

## Conduire sa vie

2018 - fiche modifiée le 24 février 2022

Conduire sa vie est un jeu coopératif de 48 cartes qui peut être utilisé pour briser la glace ou pour approfondir notre relation aux autres et à nous-mêmes.

|                                    |  |
|------------------------------------|--|
| <b>Support</b>                     | Cartes                                     |
| <b>Âge du public</b>               | A partir de 12 ans                         |
| <b>Thèmes associés à cet outil</b> | Compétences psychosociales, Vivre ensemble |
| <b>Obtention</b>                   | Acquisition<br>En centre de prêt           |
| <b>Participants</b>                | A partir de 1                              |
| <b>Prix</b>                        | 24,00 €                                    |



PIPSa propose des pistes d'utilisation pour cet outil

### Sur l'outil

---

#### Description selon l'éditeur

#### Matériel :

- 48 cartes illustrées
- Livret de 93 pages

Auteure : Céline Cazé

=> [Extraits et vidéo](#)

#### Concept :

Jeu coopératif pour devenir acteur de sa vie, "Conduire sa vie" est un outil de communication et de connaissance de soi grâce aux miroirs que les panneaux de signalisation et les autres joueurs nous renvoient. Accessible et ludique, il fait appel à la communication bienveillante et à l'intelligence collective.

L'auteure propose 12 manières d'utiliser ce jeu : outil brise-glace, connaissance de soi, mimes, humour, élaboration d'une histoire ou de cartes supplémentaires, accompagnement de projet, création des questions pour les autres, jeux de société, connaissance des panneaux de la circulation...

#### Conseils d'utilisation

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

#### Bon à savoir

Pour commander cet outil : [adressez-vous à 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 Mons-Soignies

+32 (0)64 84 25 25 - [clps.documentation@yahoo.com](mailto:clps.documentation@yahoo.com)

<http://www.clps-mons-soignies.be/centre-doc>

Centre local de promotion de la santé en province de Luxembourg

+32 (0)84 31 05 04 - [clps.lux@skynet.be](mailto:clps.lux@skynet.be)

<http://www.clps-lux.be>

Catalogue : <http://bit.ly/1AfCwMD>

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/>

### Pistes d'utilisation

---

#### Support d'animation / expression

*Thème : Connaissance de soi, relations interpersonnelles, compétences psychosociales*

*Support : cartes*

#### Description

Le jeu est constitué de 48 cartes réparties en 6 catégories : interdiction, direction, carrefour, intersection, vigilance et indication. Il utilise l'analogie des signaux routiers pour poser des questions aux joueurs :

- Signal « limitation vitesse à 50km/h » => pourquoi être patient.e ? Illustrez-le par une situation vécue dernièrement.

- Signal « interdiction de tourner à droite » => comment je vis les limitations de mes possibilités d'action ? Illustrez-le par une situation vécue dernièrement.

- Signal « route glissante » => comment rester confiant quand les conditions extérieures se dégradent ?

- Signal « route prioritaire » => quelles sont mes priorités dans la vie ? Illustrez..

- Signal « stop » => ai-je la capacité de m'arrêter au bon moment ? Pourquoi ? Illustrez...

Le concepteur propose aussi, carte par carte, des questions supplémentaires pour approfondir la thématique. Par exemple, pour « route prioritaire » : Quelle énergie m'anime ? Qu'est-ce que j'aime faire par-dessus tout ? Qu'est-ce qui m'épanouit, libère mon potentiel ? Comment je m'y prends pour protéger ce qui me tient le plus à cœur ?

#### Comment l'utiliser

De soi à soi, pour faire le point ; avec d'autres pour le plaisir de la découverte et de l'échange, en brise-glace pour aider à parler de soi.

#### Public

Adultes et grands adolescents

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

Pour favoriser l'auto-exploration, l'expression de soi et la connaissance de chacun

#### Temps de préparation :



#### Points forts :

Facilité d'utilisation, nombreux usages possibles

**Sujets abordés :**

Compétences psychosociales, expression de soi, connaissance soi, développement personnel

**Date de l'avis :** 24 février 2022

<https://www.pipsa.be/outils/export-2139614223/conduire-sa-vie.html?export>

19-04-2024 22:43