuvre rapidement, afin que les jeunes puissent voir dans l'immédiat les avantages du processus Art-Action. Par exemple, à la fin de l'activité de visualisation, si les jeunes décident de peindre leur vision en tant que peinture murale sur le mur du centre communautaire, vous pouvez le faire tout de suite pour créer une impulsion et de l'excitation dans YouCreate.

Joie et plaisir: N'oubliez pas que vous faites un voyage amusant ensemble, alors prenez le temps de vous amuser ensemble dans un environnement détendu, où règne le rire et la célébration conviviale.

Conseils pour devenir un jeune animateur

**En tant que jeune animateur, vous jouerez deux rôles importants :
Facilitateur et Preneur de notes**

L'astuce la plus importante pour être un jeune animateur est de travailler en équipe avec votre co-animateur. Chaque groupe aura deux jeunes animateurs, un qui facilitera les séances et un qui prendra des notes et apportera une assistance en cas de besoin. Il est préférable que vous jouiez chaque rôle à tour de rôle, car les deux sont très importants et vous aideront à acquérir de nouvelles compétences.

1. Faites preuve d'un leadership fort et d'une grande capacité de facilitation :

L'animateur est à la fois auditeur et guide. C'est votre rôle d'aider les jeunes à se sentir à l'aise pour participer à toutes les activités. Concentrez-vous sur le renforcement de l'esprit d'équipe de votre groupe de jeunes, en veillant à ce que tous les jeunes se sentent respectés et inclus.

2. Entraînez-vous à prendre des notes de façon approfondie : Le preneur de notes recueille et enregistre les idées détaillées formulées par les jeunes (par le biais de notes écrites ou d'un enregistreur audio).

3. Partagez vos commentaires : Vous dirigerez ensemble avec un co-animateur (partage des rôles de facilitateur et de preneur de notes). À la fin de chaque activité, concertez-vous pour formuler des feedbacks constructifs afin d'améliorer les performances. Asseyez-vous ensemble pour discuter de ce qui a bien marché et pourquoi. Ensuite, prenez le temps de discuter de ce qui pourrait être amélioré dans l'avenir et comment y parvenir. Cela signifie des feedbacks consolidants (qui les aide à voir leurs comportements positifs et comment ils contribuent au succès) et correctifs (qui les aide à voir les comportements qu'ils peuvent modifier pour apprendre et se développer). Dans vos feedbacks, il faudra vous concentrer sur le comportement et non sur la personne. Il faudra être précis pour favoriser la croissance ! Exemple de feedback positif : « Vous avez utilisé un contact visuel fort

et vous avez hoché la tête en écoutant les participants, l'impact a été que les participants se sont penchés pour écouter et se sont sentis entendus quand ils ont parlé. Dans l'avenir, vous pouvez continuer à utiliser le langage corporel favorable durant votre animation.» Exemple de feedback constructif: «J'ai remarqué que pendant l'activité, vous avez tourné le dos aux participants à quelques reprises et avez parlé à voix basse. L'impact a été que les participants ont mentionné qu'ils ne pouvaient pas vous entendre et certains ont commencé à s'agiter et à parler entre eux. À l'avenir, vous devriez envisager de faire face aux participants et de vous assurer que votre voix et vos bonnes techniques d'animation sont entendues.»

- 4. Faites-vous des feedbacks personnels:** Prenez des notes dans votre journal (Annexe 8: journal de réflexion). À votre avis, qu'est-ce qui a bien marché et pourquoi? Que pourriez-vous améliorer et comment?
- 5. Reconnaissez les succès!** Prenez le temps de valoriser vos propres points forts et celles des jeunes. Trouvez des façons pour faire sentir aux jeunes qu'ils sont spéciaux et valorisés.



Conseils sur le travail de facilitation

Encourager la participation significative d'autres jeunes est autant une question de processus que de résultat final. Voici quelques conseils sur la façon de tisser des relations et de travailler avec vos pairs:²

Pour être un bon facilitateur, vous devez :

Tisser des relations

- **Utilisez une approche positive :** Restez positif et énergique.
- **Soyez un modèle :** agir de façon positive. Partagez des valeurs saines à partir desquelles les autres jeunes peuvent tirer des leçons. Guidez les jeunes, mais sans les diriger et sans faire valoir ses opinions.
- **Tissez des relations :** Aidez les jeunes à se sentir valorisés et respectés. Créez des espaces de confiance par le biais d'activités telles que le Cercle de confiance (voir activité 1). Soyez sensible et sincère.
- **Soyez patient et flexible :** les choses ne se passent pas toujours comme prévu !
- **Soyez prêt avec des idées et des activités de soutien :** « Les plans ne valent rien, c'est la planification qui compte ». Soyez préparé à ce que les choses ne se passent pas aussi parfaitement que vous l'aviez prévu. Si une activité ne réussit pas bien, il faut essayer de la corriger doucement – Il ne faut pas oublier votre sens de l'humour et qu'il est important d'écouter ce que les jeunes vous disent !

Écouter et parler avec les jeunes

- **Écoutez activement :** Prenez votre temps pour écouter attentivement les jeunes et leurs histoires. Assurez-vous d'être entièrement à l'écoute et de ne pas vous contenter d'attendre pour parler. Écoutez aussi bien ce que disent les jeunes que ce qu'ils ne disent pas. Il y a beaucoup d'informations dans leur silence et leur langage corporel.
- **Traitez les jeunes avec respect :** Asseyez-vous avec les jeunes pendant qu'ils font des activités, posez des questions pour apprendre comment ils voient les choses et s'engagent avec leur communauté.
- **Faites attention au langage corporel :** Surveillez le langage corporel (p. ex. s'agiter, être bruyant ou agressif ou être très timide ou calme). Cherchez des indices sur la façon dont les jeunes se sentent pendant les activités.
- **Réfléchissez à vos propres attitudes :** Nous avons tous des idées sur la façon dont les choses sont et pourquoi elles sont comme ça, en fonction de nos propres expériences de vie et de notre culture. Rappelez-vous que votre propre expérience affectera votre compréhension des histoires des autres.

² Adapté de Currie et Heykoop, 2011.

Poser de bonnes questions

- **Posez des questions ouvertes:** Les questions ouvertes ne se répondent pas par « oui » ou par « non ». Un exemple de question fermée est : « Les filles ont-elles moins d'opportunités d'activités créatives que les garçons ? » Une question ouverte serait « Comment est-ce que l'implication des filles aux arts et aux activités créatives diffère-t-elle de celle des garçons ? »
- **Évitez les questions suggestives:** Les questions suggestives contiennent la réponse dans la question et ne donnent pas aux jeunes le choix dans leur réponse. Un exemple de question suggestive serait : « Lorsque vous avez du temps libre, est-ce que faire du sport est plus important pour vous que faire des arts ou des activités créatives ? » Une question non suggestive serait : « Quel type d'activités aimez-vous faire pendant votre temps libre ? »
- **Insistez sur le fait qu'il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse :** Encouragez les jeunes à exprimer librement leurs opinions et leurs sentiments sans jugement.
- **Utilisez des questions exploratoires :** La méthode exploratoire consiste à poser doucement des questions pour en savoir plus sur la première question posée. Ceci est utile lorsque vous voulez en savoir plus sur ce qu'un participant pense. Des questions exploratoires utiles seraient « Pouvez-vous me dire plus à ce sujet ? Qu'est-ce que c'est selon vous ? Vous avez mentionné que vous aimez la guitare, qu'en est-il de la guitare que vous aimez ? »
- **Utilisez des onomatopées :** Les onomatopées sont des expressions ou mots qui encouragent un participant pendant qu'il raconte son histoire. Des sons tels que « uh huh » montrent que vous êtes intéressé et activement à l'écoute et cela encourage le participant à continuer. S'assurer de ne pas utiliser des mots et/ou phrases, telles que, « correct », « parfait », « très bien », ou « c'est une idée horrible », qui suggèrent que vous avez un jugement sur leur réponse. Votre rôle est de faciliter un processus qui consiste à partager sans jugement. Trouvez les onomatopées communément utilisées dans la zone où vous travaillerez.
- **Utilisez la répétition :** En répétant le dernier mot ou la dernière phrase d'un participant, vous pouvez faire comprendre que vous écoutez et l'encourager à en dire plus.

Accepter divers comportements

- **Soyez patient :** Montrez de la patience et de l'empathie avec les jeunes.
- **Montrez du respect :** Montrez du respect à l'égard des perspectives des jeunes, même si vous n'êtes pas d'accord.
- **Offrez aux jeunes des opportunités spéciales :** Si un jeune est agité, ou s'il dérange, donnez-lui une tâche spécifique comme écrire sur le flip chart, de sorte qu'il se sente reconnu et valorisé.
- **Explorez leurs préoccupations :** Donnez une occasion aux jeunes pour qu'ils expriment leurs préoccupations, y compris au sujet du projet, car vous pourriez obtenir des renseignements précieux.

- **Si un participant est distant ou refuse de s'impliquer:** Laissez-le s'asseoir dans son propre espace et réfléchir. Créez-lui un espace personnel confortable afin qu'il sente qu'il peut se joindre à l'activité à tout moment. Si cela est possible, lui poser quelques questions sur sa vie ou sur un autre sujet pour l'aider à se détendre, puis revenir à l'activité.

Soutenir le groupe

- **Impliquez les jeunes de tous âges:** Selon la tranche d'âge de votre groupe, vous devrez peut-être apporter de petits changements aux activités afin qu'elles répondent aux besoins de chacun. Par exemple, vous pouvez utiliser des mots et des idées différents pour expliquer quelque chose à un jeune de 15 ans ou à un jeune de 20 ans. Assurez-vous d'impliquer tout le monde.
- **Soyez inclusif:** Trouvez des façons d'ajuster votre facilitation afin que tous les jeunes présents puissent participer. Portez une attention particulière aux jeunes ayant des capacités physiques ou mentales différentes. Ne forcez jamais quelqu'un à participer. L'inclusivité commence par s'assurer que l'espace est accessible à tous, et que tout le monde peut accomplir les activités.
- **Responsabilisez les gens:** N'ayez pas peur de tenir les gens responsables de leur comportement. Au début, définissez par un accord communautaire, des règles de base communes auxquelles vous pouvez tous vous engager et vous référer (voir la section Planification et préparation pour plus de détails). Soyez ferme mais respectueux et créez, à l'extérieur du groupe, un espace où toute autre question peut être discutée.
- **La protection de la vie privée est importante:** Faites clairement comprendre que vous croyez que la vie privée des jeunes est extrêmement importante. La recherche sera confidentielle, les noms des jeunes ne seront partagés avec personne. Il est important que le groupe de jeunes respecte la vie privée des uns et des autres et ne partage pas ce qu'ils ont entendu avec d'autres personnes à l'extérieur du groupe. Dites aux jeunes que même si la plupart des choses sont confidentielles, s'ils vous disent quelque chose ou si vous soupçonnez que quelque chose les met en danger, alors vous vous concerterez pour trouver quelqu'un qui pourrait leur venir en aide.
- **Encouragez la pensée critique:** C'est l'occasion pour les jeunes de penser différemment pour leur vie, de poser des questions et d'explorer de nouvelles opportunités de manière sécurisée.
- **Soyez à l'aise dans l'inconfort:** Le changement peut souvent inclure des sentiments d'inconfort et de confusion. Reconnaissez ces moments et faites une pause pendant qu'on les traverse.
- **Tirez des leçons des erreurs passées:** Nous faisons tous des erreurs. Essayez de considérer les erreurs comme des occasions d'apprendre. Vous pouvez être honnête avec les jeunes de votre groupe lorsque vous faites des erreurs, comme un moyen de servir de modèle de la façon dont nous apprenons de ce qui ne va pas bien.
- **Soyez conscient de la dynamique du pouvoir:** Soyez conscient que, selon l'âge, la position, la classe sociale, la culture, la religion ou le genre, vous pouvez être en position de pouvoir, ce qui peut avoir un impact sur la façon dont les jeunes réagissent.

- **Identifiez le soutien externe :** Vérifiez auprès de votre allié adulte pour savoir qui sont les personnes de soutien (p. ex. conseillers, travailleurs de la santé) pour les jeunes qui pourraient avoir besoin d'aide pour régler certains problèmes plus en profondeur. Soyez honnête et clair au sujet de l'appui que vous pouvez et ne pouvez pas fournir aux jeunes et faites-leur savoir qu'il existe d'autres personnes de soutien qui peuvent leur venir en aide.

Travailler avec les jeunes participants sur des sujets sensibles

Ce projet explore la manière dont nous pouvons travailler ensemble pour soutenir le bien-être des jeunes. Chaque fois que notre exploration nous aide à nous sentir bien, nous ouvrons également des conversations sur ce qui ne l'est pas. Nous ne voulons jamais qu'un jeune ait l'impression que nous lui posons des questions directes sur sa vie, ou que nous lui demandons de partager quelque chose avec lequel il n'est pas à l'aise.

- Posez des questions qui utilisent des situations simulées et explorez la façon dont les jeunes comprennent les expériences communes au sein de leur collectivité. Par exemple, quels sont les genres de choses qui font que les jeunes se sentent bien dans votre communauté ?
- Surveillez les indices non verbaux des gens et arrêtez la discussion si un des participants est bouleversé.
- Asseyez-vous avec la personne bouleversée et écoutez-la avec compassion.
- Collaborez avec votre co-animateur et votre allié adulte pour bien suivre le jeune qui montre des signes de détresse au cours des activités.
- N'oubliez pas de mettre les jeunes en contact avec les personnes supplémentaires de soutien, comme les conseillers ou les travailleurs fournissant de l'aide psychosociale. Il est préférable de mettre les noms des travailleurs de soutien sur un flip chart au cas où les jeunes voudraient s'auto-référencer, ou vous serez amené à contacter cette personne vous-même et à l'aider à entrer en contact avec un jeune.
- Parlez à votre allié adulte pour vous assurer que vous avez lu et compris la Politique de protection de l'enfance de Terre des hommes ainsi que vos responsabilités pour garder les jeunes en sécurité.



Bon animateur/mauvais animateur, pratique pour les jeunes animateurs :

Pour s'entraîner et s'amuser, jouez à tour de rôle un sketch de « mauvais animateur ». Demandez à un jeune animateur de jouer un court sketch en jouant le rôle d'un mauvais animateur (par exemple, ne pas écouter, se tenir au-dessus des jeunes participants). Discutez ensuite de ce que le « mauvais animateur » aurait pu faire de mieux. Tous les animateurs peuvent s'exercer à tour de rôle à la fois à la mauvaise et à la bonne animation.

Veiller à ce que cela soit simple et amusant.

Conseils pour la prise des notes

Avant les activités

Revoyez l'horaire de la journée et les objectifs des activités avec votre jeune co-animateur et votre allié adulte. Discutez des modifications que vous pourriez avoir besoin d'apporter. Vous devrez adapter vos notes aux objectifs du jour.

Pendant les activités

Prenez des notes détaillées et précises dans votre carnet. Faites attention à ce qui est important pour le groupe.

Comment puis-je savoir ce qui est important ?

- **Notez les points principaux :** Lorsqu'un jeune répond à une question, enregistrez les points clés.
- **Notez des mots, des phrases ou des citations mémorables :** Enregistrez des phrases et des citations qui sont vraiment importantes et qui sont en rapport avec les objectifs de l'activité et les phrases utilisées par les jeunes.
- **Collectez des histoires ou des exemples :** Les histoires et les exemples donnent un aperçu sur la façon dont vos pairs voient leur monde.

- **Écoutez les thèmes récurrents :** Si plus d'une personne dit la même chose, assurez-vous de noter combien de fois vous l'avez entendu, et assurez-vous d'inclure toutes les différences mineures que vous avez entendues. Par exemple, si de nombreux jeunes vous disent qu'ils se sentent bien en passant du temps en jouant avec des amis, noter combien de fois vous avez entendu cela et peut-être toutes les différences liées aux types d'activités qu'ils aiment faire avec leurs amis.
- **Répétition :** Notez les mots clés ou les phrases qui sont répétées.
- **Notez les questions clés posées.**
- **Relevez le langage corporel ou les indices verbaux :** Ces indices non verbaux peuvent vous renseigner sur ce que le participant pense ou ressent. Par exemple, si quelqu'un ne vous regarde pas dans les yeux ou est penché, cela peut signifier qu'il se sent mal à l'aise. Il est important de savoir quels indices existent dans votre propre milieu culturel.

Il existe 3 types de prise de notes que vous pouvez utiliser dans votre carnet pour accélérer le processus :

- **Notes à la volée :** Une prise de notes proche de ce qui est dit, quasiment mot à mot.
- **Brouillon :** Notes de mots clés et de phrases qui vont vous rafraîchir la mémoire lorsque vous écrirez plus tard l'histoire dans son intégralité (Rappelez-vous de lire vos notes chaque soir et rajoutez des compléments si vous utilisez cette approche).
- **Catégories :** Inclure les points principaux, les points et les exemples connexes.

Rappelez-vous que quel que soit le type de notes que vous prenez dans votre carnet, vous devrez les écrire dans le **formulaire de documentation d'activité en annexe 1**. Par conséquent, veuillez utiliser la méthode qui vous convient le mieux.

Conseil important : Plus vous écrivez vos notes tôt, plus il vous sera facile de vous souvenir des détails. Il peut sembler difficile de le faire à la fin d'une activité, mais il sera beaucoup plus facile que d'essayer de le faire après un certain nombre de jours.



Pratique de prise de notes pour les jeunes animateurs :

La prise de notes est une compétence, par conséquent il est important de s'exercer. Prenez deux chaises et trouvez un partenaire. Placez les chaises face à face, et asseyez-vous. Décidez qui sera le preneur de notes et qui sera le célèbre footballeur ou une autre célébrité de votre choix.

La célébrité répondra à la question suivante en une minute : « Comment vous préparez-vous avant un grand match ou une représentation ? »

Le/la preneur(se) de notes prendra des notes pendant une minute entière, puis il/elle partagera ce qu'il/elle a écrit avec son/sa partenaire. La « célébrité » fera des commentaires constructifs sur les notes.

Vous pourrez ensuite changer de rôle, pour que vous ayez tous deux la chance de vous exercer dans la prise de notes.

Formulaire de documentation d'activité

Lorsque vous retournerez chez vous ou au centre communautaire après la fin des activités de la journée, vous devrez transférer vos notes dans votre carnet. Pour la plupart des activités, vous enregistrerez celles-ci dans le formulaire de documentation d'activité. Veuillez consulter l'**annexe 1: Formulaire de documentation d'activité**. Pour les autres activités, vous utiliserez les formulaires de l'annexe 2, 3, 4, 5, 6. Veuillez vérifier chaque activité, pour connaître lequel des formulaires vous devez remplir.

Journal de réflexion

Le journal de réflexion vous aide à reproduire ou à écrire vos idées sur la façon dont vous vous sentez et ce que vous apprenez tout au long de ce processus de transformation. Vous pouvez utiliser votre journal pour réfléchir après chaque activité. Cet espace de votre journal vous appartient et vous ne devez pas le partager avec quelqu'un d'autre ! Vous pouvez également utiliser cet espace à tout moment, par exemple lorsque vous avez un moment merveilleux, une préoccupation, une nouvelle idée, ou toute autre réflexion. Ce journal constitue l'espace où vous pouvez réfléchir sur des idées pour y revenir tout au long du projet. C'est une excellente façon pour vous de voir tout ce que vous avez appris tout au long du projet. Veuillez consulter l'**annexe 8: Journal de réflexion**

Planification et préparation

Vous avez un rôle important en tant que jeune animateur. Voici quelques conseils pratiques pour vous aider à vous sentir à l'aise et confiant pour planifier, diriger, et assurer le suivi des activités.

Avant vos activités : planifiez et préparez

- 1. Votre équipe :** Parlez avec votre allié adulte des jeunes qui ont été invités à faire partie de votre groupe de jeunes.
- 2.** De concert avec votre allié adulte, **choisissez une heure, une date et un lieu** qui répondent aux besoins des personnes que vous invitez à votre activité.
- 3. Élaborez un calendrier :** En vous servant des activités de votre kit d'art et de toutes les autres activités que vous souhaitez ajouter, élaborez votre calendrier de travail. Il faudra préciser l'heure de début et de fin de l'activité. Il serait préférable de définir une heure régulière pour les rencontres pour que tout le monde puisse s'en rappeler facilement.
- 4. Rencontrez votre équipe (2 jeunes animateurs et l'allié adulte) :** Passez en revue les activités, discutez des rôles et des responsabilités, décidez des jeux ou d'autres stimulants permettant de garder de l'énergie et assurez-vous d'avoir les fournitures nécessaires.
- 5. Préparez votre lieu de rencontre :** Faites en sorte que la pièce, l'espace soit amusant, sécuritaire, calme et favorable. Vous pouvez mettre en place un panneau de bienvenue, imprimer des photos de votre communauté, ou ajouter d'autres éléments qui pourraient aider vos pairs à se sentir les bienvenus. Discutez avec votre allié adulte pour voir s'il est possible d'avoir des rafraîchissements, surtout si votre activité dure quelques heures. Ceci aidera à respecter le temps des jeunes et favorisera le renforcement communautaire.
- 6. Faites une liste de contrôle :** Faites une liste de contrôle du matériel à apporter et des choses à faire avant l'activité. Parlez-en à votre allié adulte qui est responsable de la collecte préalable du matériel.
- 7. Identifiez une personne de soutien pour les jeunes :** Demandez à votre allié adulte de vous préciser la personne qui sera disponible pour assister les membres du groupe de jeunes lorsqu'un soutien émotionnel supplémentaire est requis. Cette personne peut être un conseiller ou un travailleur psychosocial dans une école ou un membre du personnel d'un centre, mais elle ne doit pas être directement impliqué dans l'animation de l'activité. Il faudrait avoir les coordonnées de cette personne et les afficher pendant chaque activité.
- 8. Préparez-vous mentalement :** Soyez émotionnellement présent et disponible pour interagir avec les jeunes et bien écouter.

Pendant les activités :

- 1. Arrivez tôt :** Arrivez avant les jeunes afin de pouvoir organiser l'espace et finissez tous les détails de dernière minute.
- 2. Souhaitez la bienvenue à tous :** Remerciez tout le monde d'être venu. Présentez-vous et expliquez que vous êtes là pour travailler avec les jeunes sur un projet basé sur les arts qui commencera par explorer certaines des forces et des défis de leur vie à travers un projet artistique dirigé par les jeunes eux-mêmes. Expliquez l'activité spécifique que vous animerez ce jour-là.
- 3. Faites faire les présentations :** Si les jeunes se réunissent en groupe pour la première fois, réservez un temps pour la présentation. Utilisez une manière créative et amusante pour animer les présentations.
- 4. Établissez un accord communautaire :** Travaillez avec les jeunes pour développer leur propre accord, pour établir des lignes directrices sur la façon dont chacun veut travailler ensemble. Vous pouvez avoir besoin d'un guide et d'un encouragement pour d'autres idées. Assurez-vous de l'écrire à un endroit où tout le monde peut le voir et demandez à chacun de le signer. Vous trouverez quelques idées dans l'encadré.

Exemple d'accord communautaire :

- Écouter les autres quand ils parlent ;
- Mettre le portable sur silencieux pendant les activités ;
- Traiter tout le monde sur un même pied d'égalité ;
- Se soutenir mutuellement ;
- S'amuser.

- 5. Gardez à l'esprit l'ambiance dans la salle :** Discuter ou prendre davantage conscience des défis auxquels les jeunes sont confrontés dans leur vie quotidienne peut être déprimant et accablant. Il serait préférable de rappeler aux jeunes les bonnes choses dans leur famille et leur communauté et/ou arrêter de jouer à un jeu pour se défouler.
- 6. La diversité et la créativité sont les bienvenues ici :** Encouragez et respectez les différences dans la salle et créez un espace sûr pour que chacun puisse partager.
- 7. Discuter des prochaines étapes :** Soyez toujours prêt à partager les prochaines étapes de l'aventure YouCreate et à répondre à toutes les questions que les jeunes pourraient avoir.



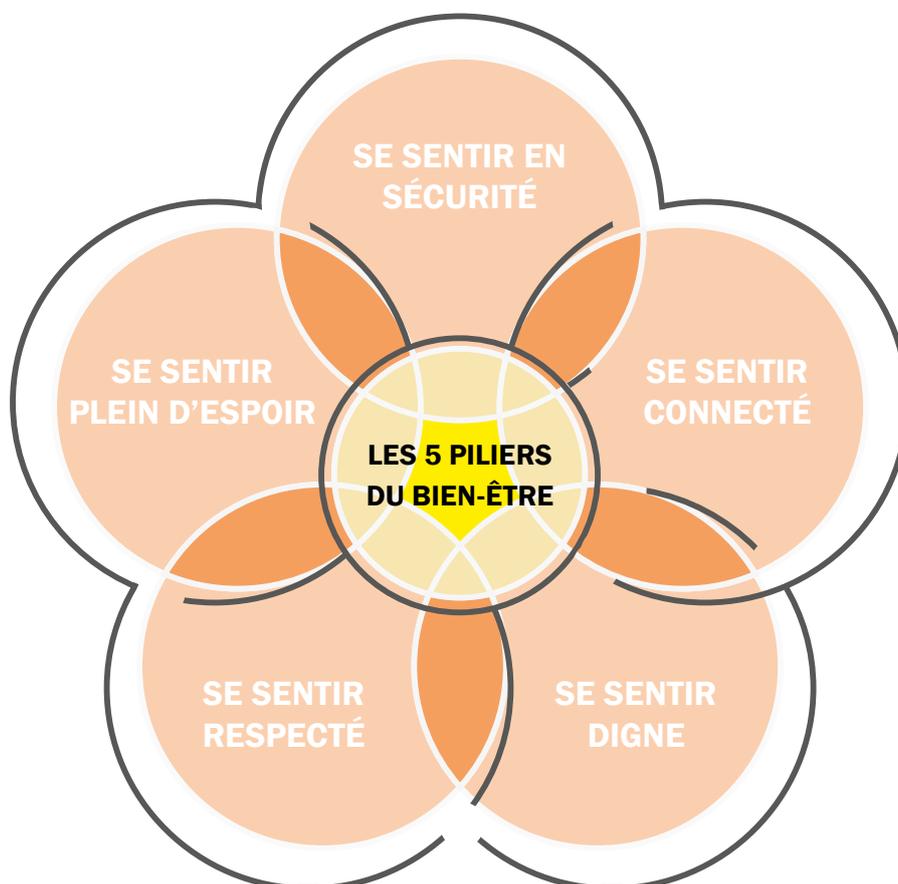
LES PILIERS DU BIEN-ÊTRE

Les 5 piliers du bien-être

YouCreate est fondé sur les piliers du bien-être. Les piliers du bien-être ont été développés pour mieux comprendre comment les humains maintiennent leur bien-être, même à travers des expériences de vie difficiles. Les chercheurs ont opté pour 5 piliers de bien-être et ceux-ci sont :

- **Pilier 1: Se sentir en sécurité:** Se sentir en sécurité tant physiquement qu'émotionnellement.
- **Pilier 2: Se sentir connecté:** Se sentir connecté à des personnes et à des groupes de soutien dans votre communauté.
- **Pilier 3: Se sentir digne:** Se sentir digne, et avoir des rôles, des responsabilités et des identités qui reflètent qui nous sommes, d'où nous venons et ce que nous faisons ou aimerions faire.
- **Pilier 4: Se sentir respecté:** Se sentir respecté en ayant la capacité de s'attaquer à l'injustice dans nos vies tout en ayant accès à nos droits.
- **Pilier 5: Se sentir plein d'espoir:** Se sentir plein d'espoir pour l'avenir et avoir la joie de vivre.

Les 5 piliers du bien-être sont décrits de façon indépendante, mais ils se combinent pour promouvoir le bien-être.



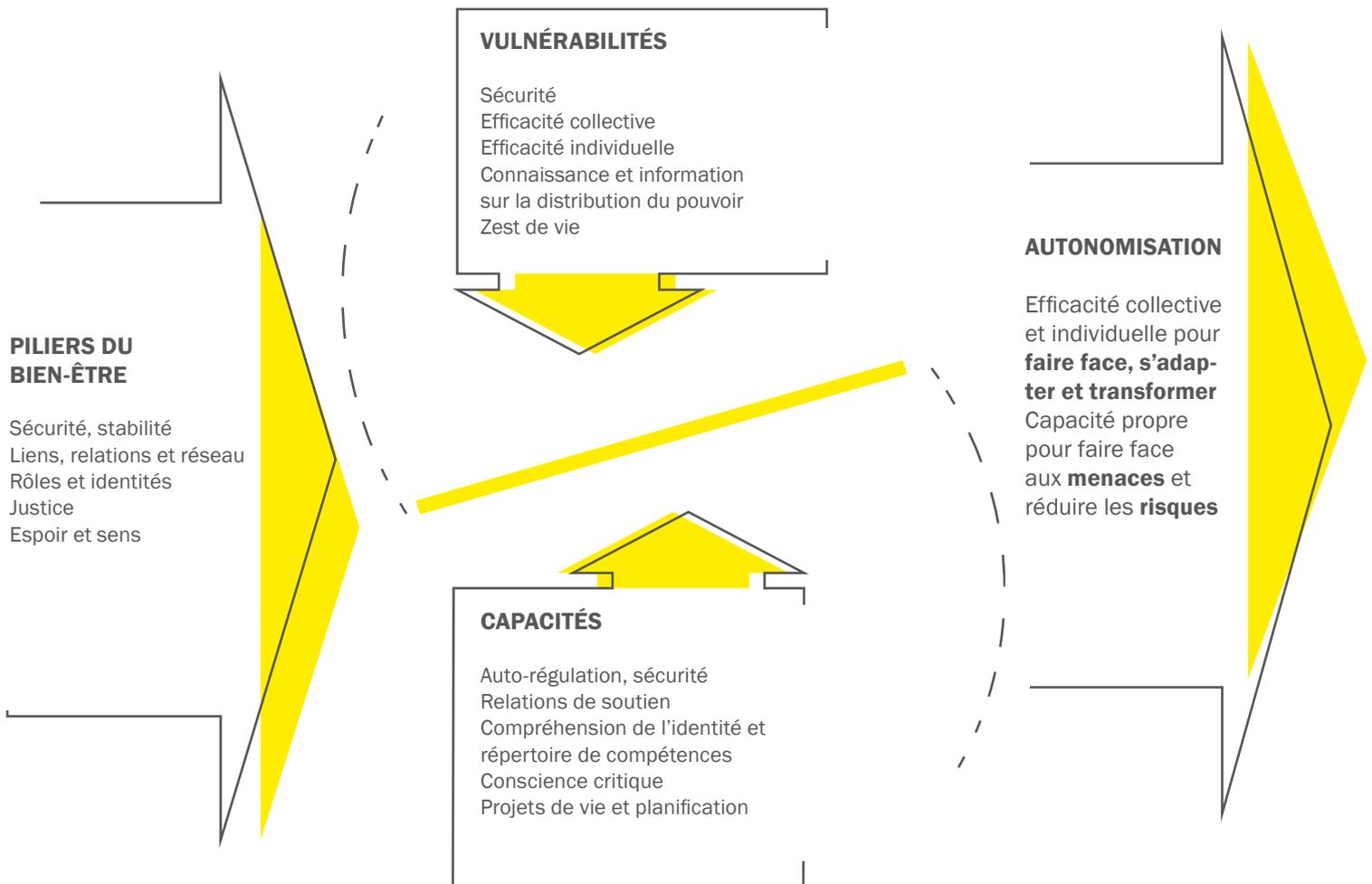
Il y a quelques thèmes importants qui s'appliquent à chaque pilier. Chaque culture a sa propre interprétation de ces thèmes, et cela est important. Les thèmes sont les suivants :

- 1. Autonomisation :** L'opportunité de se sentir fort, confiant et aux commandes de nos vies, est une partie importante du bien-être.
- 2. Efficacité :** L'opportunité d'avoir un sentiment de contrôle et d'atteindre nos propres objectifs personnels et, pour les communautés, d'avoir un sentiment de contrôle et d'atteindre leurs objectifs sont une partie importante du bien-être.
- 3. Dignité :** L'opportunité de se respecter soi-même et de se sentir digne sont une partie importante du bien-être.

Une approche basée sur les points forts :

Une approche fondée sur les points forts s'appuie sur les forces, les compétences et les ressources pour relever les défis, réduire les vulnérabilités et créer des changements sociaux positifs tout en améliorant les capacités.

Veillez consulter le diagramme ci-dessous qui illustre la façon dont les piliers de bien-être interagissent avec les forces et les défis.



Comment les piliers du bien-être s'intègrent-ils dans YouCreate ?

Dans le cadre de YouCreate, nous examinons comment l'art et la créativité peuvent favoriser le bien-être des jeunes, au niveau de chaque pilier. En tant que jeune animateur, vous guiderez les jeunes à travers un certain nombre d'activités pour les encourager à explorer et à effectuer le suivi de leur bien-être au cours du projet.

Explorer les piliers du bien-être

La section suivante fournit une vue d'ensemble approfondie de chacun des piliers du bien-être. Si vous voulez des exemples concrets de projets artistiques qui correspondent aux piliers pouvant servir d'inspiration lorsque vous planifiez votre art-action, veuillez consulter l'**annexe 7: Exemples concrets d'activités axées sur l'art qui soutiennent les piliers du bien-être.**

Pilier 1: Se sentir en sécurité

Que signifie se sentir en sécurité? Comment cela fait-il partie du bien-être des jeunes?

Se sentir en sécurité et stable est très important pour le bien-être des jeunes ainsi que pour leur rétablissement après des expériences difficiles. Cela peut signifier à la fois une sécurité émotionnelle, par exemple, pouvoir exprimer ses opinions et ses idées en toute sécurité, et une sécurité physique, par exemple se sentir en sécurité dans son environnement. Lorsque vous vous sentez en sécurité, vous pouvez évaluer les défis actuels ou futurs.

Il peut être difficile de se sentir en sécurité si vous avez traversé des périodes difficiles, si vous avez connu beaucoup de moments difficiles dans votre vie ou si vous vivez dans un environnement précaire. Il est donc important de se rattacher à des gens et des activités qui vous aident à vous sentir en sécurité. Par exemple, si vous ne vous sentez pas en sécurité chez vous ou dans votre communauté, faites de votre mieux pour créer, avec vos pairs, un espace sécuritaire favorable où vous pourrez partager vos sentiments et vous détendre.

Pilier 2: Se sentir connecté

Que signifie se sentir connecté? Comment cela fait-il partie du bien-être des jeunes?

Les liens avec la famille, les amis et les membres de la communauté sont importants

pour le bien-être des jeunes. Les liens étroits que les jeunes entretiennent avec leur famille, avec des mentors et des amis de confiance sont très importants pour les aider à relever les défis de la vie. Dans l'ensemble de la communauté, différentes personnes (c.-à-d. voisins, pairs, leaders communautaires) et différents groupes (groupes religieux, clubs scolaires, ONG) jouent également un rôle important pour soutenir les jeunes en période difficile ou lorsqu'ils sont en train de s'adapter à de nouveaux environnements. Pour rester solide, il est important d'établir des liens avec des personnes et des groupes qui nous soutiennent, par exemple par le biais des arts et de la culture.

Pilier 3 : Se sentir digne

Que signifie se sentir digne ? Comment cela fait-il partie du bien-être des jeunes ?

Se sentir digne est étroitement lié aux rôles significatifs que nous sommes capables de jouer dans la vie quotidienne, qui nous aident à nous sentir productifs et épanouis. Il est également très important d'avoir des rôles et des responsabilités qui sont liés à qui vous êtes, à votre identité. Chacun de nous a également un rôle à jouer en tant que membre de la société, citoyen ou acteur social, puisqu'il joue un rôle significatif dans la formation du monde qui nous entoure. Par exemple, en tant que jeune femme, vous pouvez avoir un rôle en tant que fille, sœur, amie, employée, étudiante et/ou membre d'un groupe de jeunes. Chacun de ces rôles a des responsabilités qui lui sont attachées. Les responsabilités sont importantes pour les jeunes, en particulier lorsqu'elles peuvent avoir un impact positif tant pour eux-mêmes que pour les autres. Votre identité est liée à qui vous êtes en tant qu'individu ainsi qu'à votre culture, votre communauté et votre pays. Développer une idée claire de qui vous êtes, de votre identité, est une partie importante pour votre maturité. Cependant, lorsque votre environnement change, ces rôles, responsabilités et identités peuvent parfois changer. Ceci peut impliquer des ajustements à la vie quotidienne. Nos rôles, responsabilités et identités nous aident à façonner notre compréhension de nous-mêmes, à nous sentir investis de pouvoir, connecté, important et digne.



Pilier 4 : Se sentir respecté

Que signifie de se sentir respecté ? Comment cela fait-il partie du bien-être des jeunes ?

Se sentir respecté par ceux qui nous entourent, notamment notre famille, notre communauté et notre pays, ainsi que sur les médias sociaux et au-delà des frontières, est important pour notre bien-être. Pour se sentir respecté, cela implique en grande partie que nos droits en tant qu'homme soient respectés. Les droits de l'homme sont les choses fondamentales que tout le monde devrait avoir ou pouvoir faire. Ce sont des libertés qui appartiennent à tous, comme la liberté de s'exprimer et d'avoir des opinions, d'être suffisamment nourri et logé, d'avoir des opportunités économiques et de vivre sans violence. Partout dans le monde, les enfants et les jeunes ont des droits spéciaux qui leur sont propres, tels que la liberté d'être protégés, de participer à la vie de la communauté, de s'instruire, de jouer et de se reposer, et d'accéder à l'aide et à un traitement équitable dans les systèmes judiciaires et médicaux. Ces droits de l'enfant sont inscrits dans la Convention des Nations Unies relative aux droits de l'enfant (UNCRC). Lorsque nos droits et libertés ne sont pas respectés, il est normal de se sentir bouleversé et en colère. Il est important de se rendre compte que cela est souvent dû aux systèmes qui nous régissent, comme la politique et l'histoire de notre région, qui ont un impact sur nos vies, mais qui n'ont presque rien à voir avec ce qui se passe sur le plan personnel ou familial. Cependant, il est utile de reconnaître ces défis et de se réunir en tant que jeunes pour voir comment vous pouvez apporter des changements positifs dans votre vie et celle des autres dans votre communauté. Lorsque vous réfléchissez aux principaux défis à relever pour jouir librement de vos droits, il peut être utile pour les jeunes : a) d'examiner ce que veulent dire justice et droits pour eux ; b) d'étudier les causes de certains de ces défis majeurs ; c) de trouver des moyens de participer en toute sécurité à des activités qui promeuvent les droits des enfants et des jeunes.

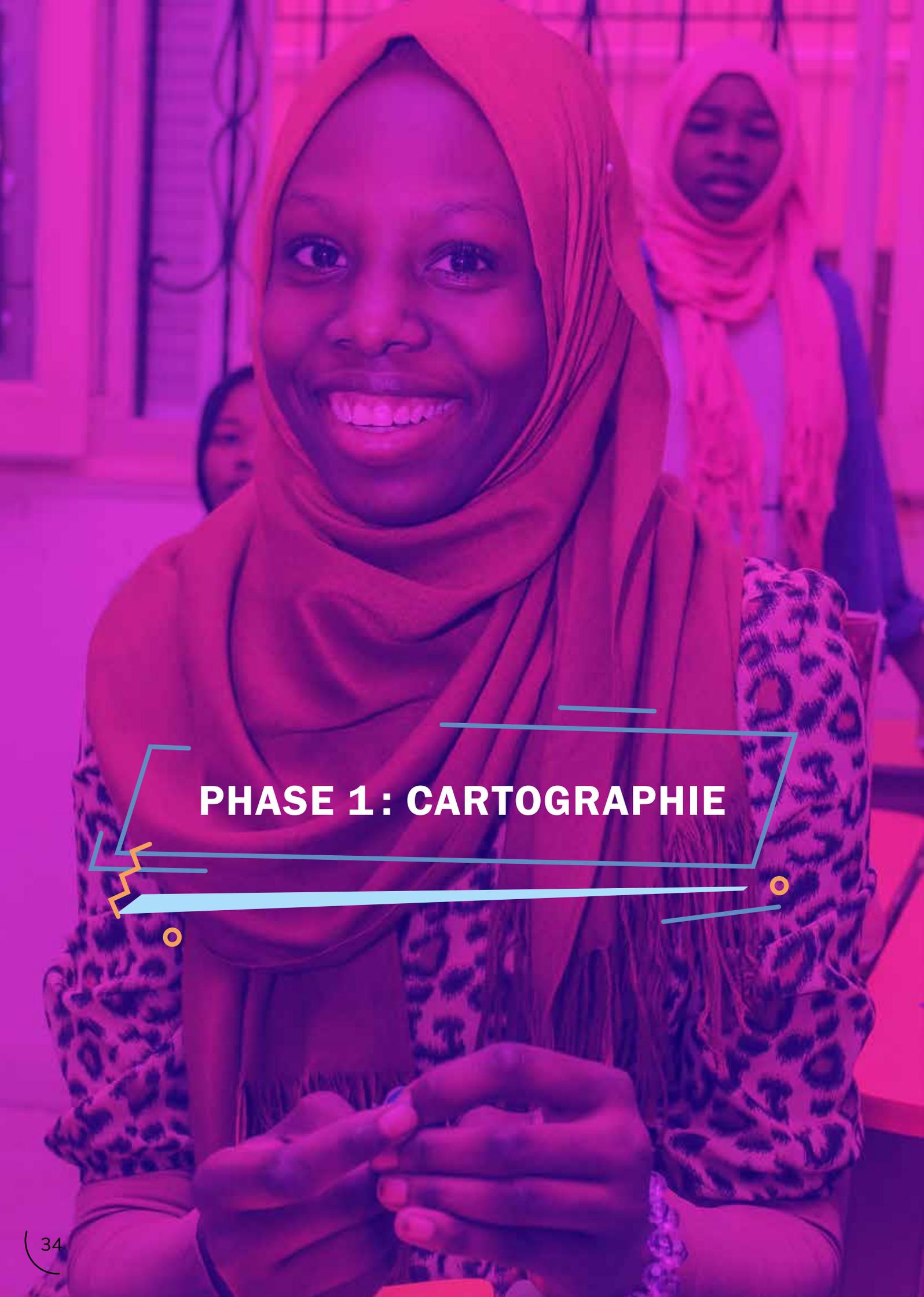
Pilier 5 : Se sentir plein d'espoir

Que signifie se sentir plein d'espoir ? Comment cela fait-il partie du bien-être des jeunes ?

L'espoir est une partie importante du bien-être des jeunes. L'espoir c'est quand vous pensez à votre avenir, à l'avenir de votre famille, de vos amis et de la communauté, et que vous vous nourrissez d'un sentiment d'optimisme ou de joie de vivre. Pour certaines personnes, l'espoir est lié à l'idée d'avoir droit à l'éducation ou à un toit, tandis que pour d'autres l'espoir est enraciné dans l'inspiration ou dans les croyances religieuses. L'espoir de chacun se définit différemment et trouve son sens pendant les moments difficiles. Les arts et les mouvements créatifs peuvent être utilisés pour vous aider à trouver un sens à votre vie quotidienne et à faire grandir votre espoir.

Veillez consulter l'**annexe 7 : Exemples concrets d'activités artistiques qui soutiennent les piliers du bien-être** pour des exemples de projets artistiques relatifs aux piliers du bien-être qui peuvent vous inspirer lorsque vous planifiez votre art-action.

Commençons maintenant !

A photograph of a woman wearing a brown hijab and a leopard-print top, smiling warmly at the camera. The image is overlaid with a semi-transparent teal color. A white, stylized graphic element resembling a speech bubble or a callout box is centered over the woman's chest. The text 'PHASE 1: CARTOGRAPHIE' is written in white, bold, uppercase letters within this graphic. There are also several small yellow circles and lines scattered around the graphic, adding a dynamic feel to the design.

PHASE 1: CARTOGRAPHIE

Qu'est-ce que la phase de cartographie ?

Vous êtes sur le point de commencer un voyage! Ce voyage nécessite une carte. Une carte qui montre votre point de départ, votre point d'arrivée et comment vous souhaitez vous y rendre. Cette carte n'est pas encore conçue, car vous n'êtes pas seulement une partie importante du voyage, mais vous en êtes le guide!

Au cours de cette phase, vous allez :

- Établir la confiance avec votre groupe de jeunes et imaginer à quoi ressemblerait votre communauté si les arts étaient utilisés pour favoriser le bien-être des jeunes.
- Explorer votre communauté et réfléchir à la façon dont différentes personnes, lieux et choses pourraient vous soutenir dans ce projet.

Jeunes animateurs et leurs Alliés Adultes

1 heure

Avant de commencer les activités avec votre groupe de jeunes, organisez une réunion entre les 2 jeunes animateurs et l'allié adulte. Cela vous donnera l'occasion de vous connaître, de construire la confiance en tant qu'équipe et de planifier ensemble vos activités. Communiquer ouvertement, être solidaires et travailler ensemble seront très importants.

Quelles sont les activités de la phase de cartographie ?

Voici la liste des activités qui peuvent être réalisées pendant la phase de cartographie avec votre groupe de jeunes.

Activités de la phase cartographie

Activité	Objectif	Temps de préparation	Temps d'activité	Temps de compte-rendu et de documentation
Activité 1: Cercle de confiance	Présenter YouCreate. Instaurer la confiance en tant que groupe tout en imaginant à quoi pourrait ressembler votre communauté si les arts étaient utilisés pour favoriser le bien-être des jeunes.	30 min	30 min	1 heure
Activité 2: Cartographier nos vies!	Créer une liste de personnes ou de groupes clés qui ont un impact sur la vie quotidienne des jeunes et réfléchir à la manière dont ils pourraient avoir un impact sur le projet.	1 heure	1 heure	1 heure
Total		1,5 heures	1,5 heures	2 heures
Grand Total		5 heures		



Activité 1 : Cercle de confiance

But : L'objectif de cette activité est de construire la confiance au sein du groupe tout en imaginant à quoi pourrait ressembler votre communauté si les arts étaient utilisés pour favoriser le bien-être des jeunes.³

Base artistique : Jeux et chansons, rap ou paroles

Matériel : Une grande corde

Temps requis : 30 minutes

Méthode :

1. Liez les deux extrémités d'une grande corde pour former une boucle solide. Testez la résistance de votre nœud après l'avoir fait pour éviter tout accident.
2. Demandez aux jeunes de se tenir en cercle avec les bras tendus en tenant la corde à l'intérieur du cercle formé. *Remarque : Les jeunes peuvent se sentir plus à l'aise si les jeunes animateurs et les alliés adultes se placent entre les filles et les garçons.*
3. Demandez aux jeunes de se pencher à gauche puis à droite pour tester la résistance de la corde.
4. Demandez aux jeunes d'essayer de s'asseoir ensemble en tenant la corde. Demandez-leur ensuite de se lever ensemble, en faisant un bruit comme « oooiooh » pour signifier se lever et « ayyyaahhh » pour s'asseoir. Vous devrez peut-être vous entraîner plusieurs fois.
5. Pendant que les jeunes sont assis, présentez le projet YouCreate. Parlez de l'objectif du projet et de la façon dont vous travaillerez ensemble pour créer un changement positif dans la vie de chacun. Partagez votre positivité et votre enthousiasme pendant que vous expliquez le projet. Expliquez que les jeunes travailleront ensemble pour concevoir et mettre en œuvre un projet artistique au

Objectif de YouCreate : Créer un espace sûr et amusant pour les jeunes qui ont vécu une délocalisation ou une épreuve difficile afin de créer un réseau de soutien, de renforcer leur bien-être, de développer leur leadership et leurs compétences artistiques et de travailler ensemble pour créer un changement positif dans leurs communautés.



profit de leur communauté. Assurez-vous de répondre à toutes les questions des jeunes.

6. Il existe de nombreuses variantes que vous pouvez essayer, dont entre autres, les yeux fermés, la vague, le comptage avant une action collective, etc. Vous pouvez tirer fort sur une partie de la corde pour tester la force du groupe et montrer que l'équilibre dépend de tout le groupe. Soyez créatif et n'oubliez pas de réfléchir avec le groupe sur son ressenti lorsque vous essayez quelque chose de nouveau.
7. Invitez maintenant les jeunes à échanger sur ce à quoi pourrait ressembler leur communauté si vous aviez tout ce dont vous avez besoin **pour soutenir la vie créative des jeunes (leur participation aux arts et à la culture) et leur bien-être**. Invitez les jeunes à chanter, à rapper ou à utiliser la parole pour partager leurs idées, tout en tenant la corde. Si certains se sentent timides, vous pourrez peut-être commencer par vos propres idées. Encouragez tout le monde à participer, mais attention à ne pas forcer la participation de quiconque.
8. Celui qui prend les notes doit être attentif à bien noter les idées clés qui ont émergé dans votre **Formulaire de documentation d'activité, en annexe 1**.

Conseil d'animation :

Le cercle de confiance est une excellente activité à utiliser pour débiter et conclure d'autres activités. C'est un moyen efficace de créer un sentiment d'unité et d'esprit d'équipe. Il peut être utile pour recentrer le groupe lorsqu'il y a beaucoup d'énergie dans la pièce. C'est également un endroit sûr pour avoir des discussions importantes, par exemple :

1. Discuter de l'importance de l'unité et du travail en commun, de l'importance d'être attentif à son voisin pour la réussite du groupe/de la communauté.
2. Discuter de la façon dont une personne, qui peut se sentir en colère ou bouleversée, peut perturber le cercle et comment tout le monde doit travailler ensemble pour soutenir cette personne et équilibrer le groupe.

Activité 2 : Cartographier nos vies

Objectif : L'objectif de cette activité est de générer une liste de personnes, de groupes ou d'organisations qui ont un impact sur la vie quotidienne des jeunes et de réfléchir à leurs rôles potentiels dans YouCreate. Une fois que vous disposez de ces informations, vous pouvez inviter des personnes à participer et/ou les informer de votre travail.⁴

Base artistique : Dessin et théâtre

Matériel : Flip chart, marqueurs, schéma du modèle socio-écologique de l'enfant (inclus ci-dessous)

Temps requis : 1 heure

Méthode :

1. Le but est de dresser une cartographie des différentes personnes et groupes de votre communauté qui ont un impact sur la vie quotidienne des jeunes. Par exemple : professeurs d'école, propriétaires de cybercafé, professeurs de théâtre, parents, jeunes animateurs, communautés en ligne, etc. Cette activité vous aidera à visualiser comment vous voyez l'environnement autour de vous et qui a un impact sur votre environnement.
2. Jetez un œil au modèle socio-écologique en tant que groupe (voir la figure ci-dessous).
3. Ensuite, sur un flip chart, faites un grand diagramme de cercles concentriques, plaçant les jeunes au centre, entourés de :
 - Niveau 1. Pairs et famille
 - Niveau 2. Communauté
 - Niveau 3. Régional et national
 - Niveau 4. International et online
 - Niveau 5 : Environnement naturel
4. Prenez 10 à 15 minutes pour dessiner/écrire sur ce diagramme les individus et les groupes qui sont importants à chaque niveau (p.ex., parents, chefs de communauté, chefs religieux, gouvernement local, organisations locales, artistes, entreprises, communautés de jeunes en ligne, etc.). Ce sont les personnes ou groupes qui jouent un rôle dans le bien-être des jeunes. Assurez-vous d'accorder une attention particulière aux arts, à la créativité et à la culture.
5. À côté de chaque cercle concentrique, décrivez le rôle potentiel des personnes et des groupes dans YouCreate et discutez-en (10-15 minutes). Voici quelques questions qui pourraient vous aider à y réfléchir :
 - Quels adultes seront impliqués dans YouCreate et comment ?
 - Quel sera le rôle de la famille ?

⁴ Adapté de Currie and Heykoop, 2011

- Quels sont vos principaux soutiens et ceux de vos pairs ?
 - Quels groupes/organisations (ONG, OING, écoles, mosquées, églises, etc.) et individus (c'est-à-dire les travailleurs des ONG, les enseignants, les chefs communautaires et religieux, les prestataires de services sociaux) travaillent actuellement avec les jeunes ?
 - Y a-t-il des artistes ou des groupes artistiques dans la communauté qui pourraient être inclus ?
 - Quelqu'un posera-t-il un défi que nous devrions relever ?
6. Maintenant, divisez les jeunes en petits groupes de 2 à 4 et demandez à chaque groupe de préparer un petit sketch pour montrer comment ils imaginent se connecter avec les personnes clés de la communauté. Qui sont ces gens ? Comment vont-ils les contacter ? Que diront-ils ? Donnez aux jeunes 10 minutes pour se préparer et 15 minutes pour présenter leur sketch.
 7. Celui qui prend les notes doit être attentif à bien noter les idées principales dans le **Formulaire de documentation d'activité, en annexe 1.**



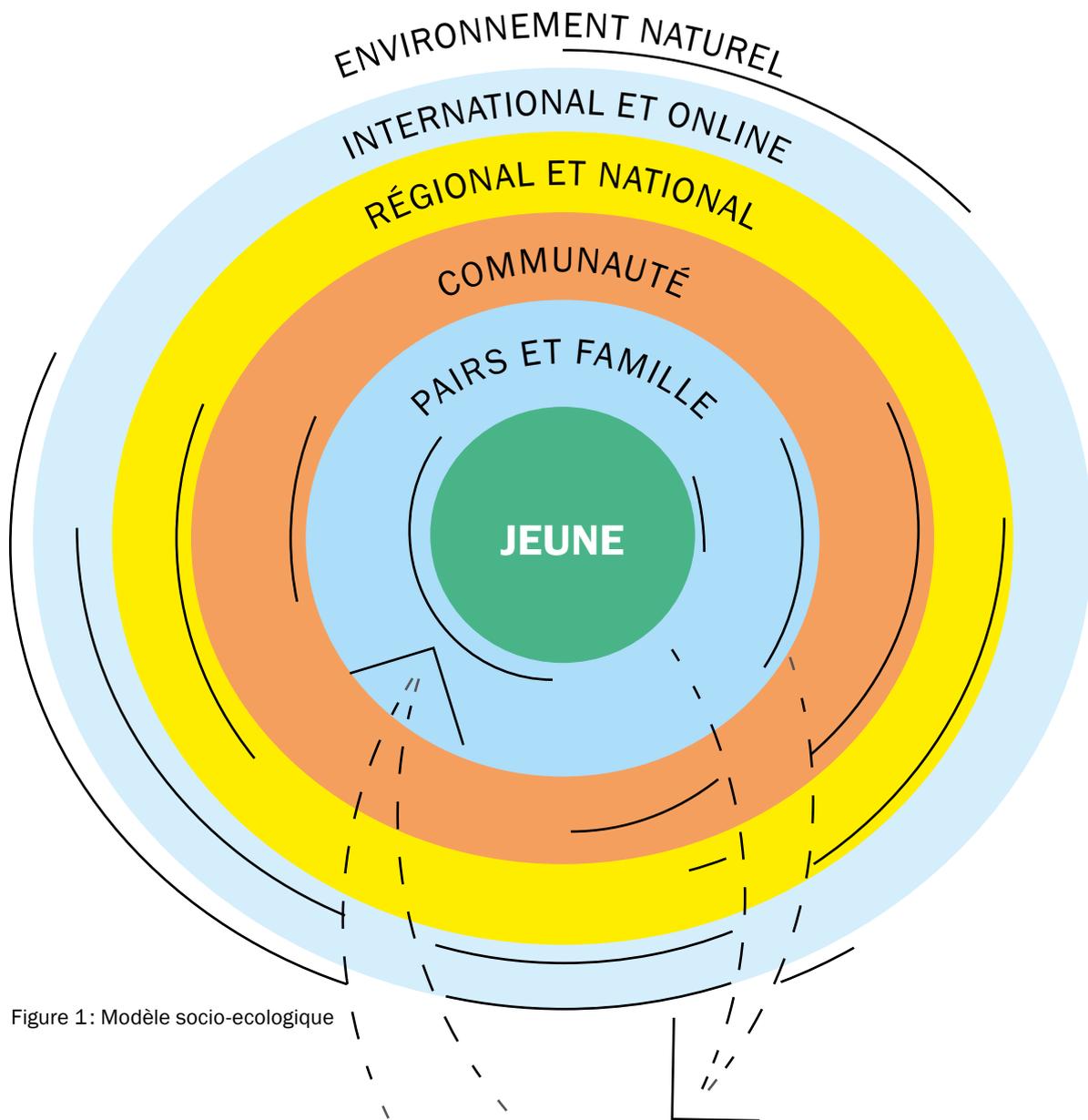


Figure 1: Modèle socio-écologique

Activité de mouvement: La balle nommée

Voici un exemple d'activité de mouvement que vous voudrez peut-être inclure :

1. Invitez les jeunes à se mettre en cercle. Prenez une balle et dites que vous allez crier le nom de quelqu'un dans le cercle et lui lancer la balle.
2. La personne doit attraper la balle et prononcer votre nom. Elle criera ensuite le nom de quelqu'un d'autre dans le cercle et lui lancera le ballon.
3. Invitez les participants à continuer ce jeu.
4. Une fois que la balle se déplace de manière régulière, ajoutez une autre balle dans le cercle avec la même règle.
5. Faites tourner les deux balles dans le cercle en même temps. Selon la manière dont cela se passe, ajoutez une 3ème balle.
6. Continuez à jouer tant que votre temps le permet ou jusqu'à ce que l'énergie du groupe change.



PHASE 2: EXPLORATION

Qu'est-ce que la phase d'exploration ?

Dans cette phase, vous aiderez les jeunes à en savoir plus sur leur propre bien-être et leur engagement dans les arts et la créativité, et ensemble, commencerez à générer des idées pour des Art-Actions.

Dans la phase d'exploration, vous allez :

- Explorer la vision du groupe de jeunes concernant le bien-être à travers l'art.
- Explorer les 5 piliers du bien-être et évaluer où se positionnent les jeunes sur une échelle de 1 à 10. Ceci afin que vous puissiez mesurer les changements plus tard.

Quelles sont les activités de la phase d'exploration ?

Vous trouverez ci-dessous la liste des activités qui peuvent être réalisées avec votre groupe de jeunes pendant cette phase ainsi que ce que vous ferez uniquement avec votre allié adulte.

Activités de la phase d'exploration

Activité	Objectif	Temps de préparation	Temps d'activité	Temps de compte-rendu et de documentation
Activité 3: Vision murale	Explorer la vision du groupe pour le bien-être des jeunes et de leurs communautés à travers l'art.	1 heure	1 heure	1 heure
Activité 4: Thermomètre du bien-être	Explorer les 5 piliers du bien-être, comprendre les étapes au travers desquelles les jeunes passent pour soutenir leur bien-être et créer un changement positif dans leur communauté.	1 heure	1,5 heure	1 heure

Développer des thèmes (UNIQUEMENT pour les jeunes animateurs et alliés adultes)

Activity	Purpose	Prep Time	Activity Time	Documentation Time
Développer des thèmes à partir du parcours YouCreate	Comprendre les informations que vous avez apprises au cours des activités de cartographie et d'exploration. Ces informations peuvent ensuite être présentées aux jeunes pour vérification et adaptation.		1 heure	
Total		2 heures	3,5 heures	2 heures
Grand Total			7,5 heures	

Activité 3 : Vision murale

Objectif: Explorer la vision du groupe sur les chemins possibles qui permettent de développer le bien-être des jeunes et de leurs communautés à travers l'art.⁵

Base artistique: Peinture murale

Matériel: Mur blanc, grandes feuilles de papier ou feuilles de flip chart collées ensemble, peintures, marqueurs de couleur, ruban adhésif, corde

Temps requis: 1 heure

Méthodes:

1. Invitez les participants à se rassembler en cercle. (Vous voudrez peut-être utiliser la corde du Cercle de confiance pour cette partie de l'activité.)
2. Dites aux jeunes: « Découvrons à quoi pourrait ressembler un environnement positif idéal pour soutenir le bien-être des jeunes par la créativité, les arts et la culture ».
3. Invitez les participants à fermer les yeux (s'ils se sentent à l'aise de le faire) et invitez-les à imaginer qu'ils reviennent tout juste d'un voyage sur un tapis magique qui les a transportés dans cet environnement idéal. A votre arrivée, vous êtes tellement excités par tout ce que vous voyez et entendez. Les forces qui étaient là avant sont toujours là, mais vous voyez également de nombreuses améliorations. Vous prenez le temps de vous promener dans la communauté. Que voyez-vous? Qu'entendez-vous? Que font les jeunes? À quoi ça ressemble?

⁵ Adapté de Right to Play, 2015.

4. Invitez les participants à ouvrir les yeux.
5. Demandez-leur de s'asseoir et de discuter en groupes de 2 à 4 de ce qu'ils considèrent comme les éléments les plus importants de la communauté qu'ils ont vus dans leurs visions.
6. Donnez à chaque groupe une feuille de flip chart avec des pots de peinture et des marqueurs de couleur.
7. Expliquez que chaque groupe disposera de 15 minutes pour créer un dessin de sa vision de la communauté. Les groupes peuvent ajouter du texte autour de leur dessin pour expliquer ce qui se passe s'ils le souhaitent.
8. Écrivez ce qui suit sur une feuille de flip chart et montrez ou posez les questions à voix haute :
 - a. *À quoi ressemble votre communauté ?*
 - b. *Qu'est-ce que ça fait d'être là ?*
 - c. *Que font les jeunes ? Que font les adultes ?*
 - d. *À quels types d'activités artistiques, créatives et culturelles les jeunes participent-ils ?*
 - e. *Où les jeunes ont-ils la possibilité de participer à des activités artistiques, culturelles et créatives ?*
 - f. *Qui soutient les jeunes et la participation des jeunes aux arts, à la culture et aux activités créatives ?*
 - g. *À quoi d'autre les jeunes participent-ils ?*
9. Après 15 minutes, demandez aux groupes de dessiner des cœurs à côté des zones où ils pensent que cela se produit déjà, des étoiles (*) à côté des endroits où ils pensent que cela pourrait s'améliorer, et des X où ils pensent que cela ne s'est pas encore produit.
10. Invitez une personne de chaque groupe à afficher leur dessin sur le mur et à expliquer leur vision en une minute.
11. Invitez tous les groupes à ajouter des idées supplémentaires et/ou à poser des questions.
12. Demandez au groupe de disposer les feuilles de flip chart sur le mur de manière à ce que cela fasse sens pour eux en lien avec leur vision. À l'aide des peintures ou des marqueurs, prendre 5 minutes pour « relier » les visions entre elles.
13. Menez une discussion en utilisant les questions ci-dessous comme guide.
 - a. *Quels sont les éléments communs de nos visions ?*
 - b. *Quelles sont les différences ?*
 - c. *Que se passe-t-il déjà de positif dans votre communauté ?*
 - d. *Qu'est-ce que vous aimeriez voir mais qui ne se passe pas ? (Par exemple, à quels types d'opportunités aimeriez-vous que les jeunes participent dans les arts, la culture et la créativité ?)*
 - e. *Quelles idées avez-vous sur les différents types d'activités artistiques, créatives et culturelles auxquelles les jeunes peuvent participer ? Qui les soutiendrait ? Quel impact cela aurait-il ?*
14. N'oubliez pas de remplir le **Formulaire de documentation d'activité en annexe 1**.

Activité 4 : Thermomètre du bien-être

Objectif: Explorer les 5 piliers du bien-être et comprendre les mesures que les jeunes prennent pour soutenir leur bien-être et créer un changement positif dans leur communauté.

Base artistique: Écriture, dessin, avec des arts de la scène, y compris le chant, la danse ou le théâtre

Matériel: Feuilles de flip chart, post-it, stylos, marqueurs

Temps requis: 1,5 heures

Méthode:

A) Les mots du bien-être :

1. Expliquez que dans YouCreate, nous examinons les 5 piliers du bien-être (voir encadré):

- **Pilier 1: Se sentir en sécurité:** Se sentir en sécurité physiquement et émotionnellement.
- **Pilier 2: Se sentir connecté:** Se sentir connecté avec des personnes et des groupes de soutien dans votre communauté.
- **Pilier 3: Se sentir digne:** Se sentir digne, avec des rôles, des responsabilités et des identités qui reflètent qui nous sommes, d'où nous venons et ce que nous faisons ou que nous aimerions faire.
- **Pilier 4: Se sentir respecté:** Sentiment respecté, avec la capacité de lutter contre l'injustice dans nos vies et l'accès à nos droits.
- **Pilier 5: Se sentir plein d'espoir:** Un sentiment d'espoir pour l'avenir avec une joie de vivre.

2. Écrivez chaque pilier sur une feuille de flip chart et accrochez-les au mur.
3. Distribuez 4 à 6 post-it et des stylos à chaque jeune. Demandez-leur de considérer les 5 piliers affichés sur le mur. En parcourant les piliers un par un, demandez aux jeunes: «Que pensez-vous du pilier? Qu'est-ce qui est le plus important pour vous à ce sujet? Quel mot ou expression vous vient à l'esprit lorsque vous pensez à ce pilier? Y a-t-il quelque chose que vous pourriez influencer dans ce pilier?»
4. Invitez-les à écrire ou à dessiner le **mot ou la phrase** sur un post-it, puis à le coller sur le flip chart correspondant. Répétez les étapes 3 et 4 pour chaque pilier

5. Une fois que tout le monde a placé ses post-it sur le flip chart, parcourez chaque objectif, en résumant ou en lisant les réponses du groupe (ou demandez à un volontaire de le faire). Demandez-leur :
 - Quels thèmes ressortent de ces réponses ?
 - Que ressentez-vous du fait d'explorer ces piliers ?

Activité de mouvement: Cercle du tonnerre

Voici un exemple d'activité de mouvement que vous voudrez peut-être inclure :

1. Invitez tous les participants à se mettre en cercle.
2. Invitez les participants à participer au cercle du tonnerre où vous leur montrerez un mouvement qu'ils devront suivre.
3. Tenez votre main droite paume vers le haut. Ensuite, avec l'index de l'autre main, tapoter légèrement sur la paume de la main.
4. Invitez les participants à vous imiter.
5. En même temps, dites « la pluie arrive ».
6. Accélérez les tapotements et faites répéter après vous.
7. Dites « la pluie augmente ».
8. Commencez à piétiner doucement tout en continuant à tapoter avec vos mains.
9. Dites « le tonnerre arrive ».
10. Invitez les participants à piétiner de plus en plus fort tout en continuant à tapoter avec les mains.
11. Ensuite, dites que l'éclair claque, et frappez dans vos mains dans un coup d'éclair.
12. Ensuite, la tempête ralentit et ramène les gens à un léger tapotement d'une seule main.
13. Terminez avec le soleil qui brille et ouvrez vos bras au-dessus de votre tête pour accueillir ensemble le soleil.

B) Thermomètre du bien-être



1. Dessinez un thermomètre sur un flip chart gradué de 1 (faible), en bas, à 10 (élevé), en haut. Il s'agit pour les jeunes de visualiser le concept de gradation.
2. Placez 5 boîtes ou seaux sur la table et distribuez 5 post-it à chaque personne. Écrivez chaque pilier sur une boîte ou sur un panneau à côté (une boîte pour chaque pilier).
3. Expliquez aux jeunes qu'ils vont évaluer comment ils se sentent actuellement par rapport à chaque pilier. Ce sera privé et personne ne verra leur réponse. (**Veillez noter:** Si vous pensez que les jeunes ne se sentiront pas à l'aise d'y penser à un niveau personnel, vous pouvez leur demander de penser à leurs pairs ou à d'autres jeunes de leur communauté.)
4. Invitez-les à regarder le thermomètre et à considérer le premier pilier (se sentir en sécurité). Demandez à chaque jeune de réfléchir tranquillement pendant une

minute, puis d'écrire le nombre correspondant à ce qu'il ressent actuellement par rapport au pilier (1 - faible, 10 - élevé). Une fois qu'ils ont terminé, ils peuvent mettre le post-it dans la boîte du premier pilier.

5. Répétez cela avec les piliers 2, 3, 4 et 5. Décrivez brièvement le pilier, invitez les jeunes à réfléchir à ce qu'ils ressentent actuellement, écrire leur numéro et déposer le post-it dans la boîte.
6. Expliquez aux jeunes que nous recommencerons à la fin du projet, afin de voir si, en travaillant ensemble, nous avons pu améliorer le bien-être.
7. Réalisez les sculptures humaines du « moment de mouvement » (voir encadré) pour aider les jeunes à gérer leurs sentiments découlant de l'activité.
8. N'oubliez pas de remplir votre formulaire REFLECT en Annexe 5. Assurez-vous d'enregistrer les nombres dans chacune des boîtes séparément.

Note : Cet outil devrait être réalisé :

- Maintenant, au début du projet
- A la fin du projet (phases Réflexion et Partage)

Activité de mouvement: Sculptures

Voici un exemple d'activité de mouvement que vous voudrez peut-être inclure :

- Invitez les participants à trouver un partenaire. Demandez aux partenaires d'être numéro 1 et numéro 2.
- Invitez le participant numéro 1 à modeler (déplacer) le corps du participant numéro 2 de la manière dont le participant numéro 1 se sent. Par exemple, si vous êtes triste, peut-être auriez-vous le visage froncé et la tête baissée. Enfin, invitez toutes les paires à regarder autour d'eux dans la pièce. *Remarque: Dans certaines cultures et communautés, il n'est pas acceptable de toucher une autre personne du même sexe ou de sexe différent. Dans ce contexte, demandez à votre partenaire de bouger son corps de la manière dont vous vous sentez.*
- Maintenant, changez de rôle! Ensuite, invitez le participant numéro 2 à modeler le participant numéro 1 de la manière dont il se sent. Invitez toutes les paires à regarder autour d'eux dans la pièce.
- Clôturez l'activité en disant que ce type d'activités nous rend parfois heureux et soulagés et parfois nous rend mal et tristes. C'est une bonne chose d'avoir toutes sortes d'émotions et de réfléchir à ce que nous ressentons. *Remarque: Si quelqu'un se sent mal et triste et veut en parler, invitez-le à vous en parler ou à un professionnel (ayez à portée de main les numéros de téléphone des conseillers et du soutien).*

Où en sommes-nous dans le voyage...

Maintenant que vous avez terminé les activités de cartographie et d'exploration avec les jeunes, il est temps de travailler à comprendre vos découvertes et à développer des thèmes.

Vous trouverez ci-dessous un processus qui vous aidera à en savoir plus sur la façon de comprendre et de regrouper les thèmes de ce que vous avez appris avec les jeunes. Cela se fera uniquement avec votre équipe principale, les jeunes animateurs et les alliés adultes. Vous présenterez vos conclusions aux jeunes plus tard, afin qu'ils puissent les vérifier et les ajuster au besoin.

Assurez-vous que vous avez tous les formulaires de documentation d'activité que vous avez développés dans les phases de cartographie et d'exploration avec les jeunes.



Développer des thèmes à partir du voyage

Objectif: Les jeunes animateurs et leurs alliés adultes travailleront ensemble pour comprendre les informations qu'ils ont apprises au cours des activités de cartographie et d'exploration. Ces informations peuvent ensuite être présentées au groupe de jeunes pour les vérifier et les adapter. Si vous vous souvenez du Candy Coding que vous avez pratiqué lors de la formation, cela vous sera très utile.

Groupe: Les jeunes animateurs, avec le soutien d'un allié adulte et d'autres personnes telles que le spécialiste du suivi, de l'évaluation et de l'apprentissage. Remarque: Vos jeunes participants NE font PAS partie de cette activité. C'est uniquement pour les jeunes animateurs et l'allié adulte.

Matériel: Tous les formulaires de documentation de chaque activité que vous avez menée avec des jeunes dans les phases de cartographie et d'exploration. Flip-charts et marqueurs.

Temps requis: 1 heure

Pourquoi devrais-je organiser les données ?

Vous avez rassemblé de nombreuses informations que vous avez insérées dans les **Formulaires de documentation des activités (en annexe 1)**. Vous allez ensuite compiler toutes les informations en un seul endroit afin de développer une vue d'ensemble de la communauté, y compris l'identification des forces, des défis et des différences. Pour ce faire, vous organiserez les informations sous forme d'un tableau des thèmes (voir l'**annexe 2: Tableau des thèmes**), en rassemblant toutes les informations que vous avez apprises des jeunes au sujet des forces et des défis de leur communauté. Vous présenterez ces informations aux jeunes pour confirmer et prioriser.

Sélection des thèmes :

Afin de développer une photographie de la communauté, vous devez choisir un ensemble de « thèmes » plus larges. Par exemple, les garçons ont pu dire que « jouer des instruments de musique » était une force pour eux, donc le thème plus large auquel ils se réfèrent est « Musique ». Alors qu'un groupe peut dire que « ne pas avoir accès à Internet à l'école » est un défi pour eux, cela concerne « Accéder à Internet ». Des « thèmes » plus larges vous permettent d'identifier des idées communes. Choisissez vos propres thèmes en lien avec les points communs que vous voyez dans les informations que vous avez recueillies.

Méthode :

Après avoir terminé les activités de cartographie et d'exploration :

- Vous aurez organisé plusieurs activités avec des jeunes, et ce sera l'occasion pour vous de tout rassembler. Le tableau des thèmes vous y aidera.
- Avant de commencer à remplir le tableau des thèmes, lisez les formulaires de documentation d'activité que vous avez remplis. Prenez note des thèmes communs émergeant à travers les formulaires.

Etape 1: Lisez les notes

Etape 2: Mettez en évidence les thèmes et idées clés

Etape 3: Identifiez et entourez les idées répétitives

Etape 4: Ecrivez dans le tableau des thèmes

Etape 5: Parlez de tout ce que vous avez entendu, mais qui ne figurait pas dans les notes, Vous pouvez le noter car vous vérifierez les résultats auprès des jeunes

- Ensuite, prenez des notes sur les points forts et les défis, en réfléchissant aux « thèmes » (par exemple, « Famille », « École » ou « Accès aux arts ») auxquels chacun se rapporte. N'oubliez pas, vous êtes libre de choisir vos propres thèmes ! Certains thèmes pourraient être : l'éducation, les arts, la famille, la sécurité, le jeu, les pairs, la spiritualité, les politiques gouvernementales, etc.
- Le tableau des thèmes est organisé en sections :
 - Colonne 1 : **Forces** : Notez ici tous les thèmes positifs ou qui constituent un point fort ou une ressource.
 - Colonne 2 : **Défis** : Notez ici tous les thèmes qui représentent des défis ou des difficultés.
 - Colonne 3 : **Idées** : Si, au cours de vos discussions, les participants ont eu des idées sur la façon de relever un défi ou de développer un point fort, notez-les ici.

Voici un exemple de tableau des thèmes partiellement complété. N'oubliez pas que vous aurez probablement de nombreux thèmes, comme ce qui est inclus ci-dessous, ainsi que les forces et les défis de chaque thème :



Tableau des thèmes

Nom de la communauté:	Sunrise
Date:	20 avril 2019
Nom des facilitateurs des adultes alliés.	Jeunes animateurs: Tharra and Ahmed Allié adulte: Rebeccah

Force	Défis	Idées
-------	-------	-------

Thème : Accès aux arts

Centre communautaire local	Nulle part où accéder aux arts créatifs en dehors de la maison	Art au Centre communautaire ? Discuter avec le Centre communautaire pour commencer des cours d'art
Nous connaissons un bon comédien dans la communauté	Les activités artistiques sont chères	Peut-être que certaines des organisations que nous avons rencontrées nous aideront à financer ces activités. Ce projet YouCreate pourrait également aider! Parlez au comédien pour voir s'il peut nous donner un cours.

Thème : Les jeunes se sentent seuls

Nous sommes tous ensemble dans YouCreate	Les jeunes s'ennuient Les jeunes ne connaissent pas beaucoup de gens dans leur nouvelle communauté	Construisons notre groupe pour faire beaucoup de choses amusantes ensemble
--	---	--

Maintenant, vous êtes prêt à remplir l'**annexe 2: Tableau des thèmes**.



PHASE 3 : PLANIFICATION

Qu'est-ce que la phase de planification ?

Au cours de cette phase, vous examinerez les résultats des phases de « Cartographie et Exploration » et travaillerez avec les jeunes pour créer une vision liée **au bien-être et au changement social positif**, en hiérarchisant les principaux défis sur lesquels vous aimeriez travailler. Vous aurez du temps pour une réflexion approfondie sur les défis soulevés par les jeunes et pour rencontrer la famille, la communauté et d'autres groupes importants.

Dans la phase de planification, vous :

- Travaillerez ensemble pour analyser les forces et les défis ;
- Identifierez les causes profondes des défis et réfléchirez pour relever ces défis ;
- Développerez davantage votre vision et utiliserez des cartographies mentales pour réfléchir à vos idées ;
- Développerez vos idées pour votre Art-Action.

Quelles sont les activités pour la Planification ?

Vous trouverez ci-dessous la liste des activités qui peuvent être réalisées pendant la phase de Planification avec votre groupe de jeunes.

Activités pour la phase de planification

Activité	Objectif	Temps de Préparation	Durée de l'Activité	Temps de compte-rendu et de documentation
Activité 5 : Vérifier les résultats de la cartographie et de l'exploration et définir des priorités	Les Jeunes Animateurs présentent les résultats de la phase de « cartographie et Exploration » aux jeunes participants, leur offrant ainsi la possibilité d'apporter des changements. Les jeunes discutent ensuite des défis qui sont les plus importants pour eux et votent pour 1 ou 2 défis sur lesquels ils aimeraient se concentrer.	1 heure	1 heure	1 heure
Activité 6 : Arbres de Planification	Examiner les causes profondes des défis que les jeunes ont partagés. Examiner plus en profondeur les atouts et les ressources dont ils disposent et commencer à trouver des idées Art-Action possibles pour relever ces défis.	1 heure	1 heure	1 heure
Activité 7 : Plan Art-Action	Développer la stratégie étape par étape pour la planification, la mise en œuvre et le suivi de votre Art-Action.	1 heure	1,5 heures	1 heure
Total		3 heures	3,5 heures	3 heures
Total général			9,5 heures	

Activité 5 : Vérifier les résultats de la cartographie et de l'exploration et définir des priorités

Objectif : Présenter les résultats des phases de « Cartographie et Exploration » aux jeunes, en leur offrant la possibilité d'apporter les changements nécessaires. Les jeunes auront la possibilité de discuter des défis qui sont les plus importants pour eux et de voter pour un ou deux défis sur lesquels ils aimeraient se concentrer.⁶

Base artistique : Arts du spectacle (clown, théâtre, comédie ou chant)

Matériel : Tableau de conférence, marqueurs de couleur, autocollants de couleur, et tous les accessoires nécessaires pour les sketches

Temps requis : 1 heure avec les jeunes (1 heure de préparation préalable par les jeunes animateurs)

Méthode :

Préparation préalable par les jeunes animateurs :

- Prenez le Tableau des thèmes que vous avez élaboré avec votre allié adulte, et créez trois feuilles de papier sur lesquelles vous inscrirez ce que les jeunes ont partagé : 1) Atouts ; 2) Défis ; 3) Idées. Veillez à ajouter le titre pour identifier ce dont chaque feuille parle.



- Maintenant, en équipe, faites un brainstorming pour trouver un moyen créatif de les présenter au groupe de jeunes. Vous pouvez décider de faire un sketch drôle où l'un des jeunes animateurs est une personnalité de la télévision locale et l'autre est un journaliste ; vous pouvez chanter une chanson qui explique chaque tableau, ou trouver un moyen d'utiliser le théâtre et la performance pour expliquer de manière créative ce qui se trouve sur les 3 listes.

Rencontre avec les jeunes

1. Expliquez aux jeunes qu'après votre dernière rencontre, vous avez rencontré un spécialiste du suivi, de l'évaluation et de l'apprentissage qui vous a aidé à analyser toutes les informations qu'ils ont présentées lors des phases de « cartographie et Exploration ». Vous souhaitez maintenant présenter ces informations aux

⁶ Adapté de Currie et Heykoop, 2011.

jeunes pour vérifier si vous les avez bien comprises et voir s'il y a quelque chose qu'ils voudraient ajouter, supprimer ou modifier.

2. Avant de parcourir l'ensemble des feuilles de flipchart, dites-leur que vous souhaitez leur présenter une interprétation artistique des informations.
3. Jouez votre sketch, pièce de théâtre ou chanson pour le groupe.
4. Maintenant, discutez avec les jeunes de ce qu'ils ont vu lors de la représentation et des thèmes qui sont inscrits sur vos feuilles de tableau de conférence :
 - a. Atouts ; b. Défis ; c. Idées
5. Pendant que vous discutez avec les jeunes, veillez à ajouter tout nouvel élément qui se présente, à rayer tout ce avec quoi ils pourraient être en désaccord, ou à apporter tout changement directement sur le flipchart devant le groupe. N'oubliez pas d'être ouvert et de noter tout changement suggéré par le groupe, car l'objectif est d'identifier une Art-Action sur laquelle le groupe veut travailler collectivement. Si les jeunes n'arrivent pas à se mettre d'accord, assurez-vous que toutes les idées sont représentées et expliquez que vous voterez plus tard pour déterminer sur quelle idée Art-Action les jeunes aimeraient travailler.
6. Résumez brièvement la discussion et passez en revue avec eux ce qui restera inchangé sur le tableau et ce qui sera modifié.
7. Demandez maintenant aux jeunes de regarder le tableau des « Défis ». Donnez à chaque jeune 2 autocollants.
8. Demandez-leur de réfléchir, s'ils devaient travailler avec leurs pairs pour relever l'un de ces défis, en utilisant les arts, sur lequel voudraient-ils travailler ?
9. Invitez les jeunes à prendre quelques minutes pour y réfléchir et à poser toutes les questions qu'ils pourraient avoir.
10. Demandez aux jeunes d'aller vers le flipchart et de mettre un autocollant à côté de 2 défis sur lesquels ils aimeraient travailler.
11. S'il y en a 1 ou 2 qui se distinguent comme favoris, signalez-le au groupe. Dites-leur que vous en discuterez plus en détail lors de votre prochaine réunion. Il n'est pas nécessaire de parvenir à un accord total à ce stade. S'il n'y a pas de favori clair, demandez aux jeunes d'y réfléchir et vous vous rencontrerez pour en discuter et décider ensemble plus tard.
12. Veuillez remplir l'**annexe 1: Formulaire de documentation des activités**, avec votre Allié Adulte.

Exemple: Les jeunes sont heureux de se retrouver et de se revoir. Les Jeunes animateurs font un sketch sur les atouts et les défis qu'ils ont entendus de la part des jeunes pendant les phases de « Cartographie et Exploration ». À l'aide du tableau de conférence, les Jeunes animateurs organisent ensuite une discussion animée à ce sujet et les jeunes apportent quelques ajouts et modifications aux informations qui y sont enregistrées. Le groupe examine ensuite de près les listes de défis, pour décider de ce qu'ils pourraient vouloir aborder avec leur projet Art-Action. Les jeunes décident qu'ils veulent travailler sur 2 défis: donner de l'espoir à leurs pairs et augmenter leurs possibilités de s'exprimer. Le groupe fixe un rendez-vous pour se réunir à nouveau.

Activité de mouvement: Pouvoir des huit

Voici un exemple d'une activité de mouvement que vous pourriez vouloir inclure :

Il s'agit d'un jeu énergisant rapide dans lequel vous utilisez vos bras et vos jambes pour compter à rebours à partir de 8, puis 4, puis 2, et enfin 1.

1. Veuillez mener un tour lentement afin que tout le monde puisse apprendre l'énergisant avant d'accélérer.
2. Commencez avec votre bras droit au-dessus de votre tête et bougez rapidement votre main d'avant en arrière à chaque fois que vous dites un nombre en décomptant à partir de 8.
3. Maintenant, faites de même avec votre bras gauche.
4. Ensuite, comptez à rebours à partir de 8 avec votre jambe droite, en secouant rapidement votre pied d'avant en arrière à chaque fois que vous dites un chiffre.
5. Répétez avec votre jambe gauche.
6. Ensuite, commencez le compte à rebours à partir de 4 de la même manière en vous assurant d'utiliser les 4 membres avant de passer à la suite.
7. Une fois que vous avez terminé le compte à rebours à partir de 4, passez au compte à rebours à partir de 2.
8. Achevez par un compte à rebours à partir de 1 et terminez par un grand applaudissement.



Activité 6 : Arbres de Planification

Objectif : Analyser collectivement les causes profondes des défis que les jeunes ont identifiés, examiner plus en profondeur les atouts et les ressources dont ils disposent et commencer à identifier les idées artistiques possibles pour relever ces défis.⁷

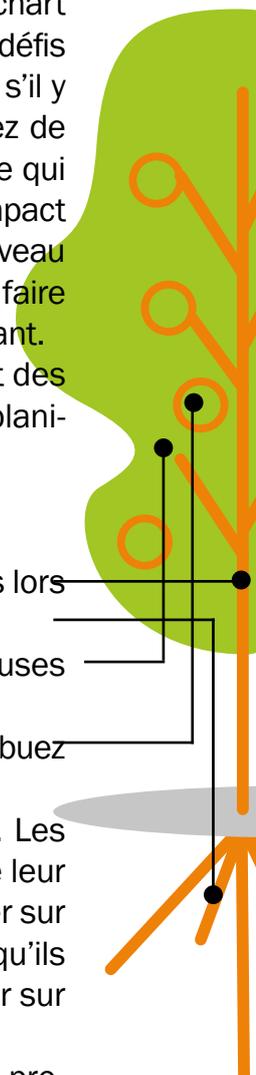
Base artistique : Le dessin

Matériels : Tableau de conférence et marqueurs de couleur, flipchart avec les atouts, les défis et les différences

Temps requis : 1 heure

Méthode :

1. Dans le cadre de cette activité, nous allons créer un arbre pour nous aider à réfléchir à des idées pour relever nos défis. Affichez à nouveau les deux flipchart (atouts et défis) de votre dernière activité. Si les jeunes sont clairs sur 1 ou 2 défis sur lesquels ils aimeraient travailler, vous pouvez passer à autre chose, mais s'il y a encore un débat, discutez avec eux de leurs 2 à 4 premiers choix. Essayez de décider sur quoi il serait le plus réaliste de travailler. Demandez aux jeunes ce qui est le plus important pour eux et ce sur quoi ils pensent pouvoir avoir un impact réel. (S'il y a un désaccord vous pouvez demander aux jeunes de voter à nouveau après la discussion.) Si les jeunes décident de relever deux défis, vous devrez faire deux arbres distincts. Terminez un Arbre de Planification, puis passez au suivant.
2. Dessinez l'image d'un grand arbre avec des racines, un tronc, des feuilles et des fruits sur une grande feuille de papier. Expliquez qu'il s'agit d'un « arbre de planification » et expliquez ce que chaque partie représente :
 - a. **Tronc (Défis) :** le principal défi sur lequel le groupe a choisi de travailler.
 - b. **Racines (Causes Profondes) :** les causes profondes du défi principal.
 - c. **Feuilles (Atouts) :** les atouts et les ressources que les jeunes ont identifiés lors des précédentes activités.
 - d. **Fruits (Idées) :** stratégies artistiques possibles pour s'attaquer aux causes profondes.
3. Demandez aux jeunes de se répartir en petits groupes de 3 à 5 personnes. Distribuez à chaque groupe une grande feuille de papier et des marqueurs de couleur.
4. Demandez à chaque groupe de dessiner un arbre similaire sur leur feuille. Les jeunes peuvent ensuite écrire les défis qu'ils ont sélectionnés sur le tronc de leur arbre (10 minutes). (Veuillez noter que tous les groupes doivent se concentrer sur le même « défi ». Cela permettra de générer et de stimuler la discussion lorsqu'ils partageront leurs arbres de planification entre eux, car ils pourront s'appuyer sur les idées des autres.)
5. Encouragez maintenant les jeunes à discuter en petits groupes des causes profondes (les racines de l'arbre) du défi (5 à 10 minutes). Posez-leur la question



⁷ Adapted from Currie and Heykoop, 2011.

« **pourquoi** » pour les encourager à examiner plus en profondeur les défis. (Voir l'exemple dans l'encadré ci-dessous.)

6. Lorsque les jeunes ont identifié certaines des causes profondes du problème, ils peuvent les noter sur les racines. S'il y a des désaccords sur les causes profondes, rappelez aux jeunes que nous échangeons des idées et que chacun a droit à son opinion.
7. Reportez-vous à leur tableau des « atouts » accroché au mur. Demandez aux jeunes de discuter et d'écrire sur les feuilles de l'arbre les atouts qui pourraient les aider à relever le défi qu'ils ont choisi.
8. Animez une discussion sur la façon dont ils peuvent travailler ensemble pour s'attaquer aux causes profondes du défi qu'ils ont identifié, en s'appuyant sur les atouts qu'ils ont identifiés (10-15 minutes). Posez les questions suivantes :
 - a. *Quelles sont les idées auxquelles vous pouvez penser pour relever votre défi ?*
 - b. *Quelles « idées » ou « stratégies » vous aideront à vous rapprocher de votre « vision » ou « rêve » pour l'avenir ?*
9. Demandez-leur d'écrire des idées créatives possibles (Art-Action) sur le fruit. Si les ressources ne sont pas facilement disponibles, dites-leur qu'il est toujours possible d'écrire les idées, mais qu'il faut s'assurer que certaines d'entre elles soient réalisables. (Vous pouvez également vous référer à l'activité 2 : Cartographier nos vies pour certaines idées que vous avez générées plus tôt en tant que groupe).

Note importante : Parfois, certaines des causes profondes ne peuvent pas être traitées par les jeunes eux-mêmes et ont besoin d'autres membres de la société (par exemple, le gouvernement, les décideurs politiques, la famille, etc.) pour un changement plus important. Parfois, vous pouvez inviter ces personnes à vous aider et d'autres fois, il peut s'agir d'un problème trop important pour que nous puissions l'aborder avec nos projets. Nous pouvons toutefois essayer de trouver des défis que nous pouvons relever ou examiner comment nos actions peuvent soutenir les personnes confrontées à ces défis. Par exemple, si les jeunes ne se sentent pas en sécurité dans leur communauté à cause des attaques et de la guerre. Nous ne pouvons pas arrêter les conflits et la guerre par notre Art-Action, mais nous pouvons aider les jeunes à avoir un espace où ils se sentent en sécurité et soutenus, à réfléchir sur ce qui se passe dans leur communauté et à communiquer leurs sentiments au public (s'ils peuvent le faire en toute sécurité).

10. Demandez à chaque groupe de faire une courte présentation (2 à 3 minutes) de son Arbre de Planification et organisez une discussion.
11. N'oubliez pas que si les jeunes ont choisi deux défis, vous devrez maintenant les guider dans l'élaboration d'un deuxième Arbre de Planification pour analyser l'autre défi.
12. Maintenant que vous avez consigné les idées créatives par écrit, examinez-les en groupe et décidez de 1 à 2 idées Art-Action qu'ils seraient possible de réaliser ensemble. Encerclez ou soulignez ces idées pour votre action artistique.
13. Veuillez remplir l'Annexe 1: Formulaire de documentation des activités, avec votre Allié Adulte.

Exemple: Les jeunes ont décidé qu'ils voulaient travailler sur 2 défis: le manque d'espoir chez leurs pairs et le manque d'opportunité pour les jeunes de s'exprimer. Les jeunes travaillent d'abord sur la construction d'Arbres de Planification pour le «manque d'espoir», ils discutent des causes profondes telles que: la guerre à domicile, l'accès limité à l'éducation, la disparition de la famille et des amis, l'incapacité à changer la situation politique. Ils parlent ensuite des Atouts dont ils disposent, tels que le soutien de votre organisation, le soutien de certains membres de la famille, le budget du projet YouCreate, les professeurs d'art qui sont prêts à travailler avec eux et leur propre enthousiasme à apporter des changements positifs. Parmi les stratégies qu'ils proposent, on peut citer la création d'une exposition en galerie sur l'espoir, où chaque jeune apporte une peinture, apprendre à faire le clown ensemble pour que tout le monde puisse rire, créer une pièce de théâtre pour partager leurs pensées sur le désespoir et trouver un moyen de poursuivre leurs rêves. Lorsqu'ils ont terminé cela, ils organisent une discussion de groupe, puis ils créent un Arbre de Planification sur le «manque de possibilités de s'exprimer», et suivent un processus similaire. Ils décident ensuite de quelques bonnes idées ou stratégies qui ont émergé de l'ensemble des Arbres de Planification.



Activité 7 : Plan Art-Action

Objectif : Planifier vos idées pour votre action artistique (Art-Action), y compris la manière dont vous planifierez, mettrez en œuvre et évaluerez vos actions artistiques.⁸

Base artistique : L'écriture

Matériels : Flip charts, ruban adhésif, marqueurs de couleur, crayons et peinture

Temps requis : 1,5 heures

Méthode :

Étape A : Quelle est notre idée Art-Action ?

1. Rappelez au groupe les 1 ou 2 idées Art-Action sur lesquelles ils ont choisi de se concentrer, et écrivez le défi sur un tableau de conférence ou sur l'**annexe 3 : Cartographie mentale**.
2. Demandez au groupe de fermer les yeux et d'imaginer que leurs idées Art-Action se concrétisent dans leur esprit, jusqu'à la réussite du projet.
3. Demandez au groupe de jeunes de rédiger un résumé synthétique de leur idée Art-Action. *Par exemple : Notre pièce de théâtre créera un espace pour nous permettre de partager nos pensées et nos sentiments. Nos familles et nos communautés nous comprendront alors mieux. Nous utiliserons également notre pièce de théâtre pour créer de l'espoir pour d'autres jeunes en partageant notre inspiration.*

Étape B : Cartographie mentale

4. Expliquez que nous allons maintenant élaborer une cartographie mentale. Il s'agit d'un outil qui permet de réfléchir plus profondément à l'idée Art-Action sur laquelle les jeunes ont choisi de travailler.
5. Expliquez que chaque groupe utilisera une cartographie mentale pour explorer la manière dont ils concrétiseront leur idée Art-Action. Fournissez à chaque groupe un papier de flip chart ou une impression de l'annexe 3 : Cartographie mentale. Demandez maintenant au groupe de travailler à rebours à partir de la vision qu'ils ont eue de leur Art-Action achevée.
6. Au centre de la page, écrivez votre idée Art-Action. Invitez chaque groupe à écrire ce qui suit :
 - a. De quelles ressources aurez-vous besoin pour transformer cette vision en réalité ?
 - b. Qui devra travailler avec vous ? Vous soutenir ?
 - c. Quels sont les atouts dont vous disposez déjà et sur lesquels vous pouvez vous appuyer ?
 - d. Qui se joindra à vous dans votre Art-Action et quand ?

⁸ Adapté de Currie et Heykoop, 2011.

e. *Quels types d'arts pouvons-nous utiliser ?*

f. *Quels défis potentiels devez-vous relever ?*

Veillez consulter l'**annexe 3 : Cartographie mentale**.

7. Invitez chaque groupe à travailler sur la cartographie mentale et les questions, en ajoutant des strates d'idées.
8. Au bout de 15 minutes, réfléchissez sur les cartographies mentales. Leurs cartographies mentales contiennent-elles des idées pour les aider à concrétiser leurs idées d'action artistique ? Souhaitent-ils ajouter autre chose ?
9. Demandez aux participants de prendre 5 minutes supplémentaires pour ajouter d'autres éléments à leur cartographie mentale afin de s'assurer que toutes les idées sont incluses. Les participants peuvent soit les ajouter directement à la cartographie mentale, soit ajouter d'autres cercles sur le côté de leur cartographie mentale qui serviront à soutenir leur Art-Action.
10. Lorsque les 5 minutes sont écoulées, invitez les groupes à partager leur cartographie mentale avec le groupe complet en 2 ou 3 minutes.
11. Après que tous les groupes ont partagé, demandez aux participants s'ils ont appris quelque chose de nouveau sur les besoins, les ressources, les défis et les arts auprès d'autres groupes, auquel ils n'avaient pas pensé au départ ? Assurez-vous d'avoir une discussion pour confirmer les idées Art-Action.



Activité de mouvement: Le vent d'ouest souffle quand

Voici un exemple d'une activité de mouvement que vous pourriez vouloir inclure :

1. Invitez tous les participants à se mettre debout en cercle.
2. Dites-leur que vous allez commencer par dire "le vent d'ouest souffle pour" et introduisez un sujet (par exemple, tous ceux qui portent du vert).
3. Quand vous dites cela, tous ceux qui portent du vert doivent courir et trouver une nouvelle place dans le cercle.
4. Continuez à dire que le vent d'ouest souffle pour.... Jusqu'à ce que tout le monde ait couru au moins une fois.
5. (Autres exemples: toutes les personnes qui aiment manger des kebabs, toutes celles qui ont une sœur, toutes celles qui aiment chanter, toutes celles qui peignent pour se sentir bien)
6. L'activité peut alors se terminer en fonction de votre temps et de l'énergie du groupe.

Étape C. Élaboration de notre plan Art-Action

12. Ensemble, vous pouvez maintenant commencer à remplir votre carte d'action artistique, en vous appuyant sur les idées que vous avez trouvées ensemble. Capturez les discussions sur un tableau de conférence :

- **Nom de l'action artistique:** Choisissez un nom pour votre action artistique.
- **Nom du groupe ou de la communauté:**
- **Dates de début et de fin:** Quand voulez-vous commencer et terminer votre action artistique ?
- **Emplacement:** Où l'action artistique sera-t-elle mise en œuvre ?
- **Vision/Objectif:** Pourquoi voulez-vous faire cela ? Indiquez la vision ou le but de l'Action.

Par exemple: Les jeunes s'imaginent qu'en partageant leurs pensées et leurs sentiments et en parlant de leurs défis, ils ouvriront les yeux de leurs parents et des membres de la communauté sur la situation des jeunes. Ils imaginent que la pièce inspirera également d'autres jeunes à raconter leurs histoires et à utiliser les arts.

- **Défi(s):** À quel défi cela répond-il ? Écrivez le ou les défis sur lesquels vous avez choisi de travailler.
- **Plan Étape par Étape:** Quelles sont les différentes étapes de ce plan d'Art-Action et quel type de calendrier en découle-t-il ? Rédigez un plan par étapes, en indiquant les **personnes responsables** de chaque étape et le **calendrier** associé à chaque étape.
- **Ressources:** De quelles ressources aurez-vous besoin ? Réfléchissez à tout ce dont vous aurez besoin (par exemple, des personnes, des fonds, du matériel) pour réaliser cette activité.
- **Budget:** Quel est votre budget ? Si un budget est associé à votre Art-Action, veuillez noter les éléments dont vous aurez besoin et le coût estimé de chaque élément.
- **Indicateurs de Progrès:** Quels sont les changements à court terme que vous souhaitez voir résulter de votre action artistique ? Découvrez ce à quoi ils s'attendent, ce qu'ils aimeraient voir comme résultat de leur Art-Action. Pensez à des choses comme le nombre de personnes, le type de changement personnel ou communautaire, etc.



Exemples d'Indicateurs de Progrès :

Qu'est-ce que nous nous attendons à voir :

- Nous comptons nous faire de nouveaux amis.
- Nous prévoyons de voir 20 membres de la famille assister à notre pièce.
- Nous prévoyons que cela leur plaise.

Que voudrions-nous voir :

- Nous aimerions voir 35 membres de la famille et de la communauté assister à notre pièce.
- Nous aimerions qu'il y ait une conversation animée au sujet de la pièce.
- Nous aimerions que les parents et les jeunes discutent ensuite des thèmes de la pièce.

Ce que nous adorerions voir :

- Nous adorerions voir 50 membres de la famille et de la communauté assister à notre pièce, y compris des enseignants, des chefs religieux et des dirigeants communautaires
- Nous adorerions que la communauté se mobilise pour réduire les harcèlements dans les écoles.

13. Faites savoir à votre groupe que vous allez consigner des informations importantes dans votre **annexe 4 : Plan Art-Action**, avec le soutien de votre Allié Adulte, et rapportez-leur ces informations lors de la prochaine réunion. Fixer un rendez-vous avec les jeunes pour examiner et confirmer la carte d'action artistique et commencer à superviser et à mettre en œuvre les activités. Confirmez que la prochaine fois vous vous rencontrerez tous.

Exemple : Après la première visualisation, les jeunes sont très enthousiastes à l'idée de monter une pièce de théâtre pour donner de l'espoir et offrir un moyen d'expression. Ils avaient une vision très claire de l'impact positif que cela aurait sur les jeunes acteurs et sur ceux qui viendraient voir la pièce. Les jeunes font un dessin qui décrit leur pièce au centre de la page de la feuille de tableau de conférence. Ils commencent ensuite à dresser les questions de la cartographie mentale : De quelles ressources aurons-nous besoin ? Qui devra travailler avec nous ? Quels sont les atouts dont nous disposons déjà ? Quels défis devons-nous relever ? Et quel genre d'arts devraient-ils utiliser ? Qui nous rejoindra et quand ? Par exemple, dans les besoins, ils écrivent des formations en théâtre, et ils identifient dans les ressources une compagnie de théâtre reconnue dans la communauté qui pourrait être en mesure d'aider. Pour les défis, ils sont préoccupés par les coûts de cette formation. Dans le domaine artistique, ils parlent du type de pièce qu'ils veulent jouer et décident d'utiliser la comédie pour parler de sujets difficiles, d'utiliser la peinture pour développer des décors et pour coudre des costumes.

Activité de mouvement: J'attrape la balle

Voici un exemple d'une activité de mouvement que vous pourriez vouloir inclure :

1. Cet énergisant invitera les participants à imiter le meneur.
2. Le meneur commence par dire « j'attrape la balle » et saute en gardant les mains levées comme s'ils attrapaient une balle. Les participants répètent les paroles et les actions du meneur.
3. Ensuite, le meneur crie « J'ai la balle » et baisse les mains comme s'il tenait une balle devant sa poitrine. Les participants répètent les paroles et les actions du meneur.
4. Le leader dit alors « je le mets là » en amenant la « balle » sur une partie de son corps (c'est-à-dire les épaules, la tête, les hanches, etc.). Les participants répètent et déplacent leur propre « balle » vers cette partie de leur corps.
5. Les meneurs commencent alors à faire rouler cette partie de leur corps en disant « Je la bouge, je la bouge, je la bouge ». Les participants répètent les paroles et les actions du meneur.
6. Le meneur peut choisir de continuer à utiliser cet énergisant aussi longtemps qu'il le souhaite, en déplaçant la « balle » vers une partie du corps différente à chaque fois.

Cette activité est adaptée de : *Droit de Jouer de l'Energisant Afrique de l'Est*

Félicitations, vous l'avez fait - Vous avez créé un plan pour votre Art-Action !





PHASE 4: ART-ACTION

Qu'est-ce que la phase d'Art-Action ?

Vous allez maintenant travailler avec votre groupe de jeunes pour mettre en œuvre le projet d'action artistique. Vous avez déjà votre plan, vous pouvez donc commencer avec votre groupe de jeunes et vous amuser !

Dans la phase d'Art-Action, vous allez :

- Présenter votre idée Art-Action à votre famille et à votre communauté
- Développer un suivi du collage
- Mettre en œuvre votre idée Art-Action

Quelles sont les activités d'Art-Action ?

Voici la liste des activités qui peuvent être réalisées pendant la phase Art-Action avec votre groupe de jeunes.

Activités d'Art-Action				
Activité	Objectif	Temps de préparation	Durée de l'Activité	Temps de Documentation des Activités
Activité 8: Présenter votre Art-Action à la famille et à la communauté	Présenter votre idée Art-Action à votre famille et à la communauté, et inciter-les à s'impliquer et à vous soutenir.	1 heure	1 heure	1 heure
Activité 9: Collage de suivi	Aider les jeunes à mesurer le succès de leur parcours collectif.	30 min	30 min	30 min
Après avoir mis en œuvre l'activité 9, vous mettrez en œuvre votre plan Art-Action. Le temps nécessaire à la conception et à la mise en œuvre de votre plan Art-Action sera basé sur ce qu'est l'action artistique.				
Total		1,5 heures	1,5 heures	1,5 heures
Total général		4,5 heures Plus le temps pour la mise en œuvre de votre Art-Action		

Activité 8 : Présenter votre Art-Action aux familles et à la communauté

Objectif : Présenter votre idée Art-Action aux familles et à la communauté, et les inciter à s'impliquer et à vous soutenir.⁹

Base artistique : A sélectionner par les jeunes

Matériel : Flip chart et marqueurs de couleur

Temps requis : 1 heure

Méthode :

Avant la réunion des familles et de la communauté

Travaillez avec les jeunes sur la base des idées suivantes :

- Rappelez aux jeunes que vous rencontrez des gens pour les inciter à s'impliquer et à soutenir les jeunes dans leur Art-Action.
- **Qui ?** Qui voudraient-ils inviter à la réunion ? Pensez aux différents niveaux du modèle socio-écologique : famille, amis, membres de la communauté, communauté, chefs d'entreprise et artistes. Pensez à tous ceux qui pourraient aider à soutenir leur idée Art-Action, en leur offrant du temps, de l'influence ou des ressources. C'est un excellent moyen d'obtenir la participation des parents, des éducateurs et d'autres personnes influentes pour soutenir les jeunes et tout le travail qu'il faudra faire pour préparer cette action artistique.
- **Où ?** Quel serait un bon endroit, facile d'accès, pour réaliser la rencontre ?
- **Quand ?** Quel est le bon jour et la bonne heure pour la tenue de la rencontre ?
- **Quoi ?** Que devez-vous amener avec vous pour faciliter la présentation de votre idée ? Que pouvez-vous offrir, par exemple des collations et de l'eau, aux membres de la communauté ?
- **Comment ?** Comment voulez-vous que la réunion se déroule ? Comment allez-vous partager vos idées ?
- Décidez s'il existe un moyen créatif de présenter votre idée à la communauté. Vous pouvez peut-être faire un dessin pour représenter votre idée, ou préparer un bref sketch pour exprimer vos pensées. Pensez à un moyen rapide et créatif d'utiliser les arts pour raconter votre histoire à votre communauté.
- Travaillez avec votre Allié Adulte pour convier ces invités à votre rencontre.

Lors de la rencontre communautaire

- Invitez tous les participants à s'asseoir ensemble en cercle. Demandez à une

⁹ Adapté de Currie et Heykoop, 2011.

personne respectée de commencer par une prière ou un chant d'ouverture et à la direction locale de souhaiter la bienvenue au groupe.

- Demandez à chacun de se présenter et de partager avec le groupe une chose créative qu'il aimait faire lorsqu'il était enfant. Expliquez le projet. Remerciez les jeunes et les membres de la communauté pour toutes leurs contributions.
- Expliquez que vous avez recueilli les idées et les expériences des jeunes. Parlez du travail que vous avez effectué avec les jeunes pour développer leur vision et leurs priorités pour l'avenir. Expliquez que c'est l'occasion pour les membres de la communauté de construire une vision commune et d'apporter des changements positifs dans le sens qu'ils souhaitent. Encouragez chacun à se rallier à la voix des jeunes.
- Demandez aux jeunes de présenter leur projet Art-Action à la communauté. Si les jeunes sont à l'aise pour prendre l'initiative, encouragez-les à le faire en leur offrant un soutien uniquement en cas de besoin.
- Demandez au groupe s'il y a des questions.
- Ensuite, demandez-leur s'ils souhaitent apporter un complément à l'action présentée par les jeunes. *Ont-ils des conseils à offrir ? Quelles contributions la communauté aimerait-elle apporter ? Quelles sont les ressources disponibles dans la communauté qui pourraient aider l'Art-Action ? Comment les idées des jeunes s'accordent-elles avec leurs propres visions pour la communauté ?*
- **Conseil :** Vous pouvez fabriquer un **chapeau de Ressources**, pour que les gens puissent écrire leurs coordonnées et tout ce pour quoi ils pourraient aider, sur un petit morceau de papier, et le mettre dans le chapeau. Vous pouvez passer le papier, des stylos et un chapeau ou disposer d'une station de « Chapeau de Ressources » vers laquelle vous orientez les gens.
- Expliquez que nous aimerions que l'Art-Action soit soutenue par la communauté et qu'elle sera enrichie grâce à l'implication de la communauté.
- Remerciez tout le monde d'être venu. Partagez les collations et les boissons ensemble.

Option : Vous voudrez peut-être créer un **Cercle Communautaire**- un groupe de personnes (y compris des jeunes, des aidants et des aînés respectés) qui souhaitent travailler ensemble pour soutenir les enfants et les familles au sein de leur communauté. Demandez aux personnes intéressées de s'identifier. Notez leurs noms et leurs coordonnées. Partagez vos coordonnées avec les membres de la communauté au cas où quelqu'un souhaiterait vous rejoindre ultérieurement. Prévoyez un délai (par exemple, une semaine) pour qu'ils puissent faire savoir s'ils souhaitent être impliqués.

- Après la fin de l'activité, assurez-vous de remplir le **Formulaire de documentation d'activité (Annexe 1)**, avec les idées clés et les histoires de cette activité.

Remarque : Veillez à tenir la rencontre communautaire à un moment stratégique pour votre groupe. A vous de décider quel est le meilleur moment pour votre groupe.

Activité 9 : Collage de suivi

Objectif : Aider les jeunes à mesurer le succès de leur parcours collectif.

Base artistique : Collage

Matériel : Papier, peintures, marqueurs, magazines, photos

Temps requis : 30 minutes

Quand le faire ?

- Pour un projet de YouCreate de 3 mois, vous pouvez faire cette activité DEUX fois : *maintenant* lors de l'activité 9 puis, à un moment qui vous convient *durant* l'exécution de votre Art-Action.
- Pour une « retraite » de 5 jours, vous pouvez faire cette activité UNE SEULE fois le troisième ou le quatrième jour.

Méthode :

1. Au cours de cette activité, vous réfléchirez à l'action artistique que vous planifiez et réalisez et aux progrès que vous avez réalisés au cours du parcours et vous les présenterez de manière artistique. En réfléchissant aux activités de groupe du mois écoulé, sortez le plan Art-action de votre groupe et passez en revue les actions et les Indicateurs de Progrès (Attentes, envies et désirs de voir). Posez-vous les questions suivantes : « *Quels ont été les changements les plus significatifs au cours du mois écoulé ?* » « *Quels changements est-ce que je vois dans notre bien-être en tant que groupe ?* »
2. En groupe, créez un collage d'une page soulignant les progrès réalisés au cours du mois écoulé ou tout changement important que vous avez vu ou vécu - ceux-ci peuvent être grands ou petits. Cela peut être fait sur une page du format d'une petite lettre. Si un plus grand papier pour tableau de conférence convient mieux à votre groupe, cela convient également. Soyez créatifs ! Votre collage peut inclure n'importe lequel de ces éléments, ou vos propres idées :
 - Photos - imprimez des photos de vos activités de groupe
 - Coupures de magazines / autres documents
 - Dessin ou peinture
 - Ecriture d'un poème, d'une chanson ou d'une histoire
3. Notez dans le **Formulaire de documentation des activités (Annexe 1)** quels ont été les changements les plus importants ce mois-ci et toutes les autres notes que vous souhaitez inclure.

Exemple : Les jeunes décident de prendre des photos pendant qu'ils préparent et s'entraînent à la pièce. Ils s'adressent à leur allié adulte qui accepte d'imprimer les photos pour eux. Ensuite, chaque mois, ils réfléchissent à leurs activités et utilisent leurs marqueurs de progrès (Attentes, envies et désirs de voir) pour guider la sélection des photos qui montrent les progrès qu'ils ont réalisés. Ils créent un collage de photos pour partager et consigner les changements les plus importants grâce à l'**annexe 1: Formulaire de documentation des activités.**





PHASE 5 : RÉFLEXION ET PARTAGE

Qu'est-ce que la phase de réflexion et de partage ?

Vous allez maintenant travailler avec votre groupe de jeunes pour réfléchir à votre expérience de la mise en œuvre et du suivi de votre projet Art-Action, une fois qu'il sera terminé. Vous pouvez partager les résultats de votre travail avec votre communauté et célébrer ensemble votre réussite.

Dans la phase de Réfléchir et Partager, vous allez :

- Réfléchir à la façon dont le bien-être a changé pour le groupe grâce à YouCreate et explorer les changements importants qui ont eu lieu.
- Explorer ce que vous avez appris en mettant en œuvre votre Art-Action et présenter quelques points marquants à votre communauté.
- Célébrer votre réussite et clôturer le projet.

Quelles sont les activités de la phase de réflexion et partage ?

Voici la liste des activités qui peuvent être réalisées pendant la phase Art-Action avec votre groupe de jeunes.

Activités de réflexion et de partage				
Activité	Objectif	Temps de Préparation	Durée de l'Activité	Temps de Documentation
Activité 10: Réflexions sur le Thermomètre de Bien-être	Examiner et réfléchir sur les changements significatifs dans la sensation de bien-être du groupe qui ont eu lieu au cours du parcours de YouCreate.	1 heure	1 heure	1 heure
Activité 11: Le parcours de la rivière	Explorez les changements les plus significatifs qui ont eu lieu au cours du parcours en tant qu'évaluation finale pour votre projet d'action artistique.	1 heure	1 heure	1 heure
Activité 12: Rose, Bourgeon et Épine	Célébrez votre réussite et planifiez la manière de partager votre apprentissage avec la communauté au sens large et de réfléchir aux mesures de suivi.	1 heure	1,5 heures	1 heure
Activité 13: Peinture festive	Célébrer la réussite collective et les réussites de chacun individuellement et conclure YouCreate en tant qu'équipe.	1 heure	1 heure	1 heure
Total		4 heures	4,5 heures	4 heures
Total général			12,5 heures	

Activité 10 : Réflexions sur le thermomètre du Bien-être

Objectif : Examiner et réfléchir sur les changements significatifs dans le sentiment de bien-être du groupe depuis le début du projet.

Base artistique : Imagination, Ecriture et Dessin

Matériel : Annexe 5 : Formulaire de réflexion que vous avez rempli dans l'Activité 4 : Thermomètre du bien-être, 4 boîtes ou seaux, post-it, stylos, papier, crayons

Temps requis : 1 heure

Méthode :

Étape A - Contrôle du Bien-être

1. En groupe, faites d'abord une courte activité de réflexion sur le sentiment de bien-être du groupe. Demandez au groupe de s'asseoir en cercle avec un morceau de papier et des crayons.
2. Demandez au groupe de réfléchir mais ne partagez pas encore vos réponses : *« Comment vous sentiez-vous au début de YouCreate ? Connaissez-vous quelqu'un ? Quelles étaient les pensées qui vous traversaient l'esprit ? Aviez-vous un sentiment d'espoir ? Étiez-vous nerveux à l'idée de vous engager dans des activités artistiques, ou avec de nouvelles personnes ? »*
3. Maintenant dites *« Voilà, votre projet Art-Action est maintenant terminé. En pensant à votre bien-être et au bien-être du groupe, quels sont les changements les plus évidents qui ont eu lieu depuis le début de YouCreate ? »* Accordez quelques minutes pour le partage et la discussion en groupe.
4. Proposez du papier et des crayons de couleur pour que les jeunes puissent griffonner ou dessiner librement tout en réfléchissant.

Étape B - Thermomètre du Bien-être

1. Dessinez un thermomètre sur un flip chart avec un 1 (faible) en bas et un 10 (élevé) en haut. C'est pour aider les jeunes à visualiser.
2. Maintenant, prenez un moment pour rappeler au groupe l'activité originale du thermomètre que vous avez réalisée lors de la Phase d'Exploration, y compris les 5 piliers du bien-être :
 - **Pilier 1: Se sentir en sécurité :** Se sentir en sécurité physiquement et émotionnellement.
 - **Pilier 2: Se sentir connecté :** Se sentir connecté à des personnes et des groupes de soutien dans votre communauté.

- **Pilier 3: Se sentir valorisé:** Se sentir valorisé, et avec des rôles, des responsabilités et des identités qui reflètent qui nous sommes, d'où nous venons et ce que nous faisons ou voudrions faire.
 - **Pilier 4: Se sentir respecté:** Se sentir respecté, avec la capacité de s'attaquer à l'injustice dans nos vies et l'accès à nos droits.
 - **Pilier 5: Se sentir plein d'espoir:** Se sentir plein d'espoir pour l'avenir avec une joie de vivre.
3. Placez 5 boîtes ou seaux sur la table et distribuez 4 post-it à chaque personne. Inscrivez chaque objectif sur la boîte ou sur un panneau à côté (une boîte pour chaque pilier).
 4. Expliquez aux jeunes qu'ils vont mesurer ce qu'ils ressentent actuellement à propos de chaque pilier. Ce sera privé et personne ne verra leur réponse.
 5. Invitez-les à regarder le thermomètre et à considérer le premier pilier (Se sentir en sécurité). Invitez chaque jeune à réfléchir tranquillement pendant une minute, puis à écrire le nombre qui correspond à ce qu'il ressent actuellement par rapport au pilier (1 - faible, 10 - élevé). Une fois qu'ils ont terminé, ils peuvent ajouter le post-it à la boîte du premier pilier.
 6. Répétez cela avec les objectifs 2, 3, 4 et 5 - expliquez le pilier, invitez les jeunes à réfléchir à ce qu'ils ressentent actuellement, écrire leur chiffre et le déposer dans la boîte.
 7. Posez les questions suivantes :
 - a. Quels changements concernant les 'piliers' vous paraissent les plus marquants (positifs et négatifs)? Pourquoi?
 - b. Quel pilier a connu l'amélioration la plus significative? Comment pensez-vous que cela a été accompli?
 - c. Comment pensez-vous que des progrès supplémentaires auraient pu être réalisés?
 8. Résumez la discussion pour le groupe et remerciez-les de leur participation.
 9. N'oubliez pas de remplir l'**annexe 5 : Formulaire de réflexion**. Veillez à inscrire les chiffres de chacune des boîtes séparément.



Exemple : Maintenant que les jeunes ont la possibilité de s'asseoir et de réfléchir sur le chemin parcouru depuis le début du projet, ils sont vraiment enthousiastes de voir combien de changements positifs sont intervenus dans leur bien-être. Les jeunes ont le sentiment d'avoir fait des progrès dans presque chaque pilier. Ils se rendent compte qu'ils n'ont pas progressé dans un domaine et organisent une réunion pour réfléchir à la manière dont ils pourraient résoudre ce problème dans le cadre d'un autre projet.

Activité de mouvement: Anniversaire en ligne

Voici un exemple d'une activité de mouvement que vous pourriez vouloir inclure :

- 1.** Invitez tous les participants à se mettre en ligne dans l'ordre de leur anniversaire de janvier à décembre
- 2.** Les participants ne peuvent pas utiliser de mots et ne peuvent utiliser que des mains et des gestes pour se mettre en ligne.

Variations : *Mise en ligne basée sur le fait de vivre le plus près du centre communautaire et le plus loin ; animaux préférés de la plus petite à la plus grande taille ; etc .Veillez à ce que les gens ne parlent pas lorsqu'ils se mettent en ligne, quel que soit le style que vous utilisez ! Ces méthodes sont également utiles pour diviser ensuite les participants en groupes pour les activités.*

Activité 11 : Le parcours de la rivière

Objectif : Explorer les changements les plus significatifs qui ont eu lieu au cours du parcours en tant qu'évaluation finale de votre projet d'action artistique.¹⁰

Base artistique : Fresque

Matériel : Feuille de tableau de conférence (4-5 collées ensemble), peintures/crayons/autres couleurs, Formulaire de réflexion (Annexe 5)

Temps requis : 1 heure

Méthode :

Étape A - Voyage sur la Rivière

1. Placez une longue feuille de papier sur le sol ou le mur, et écrivez passé, présent et futur à intervalles réguliers en haut.



2. Demandez aux jeunes de fermer les yeux et d'imaginer une belle rivière, coulant de leur passé (avant qu'ils ne commencent YouCreate) vers le présent (Art-Action récemment achevée) et vers leur avenir (qu'espèrent-ils qu'il arrivera ensuite?).
3. Demandez aux jeunes à quoi ressemblait leur vie dans le passé, avant qu'ils ne commencent à faire YouCreate? À quoi ressemble leur vie maintenant qu'ils ont terminé l'Art-Action? Et ce qu'ils espèrent faire à l'avenir?
4. Demandez aux jeunes quels ont été les changements les plus importants entre chacune de ces périodes (passé, présent, futur). Ces changements peuvent être personnels, dans la famille ou dans la communauté.
5. Demandez aux jeunes de dessiner une rivière sur la page (2 lignes) et de peupler ensemble la rivière avec leurs histoires individuelles (par écrit et/ou par dessin). Ils peuvent également inclure des activités/événements importants qui ont conduit aux changements.
6. Une fois terminé, demandez aux participants de dessiner ou d'écrire toute « histoire » significative qui reflète les changements qu'ils ont vécus à la suite de YouCreate.
7. Quelles activités et quels événements ont été significatifs pour vous / ont conduit à ces changements? Veuillez les dessiner ou les écrire.
8. Dirigez une discussion en utilisant les questions suivantes comme guide. Enregistrez un récapitulatif des réponses du groupe dans l'**annexe 5 : Formulaire de réflexion**.

¹⁰ Cette activité a été développée par l'IICRD comme une modification de l'outil de suivi participatif des changements les plus significatifs (MSC).

- a. *Quels sont les changements les plus significatifs qui ont été révélés lors de votre Voyage sur la Rivière ? Pourquoi sont-ils importants ?*
- b. *Les changements ont-ils été expérimentés par tous les participants ? Expliquer.*
- c. *Qu'avez-vous appris que vous allez mettre en œuvre dans a) vos activités futures et b) dans votre vie ?*

Étape B - Réflexion sur les Marqueurs de Progrès

Veillez maintenant consulter les **Indicateurs de Progrès** sur votre **plan Art-Action (Annexe 4)**. En vous référant à vos réflexions de groupe, réfléchissez à vos progrès jusqu'à présent. Veuillez noter les principaux changements apportés à chaque Indicateur de Progrès sur votre **Formulaire de réflexion (Annexe 5)**.

Activité 12 : Rose, bourgeon et épine

Objectif : Célébrer votre réussite et planifier la manière de partager votre apprentissage avec la communauté et de réfléchir à toute mesure de suivi.

Cette activité vous aidera à :

- Déterminer l'impact de l'ensemble du projet de You Create.
- Aider les personnes à comprendre les succès, les défis et les acquis associés au projet.
- Guider la prise de décision des jeunes et de la communauté concernant les prochaines étapes.

Groupe : les jeunes, (votre Allié Adulte peut également inviter du personnel de soutien complémentaire pour cette activité).

Base artistique : Papier découpé et autres à sélectionner par les jeunes

Matériel : Flip chart et marqueurs; Annexe 6: Formulaire de partage, 3 coloris de papier, ciseaux

Temps requis : 1,5 heures

Méthode :

Avant le début de l'activité

Prenez des papiers de trois couleurs différentes et, avant l'activité, découpez des « roses », des « épines » et des « bourgeons ». Faites-les suffisamment grands pour que les gens puissent y écrire des idées.

Pendant l'activité

Cette activité vous guidera à travers les étapes suivantes de « Partage » :

- A. QUOI :** Résumez vos succès, vos défis et vos acquis principaux en quelques messages clés.
- B. QUI :** Décidez qui doit entendre ces messages clés.
- C. COMMENT / OÙ / QUAND / :** Prévoir la meilleure méthode créative pour partager ces messages clés, y compris un forum pour discuter des prochaines étapes.
- D. PARTAGER !**

Partie A - QUOI : Résumez vos succès, vos défis et vos acquis en quelques messages clés

1. Expliquez au groupe qu'ils vont explorer 3 catégories à travers la métaphore d'une rose - les succès (roses), les défis (épines) et les apprentissages clés (bourgeons). L'activité est décrite ci-dessous comme une activité de découpage de papier, mais vous pouvez également le faire par le biais du théâtre, de la chanson, de la poésie ou d'une autre forme d'art de votre choix.
2. Prenez une feuille de flip chart et découpez-y un rosier - juste quelques branches qui sortent du sol. En groupe, vous ajouterez des roses (succès), des épines (défis) et des bourgeons (apprentissage) avec une brève description écrite pour chacun.
3. Les questions pour guider chaque catégorie sont les suivantes :
 - a. ROSES - Succès :** *Qu'est-ce qui s'est bien passé ? De quoi êtes-vous le plus fier dans ce que votre groupe a accompli ?* N'oubliez pas de regarder vos indicateurs de progrès ainsi que votre « Formulaire de réflexion » pour vous rappeler aussi les succès importants qui ne sont pas visibles (comme les connexions sociales établies, l'estime de soi construite, etc.).
 - b. ÉPINES - Défis :** *Quels défis avez-vous rencontrés au cours de route ? Qui ont été les plus touchés (tous les jeunes, filles, garçons, autres) ? Qu'avez-vous fait pour tenter de faire face à ces défis ?*
 - c. BOURGEONS - Apprentissage :** *Qu'avez-vous appris de ce projet ? Que feriez-vous différemment la prochaine fois ? Comment pourriez-vous prévoir et faire face à ces défis la prochaine fois ? Quelles opportunités ont été créées grâce à ce projet ? Quelles sont les opportunités qui ont besoin d'être développées et entretenues ?*
4. Une fois que vous avez fait un brainstorming sur toutes vos roses, épines et bourgeons, résumez-les en un message clé et écrivez-les sur l'**annexe 6 : Formulaire de partage**.

Partie B - QUI : Décidez qui a besoin d'entendre ces messages clés.

5. Consultez la cartographie « Notre Monde » que vous avez réalisée dans l'activité 2 de « Cartographie ». Lisez chaque « message clé » écrit dans la Partie A du **Formulaire de partage** un à un et identifiez les personnes devant entendre ce message. Inscrivez-les dans la dernière colonne de votre document de travail (Partie B). Demandez-vous :
 - a. *Qui, impliqué dans une quelconque étape du projet, devrait avoir connaissance des messages clés ?*
 - b. *Qui devrait être impliqué dans la détermination des prochaines étapes ?*
 - c. *Qui bénéficierait d'une telle information ?*
 - d. *Qui a besoin de ces informations pour prendre des décisions à l'avenir ?*

Partie C - COMMENT / OÙ / QUAND : Prévoir la meilleure approche créative pour partager ces messages clés, y compris un forum pour discuter des prochaines étapes.

6. Utilisez les questions suivantes pour réfléchir à votre plan de PARTAGE. Écrivez les réponses dans votre Feuille de Travail de PARTAGE (Partie C).
 - a. *Quel est le meilleur moyen de partager les messages clés (écrits, en personne, créatifs) ?*
 - b. *Quelles méthodes créatives pourrions-nous utiliser pour partager ces informations - une méthode qui pourrait EN SOI aider à montrer l'impact du projet (c'est-à-dire théâtre public, fresque, exposition de photographies, jardin communautaire, journée portes ouvertes, etc.)*
 - c. *Y a-t-il des réunions ou des forums communautaires existants au cours desquels nous pourrions demander à faire une présentation ?*
 - d. *Y a-t-il des communautés en ligne qui seraient intéressées à connaître votre travail ?*
 - e. *Examinez vos différents publics et posez-vous la question suivante : « Devrions-nous développer des méthodes de partage différentes pour atteindre chaque public de manière efficace ? »*
 - f. *Quel est notre planning pour l'élaboration du plan de PARTAGE ? Qui pilotera chaque étape ?*
 - g. *Où et quand devrions-nous PARTAGER pour atteindre au mieux les personnes qui ont besoin d'entendre cela et planifier les prochaines étapes avec nous ?*

7. PARTAGEZ AVEC VOTRE COMMUNAUTÉ !

Examinez :

Qui ? Qui aimerions-nous inviter à notre célébration ? Pensez aux différents niveaux du modèle socio-écologique : famille, amis, membres de la communauté, communauté, chefs d'entreprise et artistes. Pensez à tous ceux qui ont pu contribuer à notre action artistique ou qui pourraient avoir une influence à l'avenir.

Où ? Quel serait l'endroit le plus pratique pour organiser des rencontres de partage ?

Quand? Quelle est la bonne date et le bon moment ?

Quoi? Que devez-vous élaborer ou apporter avec vous pour vous aider à présenter votre idée ? Que pouvez-vous offrir, par exemple des collations et de l'eau, aux membres de la communauté ?

Comment? Comment allez-vous faciliter le processus ? Comment allez-vous partager vos idées ?

Activité de mouvement: Bato

Voici un exemple d'une activité de mouvement que vous pourriez vouloir inclure :

1. Invitez les participants à se lever et à former un cercle.
2. Le meneur prononcera trois mots et les participants répondront par certaines actions :
 - Lorsque le meneur dit « Ba », les participants doivent lever les bras au-dessus de leur tête.
 - Lorsque le meneur dit « Bato », les participants doivent mettre leurs bras droit devant eux.
 - Lorsque le meneur dit « Bato Bato », les participants doivent se frapper les cuisses deux fois.

Rappelez aux participants de faire ce que le meneur DIT et non ce qu'il FAIT



Activité 13 : Peinture festive

Objectif: Célébrer la réussite collective et les réussites de chacun individuellement et conclure YouCreate en tant qu'équipe.¹²

Base artistique: Peinture et Contes

Matériel: Certificats, assortiment de matériel artistique ; petite pierre lisse (une pour chaque personne) et peintures.

Temps: 1 heure

Méthode:

Partie A - Certificats

1. Préparez un chapeau ou une boîte avec le nom de chaque personne écrit sur un petit morceau de papier. Invitez les jeunes à choisir un nom dans le chapeau. S'ils reçoivent leur propre nom, ils peuvent le remettre et choisir un autre nom.
2. Invitez les participants à prendre dix minutes pour terminer la rédaction d'un prix pour la personne dont ils ont tiré le nom.
3. Dites aux jeunes qu'ils auront une minute pour présenter le prix et la façon dont il représente la personne qu'ils ont sélectionnée.
4. Demandez aux participants d'être précis et de partager des choses particulières qu'ils ont respectées et appréciées chez la personne pendant les ateliers.
Exemple:
 - a. *Je décerne à Amadou le prix du grand auditeur. Il écoutait toujours ce que les autres avaient à dire. Par exemple, lorsque j'étais nerveux au cours d'une activité, il a écouté mes préoccupations et m'a apporté son soutien.*
 - b. *Je remets à Soufi le prix de la peinture. Quand je ne savais pas comment faire différentes couleurs avec ma peinture, elle m'a gentiment montré comment mélanger le rouge et le bleu pour faire du violet sans me mettre mal à l'aise de ne pas savoir.*
5. Après dix minutes de préparation, invitez tous les jeunes à se rassembler en cercle.
6. Invitez un participant à démarrer le processus.
7. Invitez la personne qui a reçu le prix à présenter ensuite son prix à la personne suivante.

Remarque: si le temps ne permet pas de décerner les prix, modifiez ceci de manière à ce que chaque personne remette le certificat à une autre personne et dise 2 à 3 phrases sur les raisons pour lesquelles elle accorde de l'importance à cette personne.

¹² Adapté des activités de l'IICRD et de Droit De Jouer des Activités de Cercle de Clôture.

Partie B - Peinture sur Pierre

8. Au moment où chaque personne reçoit son prix, vous pouvez également lui remettre son certificat.
9. Une fois que tous les jeunes ont donné et reçu leur prix, invitez les participants à choisir une pierre parmi une pile sur une table. Assurez-vous que chaque personne a accès aux peintures.
10. Demandez aux jeunes de réfléchir aux questions suivantes pendant qu'ils peignent leur pierre. « Qu'avez-vous acquis grâce à YouCreate ? » « Qu'emportez-vous pour l'avenir ? »
11. Donnez aux jeunes 5 à 10 minutes pour réfléchir aux questions et peindre leurs pierres.
12. Lorsque tout le monde a terminé, invitez-les à apporter leurs pierres sur la table et demandez-leur ensemble de trouver une forme dans laquelle placer leurs pierres afin qu'elles reflètent leurs sentiments à l'égard de YouCreate (par exemple, un point d'exclamation, un soleil, un cœur, un pinceau),
13. Encouragez le groupe à partager leurs pensées et leurs sentiments et ce qu'ils ont peint sur leur pierre. Les jeunes peuvent rapporter leur pierre à la maison pour se souvenir de leur parcours de YouCreate.
14. Remerciez tous les jeunes pour leur participation.
15. Clôturez l'activité avec le Cercle de Confiance.





ANNEXES

- Annexe 1 : Formulaire de documentation des activités
- Annexe 2 : Tableau des thèmes
- Annexe 3 : Cartographie mentale
- Annexe 4 : Plan Art-Action
- Annexe 5 : Formulaire de réflexion
- Annexe 6 : Formulaire de partage
- Annexe 7 : Exemples concrets d'activités artistiques qui soutiennent les piliers du bien-être
- Annexe 8 : Journal de réflexion des jeunes animateurs

Annexe 1 : Formulaire de documentation des activités

À moins que vous ne soyez redirigé vers un autre formulaire, veuillez utiliser ce formulaire pour enregistrer vos notes pour toutes les activités du kit d'art.

Formulaire de documentation des activités

Nom de la Communauté

Date et heure

Nom du preneur de notes

Nom de l'animateur

Nom de l'allié adulte

Participants (inclure garçons, filles et tranche d'âge)

Réflexions sur l'activité

Merci de vous assurer de noter les citations, mots et histoires utilisés par les participants à chaque fois que cela est possible.

Nom et numéro de l'activité

Description de l'activité

Que s'est-il passé ?

Faits marquants

Quelle a été la chose la plus importante qui est arrivée au groupe aujourd'hui ?

Pour les animateurs ?

Des moments de magie ?

Quelles attentes, idées et stratégies ont été partagées par le groupe ?

Quels étaient les sujets les plus importants pour le groupe ?

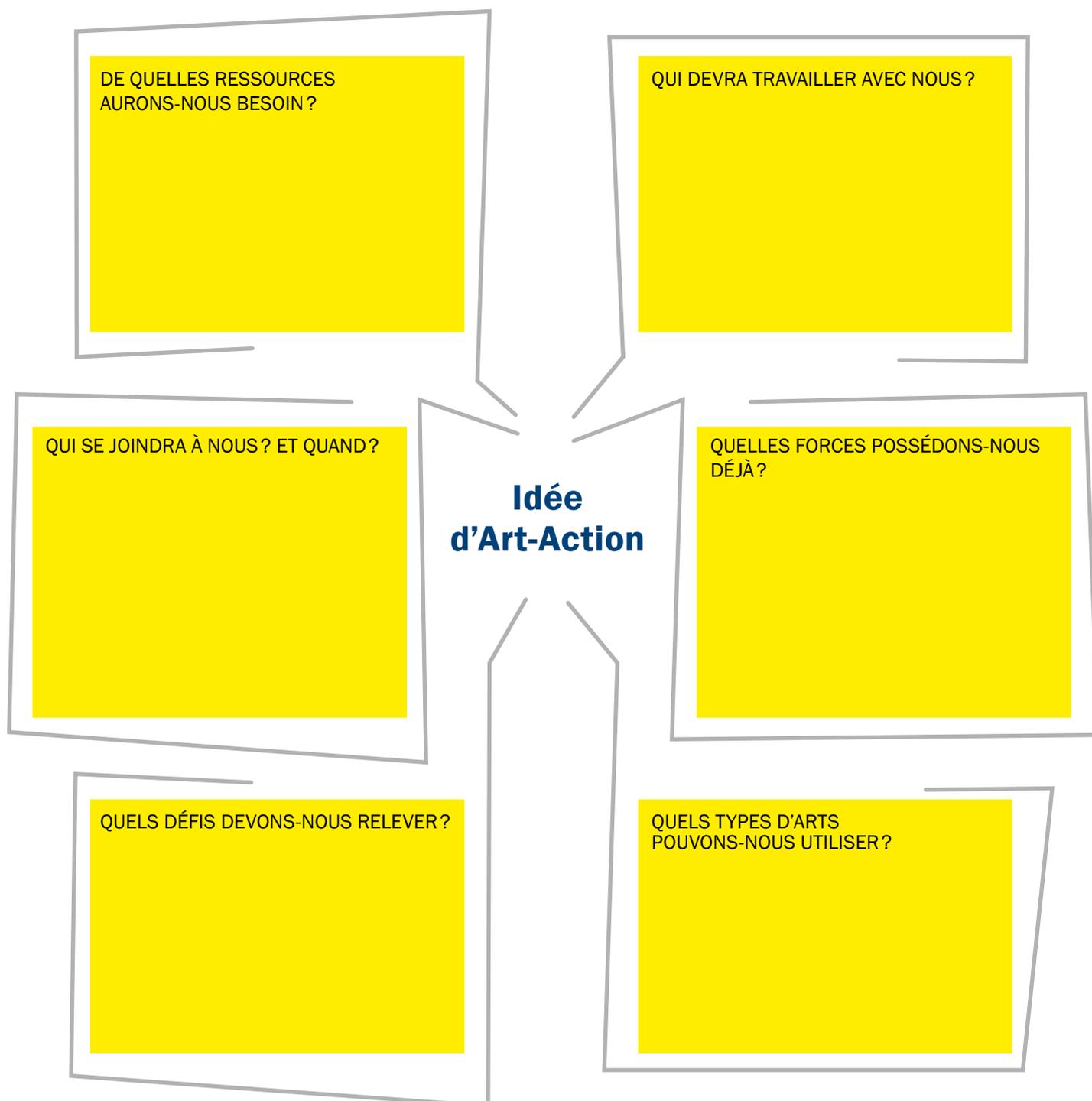
Leçons apprises

Qu'avez-vous appris de cette activité ? Feriez-vous quelque chose différemment ?

Commentaires supplémentaires ou domaines à suivre ?

Annexe 3 : Cartographie mentale

Veillez remplir ce formulaire lors de la réalisation de **l'activité 7**. Vous pouvez même les imprimer pour que les jeunes les remplissent directement, ou vous pouvez transférer ces informations sur quelques flip charts.



Annexe 4 : Plan Art-Action

Veillez remplir ce formulaire après avoir réalisé votre plan Art-Action avec votre groupe de jeunes, après **l'activité 7**. Vous pouvez continuer de le compléter et développer au fur et à mesure que vous progressez dans la planification de votre action artistique. C'est une excellente chose à partager avec votre groupe de jeunes également.

Plan Art-Action	
Nom de l'Art-Action	
Nom du groupe ou de la communauté	
Quand commencerons-nous ? <i>(date)</i>	
Quand finirons-nous ? <i>(date)</i>	
Emplacement <i>Où l'action artistique sera-t-elle mise en place ?</i>	
Perspective/Objectif <i>Pourquoi voulez-vous faire cela ?</i>	
Défi(s) <i>Quel(s) est/sont le(s) défi(s) que vous voulez relever ?</i>	

Plan Art-Action

	Tâche	Personne(s) responsable(s)	Délai
<p>Plan par étapes <i>Quelles sont les étapes à suivre pour mettre en œuvre votre Art-Action ?</i></p>	1.		
	2.		
	3.		
	4.		
	5.		
<p>Ressources <i>De quelles ressources aurez-vous besoin ? (personnes, fonds, matériels)</i></p>	<p>Matériels :</p> <p>Emplacement :</p> <p>Transport :</p> <p>Nourriture :</p> <p>Personnes support :</p> <p>Formation :</p>		
<p>Budget <i>Quel est votre budget et comment allez-vous le dépenser ?</i></p>			
<p>Indicateurs de progrès <i>Changements à court terme que vous souhaitez réaliser grâce à cette activité</i></p>	<p>Ce que nous nous attendons à voir :</p> <p>Ce que nous aimerions voir :</p> <p>Ce que nous adorerions voir :</p>		



Annexe 5 : Formulaire de réflexion

Ce formulaire devrait être rempli lors de **l'activité 4 : Thermomètre du bien-être** et durant la **phase de réflexion et de partage** (activités 10-13).

SECTION 1: INFORMATIONS DE BASE

Nom de l'organisation :

Nom du groupe :

Noms des animateurs :

Nom du projet :

Date de la phase RÉFLEXION :

Brève description de votre projet :

SECTION 2: THERMOMÈTRE DU BIEN-ÊTRE (Activité 4 – Explorer, et Activité 10 – Réflexion)

Veuillez remplir le tableau durant la **phase d'exploration (Activité 4 : Thermomètre du bien-être)** et encore une fois durant la **phase de réflexion et de partage (Activité 10 : Réflexions sur le Thermomètre du bien-être)**. Veuillez calculer la moyenne en vous basant sur les chiffres de chaque seau de piliers. Par exemple, si vous avez 20 papiers dans le seau du pilier 1, additionnez ces chiffres et divisez-les par 20 pour obtenir votre moyenne. Ajoutez vos commentaires et notes au sujet des piliers dans la dernière colonne.

Activité	Classement (1 - faible, 10 - élevé)					Commentaires et notes (Y a-t-il eu des discussions intéressantes au sujet des piliers? Avez-vous remarqué des changements entre les activités 4 et 10?)
	Pilier 1: Sécurité	Pilier 2: Connecté	Pilier 3: Digne	Pilier 4: Respecté	Pilier 5: Optimiste	
(Début du projet) Activité 4						
(Fin du projet) Activité 10						

SECTION 3: RÉFLEXION (Activité 10: Réflexions sur le thermomètre du bien-être)

RÉFLEXION - Questions pour vous (les animateurs) et les jeunes participants concernant **l'activité 10: Réflexion sur le thermomètre du bien-être.**

A. Quels changements concernant les « piliers » vous paraissent les plus marquants (positifs et négatifs)? Pourquoi?

B. Quel pilier a connu l'amélioration la plus significative? Comment pensez-vous qu'elle a été accomplie?

C. Comment pensez-vous que des progrès supplémentaires ont pu être réalisés?

SECTION 4 : LE PARCOURS DE LA RIVIÈRE (Activité 11)

Questions pour vous (les animateurs) et les jeunes individus concernant **l'activité 11: Le parcours de la rivière**

Quels ont été les changements les plus significatifs qui ont été révélés lors de votre activité le parcours de la rivière ? Pourquoi sont-ils importants ?

.....
.....

Les changements ont-ils été vécus par tous les participants ? Merci d'expliquer

.....
.....

Qu'avez-vous appris que vous allez mettre en pratique dans :

A. Les activités futures que vous prévoyez ?

.....
.....

B. Dans votre vie ?

.....
.....

Indicateurs de progrès :

Veillez vous référer à **l'annexe 4: Plan Art-Action** et réfléchissez sur les indicateurs de progrès. Inscrivez maintenant ces indicateurs de progrès ci-dessous et notez si chacun d'entre eux a changé (changements positifs ou négatifs):

Indicateurs de progrès (veuillez les copier à partir de votre plan Art-Action)

Ce que nous nous attendons à voir :

.....
Ce que nous aimerions voir :

.....
Ce que nous adorerions voir :

.....

Réflexion sur les changements survenus après les Art-Actions (positifs/ négatifs)

.....

.....

.....

Annexe 6 : Formulaire de partage

Ce formulaire devrait être rempli après avoir réalisé **l'activité 12 : Rose, bourgeon et épine.**

Quoi ?	Messages clés (Partie A)	Qui (Partie B)
Succès
Défis
Apprentissage
Projet PARTAGE (Partie C)		
Pensez à la manière dont vous voulez partager ce que vous avez appris et accompli ensemble :		
Comment ?	
Quand ?	
Où ?	

Annexe 7 : Exemples réels d'activités artistiques qui soutiennent les piliers du bien-être

Le document suivant inclut des exemples des 5 piliers du bien-être tirés de la vie réelle :

Pilier 1 : Se sentir en sécurité : Se sentir en sécurité physiquement et émotionnellement.

Pilier 2 : Se sentir connecté : Se sentir connecté aux personnes et groupes de soutien.

Pilier 3 : Se sentir digne : Se sentir digne, et avec des rôles et des identités concernant qui nous sommes, d'où nous venons et ce que nous faisons ou voudrions faire.

Pilier 4 : Se sentir respecté : Se sentir respecté et développer une conscience critique et la capacité de s'attaquer à l'injustice et acquérir des droits.

Pilier 5 : Se sentir plein d'espoir : Avoir de l'espoir pour l'avenir et conserver ou développer sa joie de vivre.

Pilier 1 : Se sentir en sécurité

Exemples de cas concrets

A) Créer un espace sûr

L'idée : Où vous sentez-vous le plus en sécurité ? Y a-t-il une pièce ou un coin dans la cour du centre, de votre maison ou du quartier où vous vous sentez en sécurité ? Un autre espace ? L'idée de cette activité est de travailler avec vos pairs pour réfléchir à un lieu qui vous fasse tous sentir en sécurité et le transformer en un lieu d'appartenance accueillant. S'il n'y en a pas un qui vous fasse tous sentir en sécurité, essayez de penser à un espace que vous pourriez rendre plus sûr. Que devriez-vous faire pour qu'il vous donne un sentiment de sécurité ?

L'inspiration : L'Open Art Shelter, à Berlin est un espace sûr et créatif pour la libre expression des émotions, le dialogue interculturel et la guérison. Ils ont une programmation très intéressante, dont un espace réservé aux femmes.

Vous pouvez le faire aussi ! Identifiez un espace qui, selon vous, pourrait fonctionner. Soyez créatifs. Il peut se trouver sous un arbre dans la cour, un bureau sous-utilisé, le coin reculé d'une grande pièce. Demandez la permission de transformer cet espace en un lieu sûr pour votre groupe. Commencez par nettoyer l'espace. Demandez à chaque jeune d'apporter des objets pour décorer l'espace et leur donner un sentiment de sécurité. Vous voudrez peut-être travailler sur une fresque, accrocher des lanternes en papier ou des oiseaux, ou imaginer d'autres projets d'art visuel, sonore

ou tactile pour décorer votre espace. Invitez des personnes à partager cet espace avec vous. Vous pouvez demander à un pair ou à un adulte d'organiser des activités ici, ou vous pouvez le laisser comme un lieu tranquille dédié à la réflexion. Vous pouvez envisager de créer des espaces sécurisés pour les différents genres. Vous pouvez également développer un espace sûr juste pour vous chez vous, dans votre coin de nature préféré, ou dans un autre endroit où vous vous sentez bien et en sécurité.



<https://www.goethe.de/en/kul/tut/gen/tan/20710799.html>

B) Trouver la sécurité par la danse et le mouvement

L'idée : En tant qu'êtres humains, nous stockons les émotions dans notre corps. Par la danse ou d'autres types de mouvements, nous pouvons libérer des sentiments qui peuvent s'accumuler et créer un espace pour que de nouveaux sentiments, comme le sentiment de sûreté et de sécurité, entrent en jeu. En pratiquant la danse et le mouvement, vous pouvez apprendre à contrôler votre corps, ce qui contribue à renforcer les sentiments de sécurité et de stabilité. La danse utilise également la musique, qui peut nous relier à notre culture et à notre foyer, mais aussi nous faire découvrir de nouvelles cultures et nous aider à nous sentir plus à l'aise avec elles.

L'inspiration : Depuis 2005, le chorégraphe et danseur Taigué Ahmed et son organisation Ndam Se Na organisent des ateliers de danse dans les camps de réfugiés au sud du Tchad. Il fait part du fait que la danse peut vous aider à exprimer des émotions non dites. Danser et chanter ensemble peut être très puissant.

Vous pouvez le faire aussi ! Décidez si vous voulez apprendre un type de danse spécifique, ou si vous préférez vous concentrer sur les mouvements libres et la danse libre. Identifiez un professeur de danse ou de mouvement qui, selon vous, pourrait soutenir votre groupe. Invitez vos pairs à assister aux sessions. Dans certaines cultures, il peut être préférable d'organiser des séances séparées pour les filles et les garçons.

Pilier 2 : Se sentir connecté

Exemples de cas concrets

A) Honorer la famille de façon créative

L'idée : Renforcer les relations avec une personne importante dans votre vie en utilisant différentes formes d'art pour mettre en valeur un souvenir, une expérience ou une histoire importante que vous avez d'elles. Ensuite, créez une galerie pour présenter ces histoires où chacun peut présenter sa personne importante.

Vous pouvez le faire aussi ! Certaines personnes ont de la famille à proximité, pour d'autres la famille peut vivre loin, et beaucoup ont également perdu des membres importants de leur famille. Les liens de parenté définissent souvent la famille, mais la famille peut aussi comprendre des personnes qui sont très importantes pour vous. Demandez à chaque jeune de choisir une ou deux personnes qui sont importantes pour eux et dont ils souhaitent faire le portrait. Si la personne vit près de chez vous, vous pouvez l'aborder pour voir si elle serait disposée à travailler avec vous. Si la personne vit loin ou est décédée, vous pourrez peut-être parler à une autre personne qui la connaît ou qui se souvient d'elle. L'idée est de créer une « image » de qui est cette personne et pourquoi elle est importante pour vous, soit par des mots, des notes musicales, par la peinture ou toute autre forme d'art que vous appréciez. Essayez d'apprendre de nouvelles choses au sujet de cette personne. *Par exemple : Parlez à cette personne d'un souvenir que vous avez d'elle, qui est important pour vous. Demandez-lui si elle s'en souvient, et demandez-lui de vous raconter comment elle se souvient de cet événement ou de cette histoire. Vous pouvez même demander à d'autres membres de la famille ou amis ce dont ils se souviennent.*

Une fois que tout le monde a terminé son portrait, créez une galerie dans votre centre communautaire, pour partager des photographies, des images, des écrits ou des présentations - tout ce que les gens sont à l'aise de partager, afin que vous puissiez en savoir plus sur les personnes les plus importantes pour vos pairs.

B) Construire une communauté à travers l'art

L'idée : L'art et la culture sont un moyen incroyable de rassembler les gens ! La nourriture, l'art, la musique et la nature sont appréciés dans toutes les cultures, donc que vous réalisiez un projet d'art communautaire pour un ou plusieurs groupes culturels, c'est une excellente façon de le faire.

L'inspiration : MABELLEarts (<https://shifra-cooper.squarespace.com/>) est un organisme artistique communautaire en Ontario, au Canada, qui travaille avec des artistes et des membres de la communauté pour transformer les espaces publics négligés en un lieu pour la communauté et les arts.



Vous pouvez le faire aussi! Y a-t-il un espace, petit ou grand, près de chez vous qui aurait besoin d'un peu d'amour et d'art? Il y a souvent des coins de rue, des espaces entre les bâtiments ou d'autres zones négligées qui pourraient être utilisés comme un lieu de rencontre pour la communauté, pour établir des relations et créer de l'art ensemble. Déterminez où vous souhaitez que votre projet soit réalisé et obtenez l'approbation nécessaire. Vous pouvez inviter les personnes à une réunion dans cet espace et discuter de la façon dont vous pourriez vouloir le transformer. Une première étape pourrait consister à le nettoyer, puis à le décorer avec des œuvres d'art, petites ou grandes, et à organiser une fête. Vous pouvez continuer à revenir et à développer cet espace ainsi que les nouvelles relations que vous avez établies.

C) L'art à travers la connectivité numérique

L'idée: La communauté est désormais quelque chose qui peut se construire dans le monde physique, et dans le monde virtuel. Il peut être intéressant de trouver en ligne une communauté de personnes qui ont des expériences semblables aux vôtres ou qui partagent des valeurs et des intérêts similaires.

L'inspiration: Le projet 1324 (<https://project1324.com/>) est un nouveau projet d'Adobe qui aide les jeunes artistes émergents à se connecter, à s'inspirer mutuellement et à avoir un impact. Le projet 1324 comporte des « défis », où des jeunes du monde entier sont invités à partager leurs idées. Par exemple: No Lost Generation (<https://project1324.com/challenge/definedwithoutborders>) a aidé les jeunes touchés par les crises syrienne et irakienne à partager leur identité par le biais de l'art en ligne. Vous pouvez voir certaines de ces histoires en ligne.

Vous pouvez le faire aussi! Créez votre propre défi sur le projet 1324 ou soumettez une œuvre d'art à un défi existant. Engagez un dialogue avec les pairs que vous rencontrez en ligne. Partagez votre histoire. Apprenez à connaître d'autres jeunes. Développez vos compétences artistiques.

D) Nuits musicales

L'idée: Rassemblez des jeunes pour jouer de la musique traditionnelle et créer la vôtre!

L'inspiration: Au cours de l'atelier pilote Iraq YouCreate, les jeunes ont apporté des instruments de chez eux et ont utilisé des instruments dans notre espace d'atelier pour partager des chansons traditionnelles et apporter de nouvelles chansons pendant les heures de déjeuner et tout au long des sessions. Certains ont parlé de jouer de la musique dans leurs communautés pour les militaires et favoriser le bien-être des jeunes et des adultes. Besoin de plus d'inspiration? Découvrez RefugeeYouth, une organisation dirigée pour les jeunes par les jeunes ici :

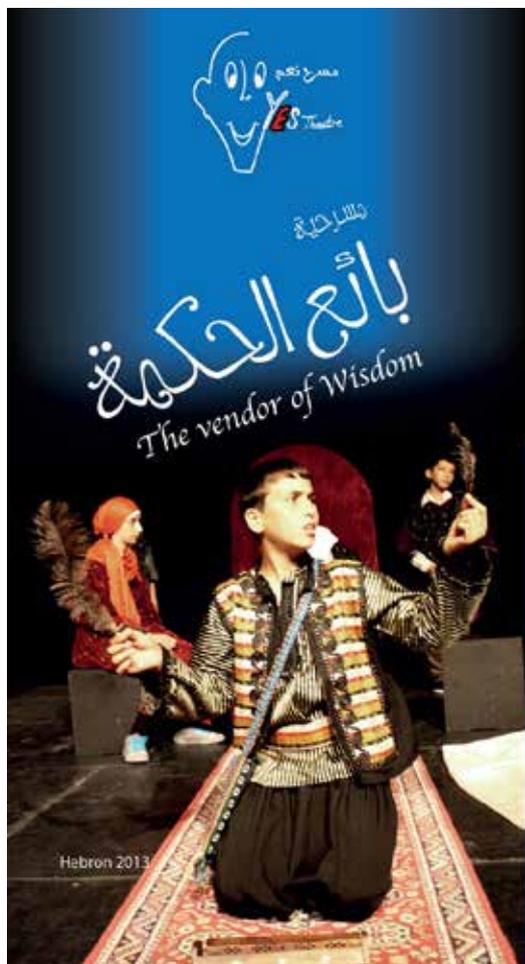
<http://www.refugeeyouth.org/portfolio-items/arts-night/>.

Vous pouvez le faire aussi! Trouvez une organisation/un groupe qui peut faire un don/partager des instruments pour travailler en partenariat et inviter les jeunes à se réunir pour jouer de la musique sur une base régulière (hebdomadaire). Jouez des chansons que vous connaissez et/ou créez de nouvelles chansons ensemble. Essayez différents instruments et construisez un groupe de bien-être.

Pilier 3 : Se sentir digne

Exemples de cas concrets

A) Jeu de rôle et théâtre pour explorer l'identité



L'idée : Aidez les jeunes à explorer leur propre identité, en jouant divers rôles de personnes intéressantes à partir de leur propre culture et d'une autre.

L'inspiration : Yes Theatre en Palestine travaille avec des enfants et des jeunes palestiniens pour développer des moyens créatifs et constructifs de répondre aux défis de la vie des jeunes. Yes Theatre croit que l'art dramatique et le théâtre peuvent à la fois avoir un impact positif sur les jeunes et contribuer à créer un changement dans la société.

<http://www.yestheatre.org/eng/index.php/en/homepage/about>

Vous pouvez le faire aussi ! Identifiez un artiste d'art dramatique ou de théâtre dans votre communauté qui serait disposé à travailler avec des jeunes sur un projet. Demandez du soutien et une formation pour développer une pièce de théâtre qui peut mettre en évidence les rôles positifs que les jeunes jouent dans votre communauté. Par exemple : choisissez une personne inspirante de votre communauté d'origine, ainsi qu'une personne ins-

pirante de la communauté dans laquelle vous vivez actuellement. Créez une pièce qui présente les histoires de ces personnes à vos pairs et à votre communauté.

B) Encourager la diversité par la musique

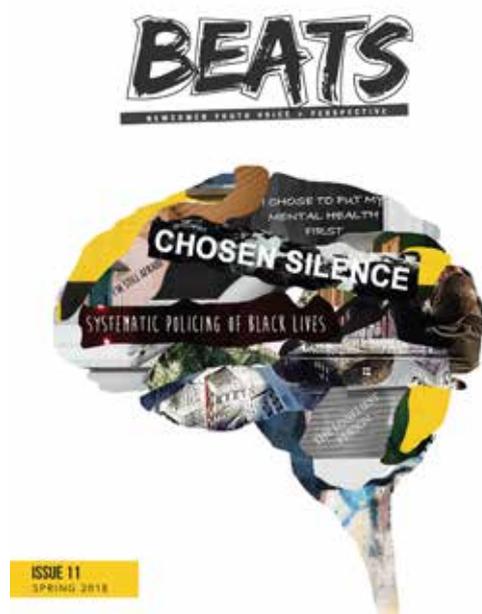
L'idée : Aider divers groupes de jeunes à partager leur culture ainsi que leurs expériences à travers la musique.

L'inspiration : L'organisation de sensibilisation Uwezo, <http://uwezo.org> travaille avec des jeunes au Kenya pour nourrir leurs talents musicaux et d'interprétation. Les jeunes qui ont connu la pauvreté et l'émigration sont encadrés et aidés pour partager leurs histoires avec un large public.

Vous pouvez le faire aussi ! La musique est un excellent moyen de partager la culture, les histoires de nos vies et de se connecter avec un large public. En travaillant avec un professeur de musique ou un formateur, vous pouvez élaborer des chansons en tant qu'individu ou en groupe, pour partager vos histoires avec un public plus large, en organisant une performance dans votre communauté ou en partageant une vidéo en ligne.

C) Contes dirigés par des jeunes dans un magazine

L'idée: Créez un magazine, imprimé ou en ligne, pour partager des histoires sur vos expériences et celles de vos pairs. Un magazine dirigé par des jeunes signifie que les jeunes jouent le rôle de créateurs, d'écrivains, de correcteurs, d'illustrateurs et d'éditeurs, diffusant et partageant le travail. Vous pouvez décider de votre public, de votre style, de vos thèmes et de votre look !



L'inspiration: Magazine BEATS par Leave Out Violence, en Colombie-Britannique, Canada.

<http://bc.leaveoutviolence.org/beats-magazine/>

BEATS est publié par et pour les jeunes immigrants et réfugiés et couvre un nouveau thème d'importance pour chaque numéro.

Vous pouvez le faire aussi! Vous pouvez commencer petit, avec un magazine imprimé de 3 à 4 pages pour partager certaines de vos idées. En groupe, décidez des thèmes ou des idées que vous aimeriez aborder dans votre premier numéro. Déterminez qui est intéressé à assumer quels rôles, tels que les écrivains, les artistes, les éditeurs, etc. Travaillez ensemble pour élaborer un plan sur la façon dont vous préparerez votre magazine. N'oubliez pas d'approcher les artistes et les personnes de soutien

de votre communauté qui peuvent vous aider à réaliser votre rêve.

https://issuu.com/beatsm/docs/issue_11_web

Pilier 4 : Se sentir respecté

Exemples de cas concrets :

A) La narration numérique

L'idée: Les jeunes préparent des films pour partager leurs histoires sur l'importance des droits des enfants. Les jeunes peuvent décider de choisir un droit, tel que le droit des enfants à participer, et l'explorer à travers le film.

L'inspiration: ResiliencebyDesignLab, Université Royal Roads.

<http://resiliencebydesign.com/>

Au laboratoire RbD, les jeunes conçoivent des histoires de trois minutes à l'aide de photographies, de musique et de voix off pour partager leurs histoires, leurs préoccupations au sujet de leurs communautés et leurs recommandations pour renforcer la participation des jeunes à la prise de décisions et/ou bâtir des communautés solides et résistantes.

Vous pouvez le faire aussi! Faites le tour de votre communauté en groupes et prenez chacun des photos de choses dans votre communauté qui sont importantes

pour les droits des enfants. Vous pouvez choisir de partager une histoire sur ce qui fonctionne bien et/ou de prendre des photos de choses qui montrent les défis pour les droits des enfants. Créez une histoire avec des mots et des images et incluez des recommandations pour un changement positif. N'oubliez pas qu'il est important de rester en sécurité. Ne prenez pas de photos de personnes sans autorisation et éloignez-vous des espaces dangereux lorsque vous prenez des photos.

Une fois que vous avez vos photos, vous pouvez les télécharger dans un imovie (ou un autre logiciel) et les assembler en séquence (une photo après l'autre). Ensuite, vous pouvez vous enregistrer vous-même et de la musique sur les photos afin que, lorsque les photos s'affichent consécutivement, votre histoire s'aligne avec elles. Trouvez-vous quelqu'un qui a de l'expérience dans la technologie et la création d'histoires numériques pour vous aider ou découvrez comment faire des vidéos sur youtube. Vous pouvez voir quelques exemples d'histoires numériques ici :

https://www.youtube.com/watch?v=txJ25BtFCI&list=PLwt8z6uX_tIVkM50eUsex6g2sC1qvbD9p

B) Pièce de théâtre itinérante sur la cohésion sociale

L'idée : On parle de discrimination lorsque des personnes sont traitées différemment des autres, souvent en raison de leur ethnie, de leur âge, de leur sexe ou de leur origine. Dans cette activité, les jeunes préparent une pièce de théâtre pour partager leurs histoires sur la discrimination et l'importance d'une vie paisible et d'un traitement équitable de toutes les personnes et jouent la pièce dans les écoles locales ou dans la communauté.

L'inspiration : Barefoot Theatre Zambia. Ou le droit de jouer

Vous pouvez le faire aussi! Vous voudrez peut-être communiquer avec un professeur de théâtre ou une troupe de théâtre qui peut aider à encadrer votre groupe. Passez un peu de temps en groupe à explorer comment les gens de votre communauté sont victimes de discrimination. Expliquez quelques exemples de la façon dont différents groupes de votre communauté travaillent ensemble malgré les différences. Vous voudrez peut-être penser à une histoire que vous pouvez raconter sur la façon dont les groupes communautaires travaillent ensemble pour surmonter les défis et se soutenir mutuellement. Travaillez ensemble sur votre histoire, vos personnages et vos costumes. Vous voudrez peut-être organiser une répétition générale pour vous entraîner. Pensez à l'endroit où vous pouvez programmer votre pièce, peut-être dans les écoles ou d'autres centres communautaires. Une autre possibilité consiste à mettre en scène une histoire de discrimination, puis à demander aux membres du public de se porter volontaires et d'entrer en scène pour mettre en œuvre un « changement » dans l'histoire afin d'améliorer la situation.



Pilier 5 : Se sentir plein d'espoir

Exemples de cas concrets

A) Visionner des peintures murales

L'idée : Créer des peintures murales avec les jeunes, avec le soutien d'un artiste muraliste qualifié.

L'inspiration : The Syrian Refugee Art Initiative. À travers son organisation, Artolution, l'artiste Joel Artista a travaillé avec des artistes réfugiés syriens dans le camp de réfugiés de Za'atari en Jordanie. Ensemble, ils dirigent des projets communautaires de peinture murale et de sculpture qui rassemblent les jeunes pour bâtir une communauté de jeunes artistes, créer des visions d'espoir et embellir leur communauté. <https://joelartista.com/syrian-refugees-the-zaatari-project-jordan/>

Vous pouvez le faire aussi ! Trouvez un artiste muraliste dans votre communauté qui serait prêt à travailler avec les jeunes sur un projet. Pensez à l'endroit où vous souhaitez faire la fresque et assurez-vous d'obtenir la permission. Rencontrez votre équipe de jeunes pour réfléchir à ce que vous aimeriez peindre ensemble. Obtenez votre matériel et tout soutien supplémentaire dont vous pourriez avoir besoin.



B) Récit narratif : histoires individuelles et collectives de force à travers l'adversité et l'espoir

L'idée : Développez des histoires (écrites, interprétées ou filmées) sur la façon de surmonter l'adversité et de trouver l'espoir.

L'inspiration : Storytellers Without Borders est un partenariat d'un certain nombre d'organisations qui aident les jeunes à créer des histoires sur leurs expériences de vie et à partager ces histoires à travers un film.

<http://storytellingwithoutborders.com>

Vous pouvez le faire aussi ! Décidez du support que vous souhaitez utiliser pour développer votre histoire (1) écrite ; (2) théâtre ; ou (3) un film. Identifiez un artiste local qui peut travailler avec vous pour acquérir plus de compétences dans ce domaine. Déterminez avec les jeunes s'ils souhaitent développer des histoires individuelles ou de groupe, ou les deux. Une autre option est de ne pas choisir qu'un seul support artistique, mais plusieurs ! Par exemple, Intermodal Arts in Action (<http://www.carrie->

macleod.com) encourage les jeunes à basculer avec fluidité entre les supports dans leur expression de l'espoir, c'est-à-dire de la poésie à la danse, ou de l'écriture à la photographie. Pensez aux thèmes Surmonter l'adversité et l'espoir et commencez à travailler ensemble !

C) Réalisation de Mandala et Plantation d'Espoir

L'idée : Planter des plantes ou des arbres intentionnellement et créer des mandalas basés sur la nature pour représenter nos espoirs et nos croyances.

L'inspiration : Il existe de nombreux exemples de la façon dont la création de mandalas à l'aide d'objets trouvés dans la nature tels que des fleurs, des feuilles, des graines et/ou des roches peut être une merveilleuse façon de se connecter avec le monde naturel, de se détendre et d'avoir du temps pour la réflexion spirituelle. Bien que ce ne soit pas toujours possible dans tous les environnements, en plantant un arbre ou des plantes collectivement après ce processus, nous honorons le monde qui nous entoure et pouvons dire une prière ou définir une intention - un point de départ pour votre rêve.

<https://www.boredpanda.com/flower-mandala-danmala-kathy-klein/>

Vous pouvez le faire aussi : Décidez où vous souhaitez effectuer votre installation basée sur la nature. Rassemblez vos matériaux (roches, graines, fleurs, feuilles). Assurez-vous que tout le monde dispose de suffisamment de matériel et prenez le temps de préparer vos mandalas. C'est agréable de jouer de la musique apaisante pendant que les gens créent leurs mandalas. Une fois que tout le monde a terminé, prenez le temps de regarder le mandala de chaque personne et de parler de ce que le processus a été pour vous. Enfin, ensemble, plantez un arbre ou des plantes et définissez vos intentions (celles-ci seront probablement individuelles - points de départ de votre rêve, mais peuvent aussi être des intentions collectives de groupe). Si vous n'êtes pas en mesure de planter un arbre, trouvez une sorte de représentation significative des rêves de votre groupe qui sont « plantés », peut-être en dessinant ou en peignant des arbres tout en définissant votre objectif.



Annexe 8 : Journal de réflexion des jeunes animateurs

Voici VOTRE espace personnel pour écrire, dessiner, peindre ou colorer vos pensées, vos sentiments et vos réflexions sur votre parcours. Nous avons inclus quelques questions pour vous aider à démarrer, mais n'hésitez pas à exprimer vos pensées et vos idées comme vous le souhaitez! Vous pouvez également utiliser d'autres espaces (par exemple votre appareil photo pour les photos, les enregistreurs pour enregistrer vos pensées à haute voix, les toiles pour la peinture, etc.).

Journal de Réflexion : Étapes Suivantes

C'est la fin de la première journée de l'atelier You Create. Vous avez rencontré de nombreuses nouvelles personnes et appris de nouvelles activités.

*Quelle a été votre partie préférée aujourd'hui?
Qu'est-ce qui vous a fait vous sentir bien?*

Écrivez ou dessinez vos idées ci-dessous :

.....

.....

.....

.....

Journal de Réflexion : Étapes Suivantes

Après avoir dirigé votre première activité « Exploration », réfléchissez à la façon dont cela s'est passé. Écrivez ou dessinez vos sentiments ci-dessous.

Qu'avez-vous fait qui vous a rendu vraiment fier ? Pourquoi ?

Qu'est-ce que vous pourriez améliorer la prochaine fois ?

Quelle est la chose que vous avez apprise d'un participant qui vous passionne vraiment ?

Écrivez ou dessinez vos idées ci-dessous

.....

.....

.....

.....

Journal de Réflexion : Étapes Suivantes

Après votre deuxième activité « Exploration » (si vous en dirigez plusieurs) :

*Quelle est la chose qui s'est produite pendant votre activité dont vous êtes très fier ?
Qu'est-ce qui s'est passé et que vous aimeriez modifier ou changer la prochaine fois ?
Quelle est la chose que vous avez apprise d'un participant et sur laquelle vous aimeriez vous concentrer à l'avenir ?*

Dessinez ou écrivez vos idées ci-dessous :

.....

.....

.....

.....

Journal de Réflexion : Étapes Suivantes

C'est une semaine avant votre prochaine session YouCreate!

*Comment vous sentez vous? Que s'est-il passé depuis notre dernier atelier?
Qu'aimeriez-vous partager avec le groupe?*

Dessinez ou écrivez vos idées ci-dessous :

.....

.....

.....

.....

2019
International Institute Child Rights and Development



Auteurs : Vanessa Currie, Laura Lee et Laura Wright



Recherche-action participative pour jeunes
acteurs de changement, 2019