



PIPSa

Pédagogie Interactive en Promotion de la Santé

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.

Support	Cartes
Âge du public	A partir de 12 ans
Thèmes associés à cet outil	Compétences psychosociales, Vivre ensemble
Obtention	Acquisition En centre de prêt
Participants	A partir de 1
Prix	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

<http://www.souffledor.fr>

Dans les centres de prêt :

Centre verviétois de promotion de la santé

+32 (0)87 35 15 03 - s.vilenne@cvps.be

<http://www.cvps.be>

Catalogue : <http://www.cvps.be/index.php/le-centre-de-documentation>

Centre local de promotion de la santé du Brabant wallon

+32 (0)10 62 17 62 - 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

<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

<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

<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>

30-11-2023 18:48