

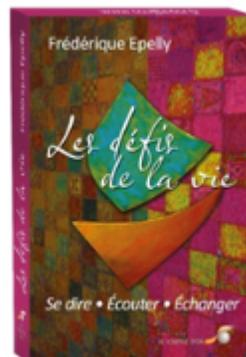
## Les défis de la vie

2015 - fiche modifiée le 13 juin 2016

### Se dire, écouter, échanger

Jeux de cartes pour s'exprimer autour d'un thème commun.

<b>Support</b>	Cartes
<b>Âge du public</b>	A partir de 12 ans
<b>Thèmes associés à cet outil</b>	Compétences psychosociales, Expression de soi
<b>Obtention</b>	Acquisition
<b>Participants</b>	De 2 à 6
<b>Prix</b>	14,50 €



PIPSa propose des pistes d'utilisation pour cet outil

### Sur l'outil

---

#### Description selon l'éditeur

#### Matériel :

36 cartes illustrées (5.8 x 8.9 cm)  
Auteur : Frédérique Epelly

#### Concept :

Ce jeu ouvre le dialogue, développe la parole et l'écoute, intensifie le lien entre les joueurs, permet d'explorer nos différences et s'en enrichir.  
De 2 à 6 joueurs.

Sur chaque carte une phrase d'introduction "donne le ton" et une question vous interroge. Vous tirez une carte au hasard, vous la lisez à haute voix, chacun s'exprime à tour de rôle. Si une carte ne vous inspire pas, passez à la suivante.

#### Conseils d'utilisation

Voir l'onglet "[Pistes d'utilisation](#)".

#### Bon à savoir

Commande [chez l'éditeur](#).

#### Où trouver l'outil

#### Chez l'éditeur :

Editions Le Souffle d'Or  
5, Allé du Torrent  
05000 - Gap  
France  
+33 (0)4 92 65 52 24 - [cdesailloud@souffledor.fr](mailto:cdesailloud@souffledor.fr)  
<http://www.souffledor.fr>

#### Dans les centres de prêt :

Centre Local de Promotion de la Santé de l'arrondissement de Verviers  
+32 (0)87 35 15 03 - [s.vilenne@clpsverviers.be](mailto:s.vilenne@clpsverviers.be)  
<https://www.clpsverviers.be/>

Centre local de promotion de la santé du Brabant wallon  
+32 (0)10 62 17 62 - [info@clps-bw.be](mailto:info@clps-bw.be)  
<http://www.clps-bw.be>  
Catalogue : <http://www.clps-bw.be/que-proposons-nous/centre-de-documentation>

Centre local de promotion de la santé de Huy-Waremme  
+32 (0)85 25 34 74 - [info@clps-hw.be](mailto:info@clps-hw.be)  
<http://www.clps-hw.be>

Centre local de promotion de la santé de Namur  
+32 (0)81 75 00 46 - [info@clpsnamur.be](mailto:info@clpsnamur.be)  
<http://www.clpsnamur.be>  
Catalogue : <http://www.clps-namur.be/documentation/>

Cultures&Santé asbl  
+32 (0)2 558 88 10 - [info@cultures-sante.be](mailto:info@cultures-sante.be)  
<http://www.cultures-sante.be>  
Catalogue : <http://www.cultures-sante.be/centre-doc/pedagotheque.html>

Centre de ressources documentaires provincial (Namur)  
+32 (0)81 77 67 29 – 77 67 99 - [anastasia@province.namur.be](mailto:anastasia@province.namur.be)  
Catalogue : <http://anastasia.province.namur.be>

Centre Local de Promotion de la Santé de Charleroi-Thuin  
071/ 33 02 29 - [secretariat@clpsct.org](mailto:secretariat@clpsct.org)  
<http://www.clpsct.org>  
Catalogue : <http://www.promotionsante.info/documentation.php>

## **Pistes d'utilisation**

---

### **Description**

*Support d'animation / expression*

*Thème : Expression de soi, compétences psychosociales*

*Support : cartes*

Se dire, écouter, échanger sur les expériences de la vie, les thématiques universelles, les rêves, la vie quotidienne, les relations, etc. Au fil des questions, chacun s'exprime autour d'un thème commun, partage ses expériences de vie, ses rêves.

### **Comment l'utiliser**

Possibilité d'utilisation en brise-glace, mais les questions ouvrent à des échanges qui peuvent prendre de l'ampleur et de la profondeur, donc du temps. A utiliser plutôt dans un groupe qui se connaît déjà un peu et qui est prêt à s'engager un peu plus dans le partage.

### **Public**

Adolescents et adultes

### **Rôle de l'animateur**

Ecoute bienveillante, empathie, non-jugement.

### **Temps d'appropriation**

Très rapide

### **En quoi il est soutenant pour la promotion de la santé ?**

Les cartes développent la parole et l'écoute, ouvrent le dialogue et intensifient les liens entre les joueurs. Elles participent donc des compétences psychosociales dont on sait qu'elles constituent un puissant antidote pour renforcer son système immunitaire émotionnel face aux aléas de la vie.

### **Temps de préparation :**



**Points forts :**

Simplicité d'utilisation, universalité des thèmes abordés.

**Sujets abordés :**

Compétences psychosociales.

**Date de l'avis :** 09 juin 2016

<https://www.pipsa.be/outils/export-2139614020/les-defis-de-la-vie.html?export>

25-04-2024 21:14