

LES
GUIDES
LA VIE EN VRAI



EVRAS
en acción

Sommaire

L'EVRAS	4
C'est quoi l'EVRAS ?	4
L'EVRAS et les organisations de jeunesse.....	5
L'EVRAS chez les Guides	6
La posture des Guides.....	6
Définition de l'EVRAS chez les Guides	6
Les thématiques de l'EVRAS chez les Guides.....	6
Un engagement partagé à tous les niveaux.....	8
Mode d'emploi	10
Objectifs assumés.....	10
Une organisation claire et visuelle.....	10
Comment utiliser cet outil ?	12
Un outil au service de l'animation	12
Sentiments et émotions	13
Fiche Infos.....	15
Fiche Repères.....	17
Activités de sensibilisation	19
Relations interpersonnelles	29
Fiche Infos.....	31
Fiche Repères.....	33
Activités de sensibilisation	35
Corps et changements physiques	43
Fiche Infos.....	45
Fiche Repères.....	47
Activités de sensibilisation	49
Influence des valeurs, cultures, société et droits	61
Fiche Infos.....	63
Fiche Repères.....	65
Activités de sensibilisation	67
Identité de genre, expression de genre et attirances	79
Fiche Infos.....	81
Fiche Repères.....	83
Activités de sensibilisation	85





32^e LCI - Ans

Sexualité, comportements sexuels et santé reproductive	99
Fiche Infos.....	101
Fiche Repères.....	103
Activités de sensibilisation	105
Violences	117
Fiche Infos.....	119
Fiche Repères.....	121
Activités de sensibilisation	123
Consentement	131
Fiche Infos.....	133
Fiche Repères.....	135
Activités de sensibilisation	137
Lexique	145
Cadre légal autour de la sexualité	149
La Loi belge fait des différences en fonction de l'âge....	149
Notion de consentement	150
Les infractions.....	150
Quels sont les risques en cas d'infraction ?.....	152
Personnes et associations à contacter en Belgique	153
Bibliographie	153

Photo de couverture : 6^e HC - Soignies
Photo de 4^e de couverture : 20^e HE - Trazegnies

C'est quoi l'EVRAS ?

« L'éducation à la vie relationnelle, affective et sexuelle est un processus éducatif qui implique notamment une réflexion en vue d'accroître les aptitudes des jeunes à opérer des choix éclairés favorisant l'épanouissement de leur vie relationnelle, affective et sexuelle et le respect de soi et des autres. Il s'agit d'accompagner chaque jeune vers l'âge adulte selon une approche globale dans laquelle la sexualité est entendue au sens large et inclut notamment les dimensions relationnelle, affective, sociale, culturelle, philosophique et éthique. L'EVRAS se fonde sur des valeurs de respect, d'égalité, d'accueil des différences et d'ouverture à l'autre. Elles visent à apporter une information fiable, objective, et à participer à la déconstruction des stéréotypes ainsi qu'au développement de l'esprit critique. Elles ont pour finalité d'aider les jeunes à construire leur identité, à assurer la protection de leurs droits, à considérer l'impact de leurs choix sur leur bien-être et celui des autres, et à prendre des décisions éclairées tout au long de leur vie. [...]

Les activités EVRAS sont prioritairement centrées, en fonction de l'âge et de la maturité psychoaffective des jeunes, sur les thématiques suivantes :

- les sentiments et les émotions [...];
- les relations interpersonnelles [...];
- le corps et le développement humain [...];
- les valeurs, les cultures, la société, les droits et les sexualités [...];
- l'identité de genre, les expressions de genre, les orientations sexuelles et les discriminations des personnes LGBTQIA+ [...];
- la sexualité et les comportements sexuels [...];
- les violences [...];
- la santé sexuelle et reproductive [...];

Ces thématiques sont communes à l'EVRAS en milieu scolaire et dans les secteurs de la jeunesse et de l'aide à la jeunesse. En tant qu'outil de référence, le "Guide pour l'EVRAS" intègre ces thématiques et contenus. »¹

¹ Communauté française. (2023, 7 septembre). *Décret portant assentiment à l'accord de coopération du 7 juillet 2023 entre la Communauté française, la Région wallonne et la Commission communautaire française relatif à la généralisation de l'éducation à la vie relationnelle, affective et sexuelle* (Décret n° 51714). [PDF]. Moniteur belge, 20 décembre 2023. Extrait de <https://tr.ee/FmDj0D>

Nous pourrions définir la vie relationnelle, affective et sexuelle comme ceci :

- **vie relationnelle** : l'ensemble des interactions et des relations qu'une personne entretient avec les autres ;
- **vie affective** : tout ce qui touche aux émotions, aux sentiments, aux liens affectifs et à la sensibilité personnelle ;
- **vie sexuelle** : l'ensemble des aspects liés à la sexualité, incluant les phénomènes sexuels observables dans le monde vivant.

Ces définitions s'appuient sur des sources officielles et générales, que nous avons adaptées pour définir ensuite concrètement ce que recouvre l'EVRAS au sein des Guides.

L'EVRAS et les organisations de jeunesse

Chez les Guides, nous croyons qu'éduquer, c'est aussi parler de vie relationnelle, affective et sexuelle.

Complémentaire de la famille et de l'école, notre Mouvement fait partie de cette grande chaîne éducative, impliquée et concernée par l'EVRAS, qui accompagne les jeunes vers plus d'autonomie et de respect :

« **Les objectifs de l'éducation à la vie relationnelle, affective et sexuelle (EVRAS) s'inscrivent en parfaite cohérence avec les politiques de jeunesse qui visent à outiller les jeunes pour en faire des Citoyens Responsables, Critiques, Actifs et Solidaires.** Une vie émancipée pour les jeunes filles et les jeunes garçons passe aussi par une maîtrise et une compréhension critique de la contraception, de la capacité à pouvoir parler de la sexualité de manière ouverte et sans tabou et de vivre des formes de sexualité minoritaires pour autant que celles-ci soient consenties et pratiquées dans le respect de l'autre. »²

L'EVRAS est déjà portée par de nombreux acteurs, dont la famille, l'école, les centres PMS ou encore les centres de planning familial. Notre rôle est d'y contribuer à notre manière : avec notre pédagogie, notre sensibilité, nos outils et en sachant orienter si nécessaire vers des ressources ou des services appropriés.

Il est donc essentiel dans notre engagement que les Animateurs et les autres encadrants de notre Mouvement soient sensibilisés et outillés pour soutenir au mieux les jeunes.

² Communauté française – Service de la Jeunesse. (2020). *Brochure EVRAS 2020*. [PDF]. Extrait de <https://tr.ee/PfMA8G>

L'EVRAS **chez les Guides**

La posture des Guides

- Nous ne sommes pas des spécialistes de l'EVRAS et ce n'est pas notre rôle de le devenir.
- Nous voulons **sensibiliser, former et équiper** nos Staffs pour accompagner les jeunes, **dans un cadre bienveillant et sécurisant**.
- Nous encourageons nos membres à reconnaître les limites de leur rôle, et à **passer le relai** à des professionnels quand la situation l'exige.

Définition de l'EVRAS chez les Guides

Chez les Guides, l'EVRAS (éducation à la vie relationnelle, affective et sexuelle) accompagne jeunes et adultes dans leur construction personnelle et le respect d'autrui. Elle s'intègre dans nos activités et Formations et ouvre des espaces de dialogue bienveillants pour parler émotions, relations, identité, consentement, sexualité, stéréotypes ou encore violences. Elle permet de grandir en confiance, de s'épanouir et de développer un regard critique et respectueux sur soi et sur les autres.

Conscients que certaines situations dépassent le rôle des équipes d'animation, nous les encourageons à faire appel aux ressources internes ou externes pour un accompagnement adapté.

Les thématiques de l'EVRAS chez les Guides

Nous avons croisé les thématiques de l'UNESCO et celles du *Guide pour l'EVRAS* afin de définir des sujets spécifiques à notre Mouvement. Il en résulte les huit axes suivants, détaillés dans cet outil.

Les sentiments et les émotions

Cette thématique permet de reconnaître, comprendre et exprimer ses émotions et ses sentiments, ainsi qu'identifier et comprendre ceux des autres.

Elle favorise le développement de l'empathie, de l'estime de soi et de la régulation émotionnelle.

Les relations interpersonnelles

Cette thématique traite de la manière dont les personnes interagissent entre elles : amitiés, relations familiales, amoureuses ou sociales.

Elle vise à développer des compétences relationnelles basées sur le respect, l'écoute, l'empathie et le consentement.

Le corps et les changements physiques

Cette thématique concerne les transformations physiques et physiologiques du corps tout au long de la vie, en particulier pendant l'enfance et l'adolescence.

Elle permet de mieux comprendre son corps, ses changements, et d'en parler sans tabou, dans le respect et la bienveillance.

L'influence des valeurs, des cultures, de la société et des droits

Cette thématique aborde la façon dont les normes, les valeurs, les droits, les croyances et les traditions sociales, religieuses et culturelles influencent notre manière de vivre nos relations, notre identité et notre sexualité.

Elle invite à développer un regard critique et à promouvoir le respect des droits de tout le monde.

L'identité de genre, les expressions de genre et les attirances

Cette thématique explore comment une personne se ressent et se définit quant à son genre, comment elle l'exprime à travers son apparence ou son comportement, et vers qui elle ressent ou non une attirance romantique et/ou sexuelle.

Elle permet de comprendre, respecter et exprimer son identité, son expression de genre et ses attirances, ainsi que celles des autres, dans un climat bienveillant.

La sexualité, les comportements sexuels et la santé reproductive

Cette thématique invite à parler de sexualité dans ses dimensions physiques, affectives et relationnelles.

Elle donne des repères pour comprendre son corps, s'informer sur la santé sexuelle et reproductive (contraception, prévention des IST, grossesse) et aborder la sexualité et le plaisir sans tabou ni stéréotype. L'objectif est de permettre de faire des choix libres, éclairés et respectueux de soi et des autres.

Les violences

Cette thématique traite des différentes formes de violences (physiques, psychologiques, sexuelles, verbales, etc.).

Elle vise à outiller tout le monde à les reconnaître et à en comprendre les mécanismes pour pouvoir les prévenir, les identifier et réagir de manière appropriée.

Le consentement

Cette thématique aborde l'accord libre, éclairé, enthousiaste et réciproque qui est une condition indispensable à chaque comportement intime dans tout type de relation.

Elle vise à développer le respect de soi et des autres, l'acceptation du « non », la conscience de ses limites et leur expression, et à encourager des comportements responsables et bienveillants.

Un engagement partagé à tous les niveaux

Ce document s'adresse à tous les adultes du Mouvement et s'accompagne d'outils concrets – formations, ressources, contacts, supports pédagogiques – pensés pour s'adapter aux réalités et aux besoins de chaque tranche d'âge.

En ce qui concerne le Mouvement, notre mission première est de garantir un cadre bienveillant et sécurisant pour aborder l'EVRAS. Pour y parvenir, notre rôle sera de :

- nous former à la thématique ;
- transmettre ces connaissances aux Staffs et leur fournir des outils pratiques et adaptés ;
- veiller à identifier des personnes-ressources, tant en interne qu'en externe ;
- informer sur les aspects légaux et les démarches à suivre en cas de problème.

Sur le terrain, les équipes d'animation et de soutien incarnent cet engagement et sont attentives à :

- être à l'écoute et disponibles pour les jeunes ;
- créer un climat de confiance et promouvoir le respect et la tolérance ;
- offrir un espace sécurisant où tout le monde peut construire son identité ;
- orienter vers des structures compétentes et spécialisées si nécessaire ;
- veiller au respect du cadre légal ;
- maintenir un lien constructif avec les autres acteurs éducatifs qui entourent chaque jeune.

Cette note fixe **notre vision et notre posture** en matière d'éducation à la vie relationnelle, affective et sexuelle au sein des Guides. Elle exprime nos valeurs, nos responsabilités et nos limites.

Toutefois, elle ne prétend pas couvrir toutes les situations concrètes que peuvent rencontrer les Staffs sur le terrain. C'est pourquoi elle fait partie de l'**outil EVRAS en action**, composé de fiches thématiques, de fiches repères et de fiches d'animation.

Dans ces fiches, chaque thématique est détaillée avec :

- des **repères pédagogiques** adaptés à la réalité du Guidisme ;
- des **activités concrètes** pour aborder les sujets avec les enfants et les jeunes ;
- et surtout, une section « **Au-delà de ton rôle d'animation** », qui précise clairement les limites dans l'animation et les situations qui nécessitent de passer le relai à d'autres acteurs spécialisés.

Enfin, cette note et ces outils sont intégrés à nos Formations et diffusés dans nos supports pédagogiques afin que chaque adulte du Mouvement puisse se sentir à la fois soutenu, outillé et rassuré dans son rôle.

Cette note d'intention est inspirée de l'outil *Pas trop Tabou* créé par la Fédération Nationale des Patros.

EVRAS en action :

mode d'emploi

Objectifs assumés

EVRAS en action est une boîte à outils, pédagogique et pratique, destinée à te soutenir dans la préparation et l'animation de temps EVRAS.

Ce fichier rassemble, pour chaque thématique, des informations essentielles, des repères éducatifs concrets et des activités clé en main, afin de t'aider à :

- animer des temps EVRAS structurés, sécurisants et bienveillants ;
- mieux comprendre ce qui se joue, à chaque âge, sur le plan relationnel, affectif et social ;
- adopter une posture juste, en respectant le cadre EVRAS et les limites de ton rôle.

Une organisation claire et visuelle

L'outil est structuré autour de huit thématiques EVRAS, identifiables par une couleur spécifique.

1. **Sentiments et émotions**

2. **Relations interpersonnelles**

3. **Corps et changements physiques**

4. **Influence des valeurs, cultures, société et droits**

5. **Identité de genre, expression de genre et attirances**

6. **Sexualité, comportements sexuels et santé reproductive**

7. **Violences**

8. **Consentement**

Cette organisation permet de se repérer rapidement, aussi bien pour préparer une animation que pour trouver des repères face à une situation vécue dans le Groupe.

Chaque thématique EVRAS est ensuite déclinée en **trois types de fiches complémentaires**.



La fiche Infos

La fiche Infos pose le cadre général de la thématique. Elle te permet de comprendre les enjeux avant d'entrer dans l'animation.

Tu y trouveras :

- une présentation synthétique de la thématique ;
- des éléments sur où et comment cela se joue en animation ;
- des repères sur la posture à adopter et des points de vigilance à avoir ;
- une clarification des limites de ton rôle d'Animateur ;
- des ressources pour aller plus loin.



La fiche Repères

La fiche Repères t'aide à adapter ton regard et tes réactions selon le Groupe que tu animes (Nutons, Lutins, Aventures ou Horizons).

Pour chaque tranche d'âge, elle s'articule autour de trois axes :

- **un signal** : une situation, un comportement ou une parole observée dans le Groupe ;
- **une clé** : une lecture de ce signal en lien avec le développement de l'enfant ;
- **un geste** : un exemple de réaction ou d'action éducative à mener.



Les fiches Activités de sensibilisation

Chaque thématique comprend **quatre fiches Activités**, une par tranche d'âge.

Chaque fiche Activité est **clé en main** et comprend :

- l'objectif de l'activité ;
- le timing ;
- le matériel nécessaire ;
- le déroulement complet ;
- des conseils de posture ;
- des points de vigilance ;
- une variante ou adaptation possible.

Comment utiliser cet outil ?

L'outil **EVRAS en action** peut être utilisé :

- en préparation d'animation, comme source d'inspiration, pour sensibiliser tes Animés à ces thématiques ;
- comme soutien face à une situation vécue ;
- comme repère commun au sein de ton Staff.

Un outil au service de l'animation

Cet outil ne remplace ni la formation ni l'expérience de terrain. Il constitue un **appui concret** pour aider chaque Animateur à faire vivre l'EVRAS avec sens, cohérence et bienveillance, dans le respect du cadre Guide.

Sentiments et émotions

Présentation synthétique

Les émotions traversent toutes les activités du quotidien : joie, peur, tristesse, colère, honte... Chez les enfants et les adolescents, elles peuvent s'exprimer intensément ou à travers des comportements inattendus. Aider les jeunes à reconnaître, nommer et gérer leurs émotions, c'est renforcer leur bien-être et leur capacité à vivre ensemble sereinement.

Où et comment ça se joue en animation

- Dans un jeu compétitif (victoire écrasante, défaite mal vécue)
- Après une dispute, une mise à l'écart, un conflit dans le groupe
- Lors d'un événement inattendu (une journée ou un invité surprise, un changement d'habitudes, une gestion d'une crise, etc.)
- Lors des moments de fatigue, d'attente ou d'ennui
- Quand un jeune se referme ou explose sans raison apparente
- Pendant un camp : nostalgie, stress, peur de la séparation...
- Pour la satisfaction d'avoir atteint un objectif ou acquis de nouvelles compétences

Posture et vigilance du Staff

- **Accueillir** les émotions sans les minimiser (« Ça va passer ») ni les nier (« Arrête de pleurer »)
- **Aider l'Animé à mettre des mots** sur ses émotions : « Est-ce que ce que tu ressens, c'est de la frustration ? », « J'ai l'impression que tu es inquiet, je me trompe ? »
- **Proposer des moyens d'expression** adaptés : parole, dessin, écriture, mouvement
- **Se rendre disponible pour un temps individuel** avec la personne en surcharge émotionnelle
- **Valoriser les émotions positives** (joie, fierté, gratitude) pour renforcer la confiance en soi

À retenir

Les émotions ne sont jamais un problème en soi : elles sont un **signal**. Le rôle du Staff est de les reconnaître, de les accueillir et de poser un cadre sécurisant.

Au-delà de ton rôle d'animation

Certaines situations dépassent le cadre de l'animation. Dans ces cas-là, **passer le relai fait partie de ta responsabilité** et constitue déjà une action à part entière.

Il est nécessaire de solliciter un relai lorsque tu es face à :

- une souffrance émotionnelle intense ou durable qui affecte la vie quotidienne ;
- des troubles psychologiques avérés (anxiété sévère, dépression, crises répétées) ;
- des comportements à risque (automutilation, idées suicidaires).

Dans ces cas, oriente la personne concernée vers un **Chef d'Unité, la Cellule de Crise, ou des professionnels externes** (médical, psychosocial, juridique) selon la situation (voir liste p. 152).

Passer le relai, ce n'est ni abandonner ni échouer : c'est **agir à ton niveau**, protéger les jeunes et respecter le cadre de ton rôle.

Rappel du cadre

Les adultes du Mouvement (Animateurs, Chefs d'Unité, Cadres de Région, Cadres de Formation, membres de l'Équipe Fédérale, personnes-ressources de la Cellule de Crise, permanents du Carrick) **ne sont pas des professionnels de l'ÉVRAS.**

Il n'est pas attendu de leur part d'être des experts en la matière, mais bien de **se tourner vers les professionnels, associations extérieures ou partenaires spécifiques** quand une situation dépasse les moyens internes au Mouvement.

La liste de ces ressources extérieures se trouve en page 152 de cet outil.

Ressources pour aller plus loin

- Dossier *Cultive le bien-être dans ton Groupe* – Les Guides
- Jeu de cartes *Guid'Émoi* – Les Guides
- Callebaut, M. (2018). *Les émotions au service du développement des compétences psychosociales* [Mémoire de master, Université du Mans]. Extrait de <https://tr.ee/s6LGJX>
- *L'expression des besoins*. (2015). FCPPF.
- *Le langage des émotions*. (2019). FCPPF.
- Naître et grandir. (2023, mai). *Les émotions de nos enfants* [Dossier web]. Extrait de <https://naitreetgrandir.com/fr/dossier/emotions-de-nos-enfants/>



Nutons (5-7 ans)

Un signal : Un Nuton se plaint de ne pas avoir d'ami dans la Chaumière et d'être malheureux. Les autres Nutons expriment avoir peur de sa violence et de sa rapidité à s'énerver.

Une clé : À cet âge, les émotions sont parfois difficiles à gérer et les conflits peuvent facilement exclure un enfant. Comprendre qu'un Nuton a besoin d'aide pour apprendre à exprimer sa colère autrement est essentiel pour préserver son inclusion et apaiser le Groupe.

Un geste : Aménager un espace où les Nutons peuvent venir canaliser leur colère. Organiser des jeux coopératifs en petits groupes avec des rôles tournants, pour aider à canaliser la colère, renforcer les liens positifs, et favoriser l'inclusion dans la Chaumière.

Lutins (7-11 ans)

Un signal : Un Lutin explose de rire dans une situation inappropriée (quelqu'un se blesse, un moment solennel), ou fait semblant d'aller bien alors que son comportement dit le contraire.

Une clé : C'est l'âge des premiers décalages entre le ressenti et l'expression réelle. Les enfants apprennent à masquer, ou à détourner leurs émotions pour se protéger ou plaire au groupe.

Un geste : Introduire une activité d'expression indirecte, comme dessiner son « émotion du jour » avec des couleurs ou des formes, puis expliquer ou garder pour soi. Offrir la possibilité de ne pas verbaliser, mais de montrer.

Aventures (11-15 ans)

Un signal : Un jeune manque d'énergie ou s'isole du Groupe sans raison évidente, notamment lors des moments habituellement fédérateurs.

Une clé : À cet âge, les émotions deviennent plus intérieures et complexes. Le repli ou la fatigue peuvent masquer un mal-être passager ou persistant, un besoin d'espace ou des tensions invisibles. Forcer le contact peut aggraver ce retrait.

Un geste : Aménager un coin calme ou un moment « off » dans la journée. Proposer aux jeunes de s'y rendre librement sans justification. Laisser une feuille ou un carnet où l'on peut écrire ou dessiner sans avoir à expliquer.

Horizons (15-17 ans)

Un signal : Un jeune détourne systématiquement les discussions sur les ressentis (« C'est pour les bébés »), ou ironise chaque moment d'émotion du groupe.

Une clé : L'autoprotection émotionnelle est fréquente à cet âge. Le groupe peut être un espace d'expression... ou un lieu de retrait si la vulnérabilité est perçue comme une faiblesse.

Un geste : Aborder les émotions par des formes détournées : débat sur une chanson ou un film qui parle de rupture, colère, injustice ; ou une activité où chacun écrit une émotion vécue sans dire laquelle est à lui.

Rappel du cadre

Ces repères donnent des pistes concrètes dans ton rôle d'animation.

Si tu observes une souffrance émotionnelle intense ou durable (dépression, automutilation, idées suicidaires...), oriente-toi vers ton Chef d'Unité, ton Cadre de Région ou la Cellule de Crise.

Certaines situations nécessitent de passer le relai à des professionnels de santé ou des associations spécialisées.



Titre de l'activité	Mon cœur a des couleurs
Objectif de l'activité	Reconnaitre et nommer des émotions simples (joie, tristesse, colère) et comprendre qu'il est normal d'en ressentir.
Durée	30 à 40 minutes
Matériel nécessaire	<ul style="list-style-type: none"> • Cartes <i>Guid'Émoi</i> ou images représentant des émotions (visages, couleurs, etc.) • Mascotte du Groupe ou marionnette • Petits objets ou peluches pour illustrer les émotions • Boite • Cœurs à colorier • Crayons, pastels ou feutres
Déroulement	
<p>1. Accueil et mise en confiance (5 min) Le Groupe s'installe en cercle, avec une peluche ou marionnette. Celle-ci a besoin d'aide pour comprendre ce qu'elle ressent. « Chichi le Nuton (ou la mascotte) est tout bizarre aujourd'hui... Il a le cœur qui fait des vagues. Pouvez-vous l'aider à comprendre ce qu'il ressent ? »</p> <p>2. Le jeu des émotions (10 min) Présente aux enfants des cartes ou des images : <ul style="list-style-type: none"> • un visage qui sourit → joie ; • un visage qui pleure → tristesse ; • un visage qui fronce les sourcils → colère. Demande-leur : « Quand tu es comme ça, que s'est-il passé ? Est-ce que ça t'est déjà arrivé ? » Tu peux aussi faire mimer les émotions ou les associer à des couleurs : jaune pour la joie, bleu pour la tristesse, rouge pour la colère, etc.</p> <p>3. Coloriage de son cœur (10 min) Chaque enfant reçoit une feuille avec un cœur. Il le colorie selon ce qu'il ressent aujourd'hui : « Si ton cœur est joyeux, quelle couleur choisis-tu ? Et s'il est triste ? » Ils peuvent aussi ajouter des petits mots ou dessins.</p>	

4. La boîte à émotions (10 min)

Dépose les objets pour illustrer les émotions dans une boîte. Chacun à son tour, les enfants tirent un objet ou une carte de la boîte et les autres devinent l'émotion associée :

- une plume → douceur, joie ;
- un mouchoir → tristesse ;
- un petit tambour → colère.

Ouvre la discussion : « Est-ce que tu as déjà ressenti ça ? Qu'est-ce que tu fais quand tu es en colère ? »

Posture de l'Animateur

Attitudes et formulations à privilégier	<ul style="list-style-type: none">• Valider les ressentis : « C'est normal d'être triste parfois. »• Utiliser des mots simples et concrets : « Tu ressens de la colère, tu peux le dire. »• Encourager l'expression libre : « Tu peux dessiner, parler, ou juste écouter. »
Points de vigilance	<ul style="list-style-type: none">• éviter de juger une émotion comme mauvaise : « Il ne faut pas être en colère. »• Ne pas minimiser les émotions

Variante ou adaptation

Chichi le Nuton (ou la mascotte) peut être une aide pour les enfants qui ont des difficultés à exprimer leurs émotions. Pense à faire appel à lui à d'autres moments lors des camps ou des réunions.



Titre de l'activité	Les petits signaux à l'intérieur
Objectif de l'activité	Comprendre la différence entre besoins et émotions et les exprimer.
Durée	45 à 60 minutes (ou en deux séances)
Matériel nécessaire	<ul style="list-style-type: none">• Cartes <i>Guid'Émoi</i>• Petits objets sensoriels (plume, pierre, tissu doux, feutrine, etc.)• Silhouettes en papier• Crayons, feutres, pastels• Musique douce ou sons de la nature
Déroulement	
<p>Cette activité peut se faire en petits groupes si tu le souhaites.</p> <p>1. Rituel d'entrée sensoriel (5 min) Chaque enfant choisit un objet sensoriel et le garde avec lui. Ensemble, respirez calmement et écoutez un son doux, comme l'écoulement d'une rivière, une musique calme ou le bruissement de feuilles. Demande aux enfants : « Comment te sens-tu dans ton corps ? Est-ce que cet objet t'apporte du réconfort, te fait du bien ? »</p> <p>2. Exploration des émotions (15 min) Présente les cartes émotions <i>Guid'Émoi</i> aux enfants et propose à chaque Lutin de choisir une émotion qu'il a ressentie récemment et dont il a envie de parler. Rassemble-les autour des cartes sensations et pose-leur la question : « Où ressens-tu cette émotion dans ton corps ? Est-ce qu'elle est légère, lourde, rapide, lente, piquante ? » Invite-les à représenter leur émotion dans la silhouette.</p>	

3. Ma voix, mes besoins (15 min)

Introduis les cartes besoins : « Quand tu ressens ça, de quoi as-tu besoin ? »

Les enfants associent une émotion à un besoin.

Exemples

- Tristesse + réconfort
- Tristesse + isolement
- Colère + reconnaissance
- Colère + justice
- Joie + besoin de partager

4. Exprimer avec des mots (15 min)

Propose des phrases modèles :

- « Je ressens... parce que j'ai besoin de... »
- « Quand je suis triste, j'ai besoin de... »
- « Quand je suis en colère, j'aimerais... »

Les Lutins peuvent écrire ou dire une phrase qui leur correspond.

Crée une « boîte à phrases » pour les moments où les Lutins auraient du mal à s'exprimer.

Posture de l'Animateur

Attitudes et formulations à privilégier

- Laisser de l'espace au silence et à l'expression non verbale
- Encourager la nuance : « Tu peux ressentir plusieurs choses en même temps. », « Tu peux avoir la même émotion que ton copain mais pas le même besoin derrière. »

Points de vigilance

- S'abstenir de juger une émotion comme « bonne » ou « mauvaise »
- Éviter de réagir trop vite avec une solution

Variante ou adaptation

Propose aux enfants de choisir la carte qui représente au mieux leur émotion du moment ou la sensation qu'ils ressentent à l'instant.



Titre de l'activité	Moi, en vrai
Objectif de l'activité	Aborder les quatre domaines de l'estime de soi pour la développer.
Durée	70 minutes
Matériel nécessaire	<ul style="list-style-type: none">• Quatre affiches ou coins thématiques (identité, confiance et sécurité, compétences, appartenance) comprenant des questions• Feuilles, stylos, feutres• Post-it ou gommettes• Un carnet personnel ou une enveloppe
Déroulement	
<p>1. Introduction (15 min) Le Staff raconte une petite histoire ou propose une métaphore : « Imagine que tu as un sac à dos invisible. Dedans, il y a ce que tu penses de toi, ce que tu ressens quand tu réussis ou quand tu rates, ce que tu crois que les autres pensent de toi... Ce sac, c'est ton estime de toi. » Pose des questions ouvertes, à réfléchir seul ou à discuter en petit groupe :</p> <ul style="list-style-type: none">• « Est-ce que tu te sens bien avec toi-même en ce moment ? »• « Qu'est-ce que tu trouves chouette chez toi ? »• « Quand tu fais une erreur, comment tu te parles ? »• « Est-ce que tu te compares souvent aux autres ? » <p>Propose aux jeunes de noter une réponse dans leur carnet ou sur un papier, sans obligation de partage.</p>	
<p>2. Les quatre piliers de l'estime de soi (5 min) Présente les quatre piliers qui fonde l'estime de soi de manière simple et imagée.</p> <p>Le sentiment d'identité : Dans la perception de notre propre identité, chacun inclut ses valeurs personnelles, ses forces et ses faiblesses, ses talents et ses émotions. Nous pouvons avoir une image positive ou pas de ce que nous sommes. Cette image se forme notamment au contact des autres et par les retours que nous recevons, en nous comparant aux autres et en identifiant nos différences.</p>	

Le sentiment de confiance et de sécurité : Pour nous sentir en sécurité, nous avons besoin de connaître nos limites personnelles, celles qui nous sont imposées et ce qu'on attend de nous. Plus nous nous sentons en sécurité, plus nous pouvons accorder notre confiance à l'autre.

Le sentiment d'appartenance : Nous avons tous besoin de sentir que nous sommes reconnus et acceptés par un groupe, tel que nous sommes. Les moments à partager tous ensemble favorisent la cohésion et le sentiment d'appartenance.

Le sentiment de compétence : Le sentiment de compétence s'alimente du souvenir des expériences de réussite ou d'échecs que nous avons déjà vécu. Ce sentiment d'efficacité et de compétence est le moteur de la motivation à poursuivre des buts personnels, à relever des défis, d'aller au bout de nous-mêmes.

Propose aux Aventures d'illustrer chaque domaine avec une couleur, un symbole ou une image.

3. Parcours en quatre coins (30 min)

Les jeunes circulent entre quatre coins ou affiches, chacun dédié à un domaine. Pour chacun de celui-ci, ils écrivent ou dessinent dans leur carnet personnel ou sur des post-it le fruit de leur réflexion.

Sentiment d'identité : « Comment je me vois ? » ; « Comment les autres me voient ? » ; « Qu'est-ce que j'aime chez moi, même un tout petit peu ? » ; « Quelles sont mes valeurs personnelles ? » ; « Quelles sont mes forces ? » ; « Comment je me décrirais en trois mots ? »

Sentiment de confiance et de sécurité : « Quand est-ce que je me sens en sécurité ? Avec qui ? » ; « Avec qui est-ce que je me sens en confiance ? » ; « Dans quel contexte, suis-je à l'aise ? » ; « Quand ai-je la possibilité d'essayer et de faire des erreurs ? »

Sentiment de compétence : « Qu'est-ce que j'ose faire ? » ; « Qu'est-ce qui me fait peur, mais que j'aimerais essayer ? » ; « Quand est-ce que je me sens capable ? » ; « Dans quel domaine est-ce que je me sens vraiment à l'aise ? »

Sentiment d'appartenance : « Est-ce que je fais partie d'un groupe ? » ; « Quel rôle est-ce que j'y joue ? » ; « Suis-je reconnu et accepté dans celui-ci, tel que je suis ? »

4. Temps de partage (15 min)

De retour en grand groupe et sur base volontaire, les jeunes peuvent partager une phrase, un mot ou un dessin. Le Staff s'assure de valoriser les différences et les points communs.



5. Conclusion : « Je suis en chemin » (10 min)

Propose une phrase à compléter : « Aujourd'hui, j'ai compris que... » ; « Je veux prendre soin de... » ; « J'éprouve de la fierté pour... »

Un moment de partage est proposé et ceux qui le souhaitent écrivent des pistes d'action à garder ou des choses à changer pour favoriser l'estime de soi.

Les jeunes peuvent garder leur carnet ou leur enveloppe comme un espace intime.


Posture de l'Animateur

Attitudes et formulations à privilégier	<ul style="list-style-type: none">• Créer un climat de sécurité : rappeler que tout ce qui est dit peut rester confidentiel• Valoriser la diversité des ressentis et l'authenticité : il n'y a pas de bonne ou mauvaise façon de se sentir• Reformuler avec bienveillance : « Tu as le droit de te sentir comme ça. »
Points de vigilance	<ul style="list-style-type: none">• Ne pas forcer à partager• Éviter de comparer les réponses ou minimiser les ressentis

Variante ou adaptation

Proposer l'activité avec un vrai sac à dos : quand les jeunes écrivent des réponses aux questions ouvertes, ils les mettent dans leur sac avec un caillou de la taille correspondant à l'importance du sujet pour eux. Plus tard, lors du partage, ils peuvent retirer la pierre et la remplacer par une plume s'ils estiment avoir trouvé des pistes de solution ou qu'ils sont rassurés. Ils sentent alors vraiment leur dos s'alléger.



Titre de l'activité	Et toi, comment tu vas vraiment ?
Objectif de l'activité	Développer son empathie dans la relation aux autres / lien avec le Groupe.
Durée	60 à 75 minutes
Matériel nécessaire	<ul style="list-style-type: none">• Cartes <i>Guid'Émoi</i> ou des cartes « émotions » variées et nuancées : frustration, fierté, solitude, enthousiasme, etc.• Cartes « situations » : vécus relationnels, conflits, moments de joie, etc. (annexes à télécharger sur la page Guides.be/evras ; voir code QR ci-dessous)  <ul style="list-style-type: none">• Un objet de parole (pierre, bâton ou autre)
Déroulement	
<p>1. Introduction (10 min) Le Staff introduit la thématique : « Est-ce que vous avez déjà eu l'impression qu'on ne vous comprenait pas ? » « Qu'est-ce que ça fait quand quelqu'un vous écoute vraiment ? ». Avec le Groupe, définissez ce qu'est l'empathie. L'empathie se définit comme « la capacité à se mettre à la place de l'autre sans vouloir résoudre ou juger ».</p> <p>2. Jeu des émotions croisées (20 min) Chaque participant tire une carte « émotion » et une carte « situation » (voir annexes). Il imagine ou partage une expérience où cette émotion a été ressentie dans cette situation. Exemple : « J'ai ressenti de la solitude quand j'étais dans un groupe où je ne me sentais pas écouté. » Les autres peuvent réagir par :</p> <ul style="list-style-type: none">• une reformulation empathique : « Tu t'es senti mis à l'écart, c'est ça ? » ;• un geste ou mot de soutien (sans débat ni conseil).	

Exemples de situations

- Tu veux aider une amie, mais tu ne sais pas si elle veut de l'aide.
- Tu te sens mis à l'écart pendant une activité de groupe.
- Quelqu'un te confie un secret et tu ne sais pas quoi répondre.
- Tu sens que quelqu'un dans le groupe est mal à l'aise, mais ne le dis pas.
- Tu vois quelqu'un pleurer et tu ne sais pas comment réagir.

3. Cercle d'écoute (20 min)

En cercle, avec un objet de parole :

- chaque Horizon peut partager une émotion vécue récemment (ça n'est pas obligatoire) ;
- les autres écoutent sans interrompre, sans commenter

4. Conclusion : « Ce que j'ai compris aujourd'hui » (10 min)

Chaque jeune dit une phrase :

- « J'ai compris que... »
- « Je veux essayer de... »
- « J'ai ressenti... »

Le Staff conclut l'activité : « Dans un groupe, tout le monde passe par des émotions différentes. Même si on ne pense pas toujours pareil, on peut toujours se comprendre un peu mieux grâce à l'empathie. Et pour ça, il faut choisir d'écouter vraiment. »

Posture de l'Animateur

Attitudes et formulations à privilégier	<ul style="list-style-type: none">• Créer un cadre sécurisant et respectueux où le non-jugement et la bienveillance sont garantis• Encourager l'écoute active : « Tu peux simplement écouter, c'est déjà beaucoup. »• Valoriser les émotions exprimées : « Merci pour ton partage, c'est précieux. »
Points de vigilance	<ul style="list-style-type: none">• Éviter de fonctionner par tour de parole et ordre dans le cercle. Laisser la possibilité d'intervenir librement quand les personnes se sentent prêtes à s'exprimer.

Variante ou adaptation

Offrir la possibilité de s'exprimer par écrit pour les personnes qui ne souhaitent pas prendre la parole devant les autres ainsi que d'anonymiser les témoignages. Lire les papiers au reste du groupe.

Relations interpersonnelles

Présentation synthétique

Les relations interpersonnelles englobent amitiés, rivalités, affinités, mises à l'écart, entraide, conflits... Elles sont au cœur de l'expérience vécue dans un groupe. Apprendre à tisser et entretenir des relations saines est une compétence essentielle pour chaque jeune.

Où et comment ça se joue en animation

- Formation naturelle des groupes, des binômes et des affinités
- Réactions aux moqueries, à l'exclusion, aux conflits
- Dans les activités coopératives ou compétitives : qui parle, qui propose, qui suit
- Dans les temps informels : qui reste en retrait, qui est toujours en binôme, qui est isolé, qui lance une activité en premier

Posture et vigilance du Staff

- Observer les dynamiques de groupe sans tout contrôler, mais intervenir quand elles deviennent injustes
- Prêter attention à l'intégration des nouvelles personnes dans le Groupe.
- Favoriser la diversité des interactions (binômes mixtes, rôles tournants)
- Ouvrir des espaces d'expression sur ce que chaque jeune ressent
- Ne pas minimiser les « petits conflits », souvent révélateurs de tensions plus profondes
- Aider à poser des mots sur les émotions liées aux relations : frustration, jalousie, admiration, rejet...

À retenir

Chaque relation est une occasion d'apprendre à coopérer, respecter et s'affirmer. Le rôle du Staff est de **garantir un climat juste et inclusif**.

Au-delà de ton rôle d'animation

Certaines situations dépassent le cadre de l'animation. Dans ces cas-là, **passer le relai fait partie de ta responsabilité** et constitue déjà une action à part entière.

Il est nécessaire de solliciter un relai lorsque tu es face à :

- des violences répétées ou graves entre jeunes, créant un climat dangereux ;
- du harcèlement ou de la maltraitance avérée ;
- une situation où la sécurité ou le bien-être d'un jeune sont directement menacés ;
- une situation nécessitant un suivi par des psychologues, médiateurs ou services sociaux.

Dans ces cas, oriente la personne concernée vers un **Chef d'Unité, la Cellule de Crise, ou des professionnels externes** (médical, psychosocial, juridique) selon la situation (voir liste p. 152).

Passer le relai, ce n'est ni abandonner ni échouer : c'est **agir à ton niveau**, protéger les jeunes et respecter le cadre de ton rôle.

Rappel du cadre

Les adultes du Mouvement (Animateurs, Chefs d'Unité, Cadres de Région, Cadres de Formation, membres de l'Équipe Fédérale, personnes-ressources de la Cellule de Crise, permanents du Carrick) **ne sont pas des professionnels de l'EVRAS.**

Il n'est pas attendu de leur part d'être des experts en la matière, mais bien de **se tourner vers les professionnels, associations extérieures ou partenaires spécifiques** quand une situation dépasse les moyens internes au Mouvement.

La liste de ces ressources extérieures se trouve en page 152 de cet outil.

Ressources pour aller plus loin

- Dossier *Cultive le bien-être dans ton Groupe* – Les Guides
- Jeu de cartes *Guid'Émoi* – Les Guides
- *Guide pour l'EVRAS. Balises et apprentissages. Relations interpersonnelles.* (2023). Stratégies Concertées EVRAS [PDF]. Extrait de <https://tr.ee/yWZyEw>



Nutons (5-7 ans)

Un signal : Lors des temps libres, un Nuton refuse souvent de partager le matériel et se dispute avec les autres. Les autres Nutons disent qu'il est « égoïste ».

Une clé : La notion de partage est encore en construction. Il est normal que certains enfants aient du mal à prêter leurs objets. Encourager le respect mutuel aide à poser les bases d'amitiés solides.

Un geste : Organiser des **jeux** coopératifs où le partage est nécessaire, et valoriser les moments où les enfants prêtent ou s'entraident.

Lutins (7-11 ans)

Un signal : Un Lutin « leader » commence à dicter ce que les autres doivent faire, qui peut participer à quoi, ou à exclure certains lors des temps libres.

Une clé : Les statuts sociaux émergent. Être populaire devient important, parfois au détriment de l'équité. L'enfant cherche sa place et peut exclure pour la renforcer.

Un geste : Proposer une activité en binômes tirés au sort, suivie d'un partage : « ce que j'ai découvert chez l'autre ». Cela casse les habitudes et revalorise tout le monde. Varier régulièrement les petits groupes.

Aventures (11-15 ans)

Un signal : Un jeune reçoit des remarques répétées, des surnoms blessants, ou est systématiquement choisi en dernier. Il se plaint peu mais semble s'éteindre.

Une clé : Les dynamiques peuvent glisser vers du harcèlement sans être perçues comme telles. Les attaques sont parfois verbales, discrètes et répétées. Le silence de la victime ne signifie pas que « ça va ».

Un geste : Rappeler que la vie de groupe repose sur la sécurité de chacun : « Pas de blague sur les personnes ». Organiser une activité sur les « paroles qui piquent / paroles qui soutiennent » pour ouvrir une discussion sans pointer.

Horizons (15-17 ans)

Un signal : Un petit groupe d'Horizons, déjà lié en dehors des Guides, prend les décisions à part et n'inclut jamais les autres. Certains jeunes se sentent **invisibles** ou n'osent plus proposer d'idées.

Une clé : Les liens forts deviennent sélectifs et sécurisants, mais peuvent générer un climat d'**exclusion**. Le non-dit ou l'indifférence peuvent être aussi blessants que des conflits ouverts.

Un geste : Proposer des activités avec des groupes tournants, valoriser les compétences moins visibles (écoute, entraide, humour...). Rappeler que la vie collective demande un effort d'ouverture volontaire, même sans conflit.

Rappel du cadre

Ces repères donnent des pistes concrètes dans ton rôle d'animation.

Si tu observes une souffrance émotionnelle intense ou durable (dépression, automutilation, idées suicidaires...), oriente-toi vers ton Chef d'Unité, ton Cadre de Région ou la Cellule de Crise.

Certaines situations nécessitent de passer le relai à des professionnels de santé ou des associations spécialisées.



Titre de l'activité	Jouons ensemble
Objectif de l'activité	Expérimenter le partage et la coopération pour mieux jouer ensemble.
Durée	Entre 25 et 55 minutes
Matériel nécessaire	À adapter selon le choix de jeux. a. / b. De la musique c. Un ballon de baudruche d. Un tapis ou une couverture
Déroulement	
<p>1. Introduction (5 min) Le Staff présente la thématique aux enfants : « Durant ce moment d'activité, nous allons faire des petits jeux tous ensemble. Le but est de réussir les défis en s'aidant les uns les autres. »</p> <p>2. Petits jeux ou défis collaboratifs (10 à 40 min) Selon le temps à disposition, organise un ou plusieurs des petits jeux qui suivent. Il faut environ 10 minutes par jeu.</p> <p>a. Noeud de mains Tout le monde se met en cercle et tend ses mains au centre. Chacun attrape la main d'une personne au hasard. Lorsque toutes les mains sont prises, le Groupe essaie de défaire le nœud sans se lâcher. Attention, ce n'est pas toujours possible de défaire le nœud.</p> <p>b. Par groupes de... Les enfants se déplacent sur de la musique et, lorsqu'elle s'arrête, ils doivent former des groupes (le nombre d'enfants dans chacun est annoncé lorsque la musique est coupée). Tout le monde se mélange et bouge à nouveau lorsque la musique recommence. Veille à ce que la taille des groupes soit un multiple du nombre d'enfants présents (par exemple pour dix enfants, on peut faire des groupes de deux, cinq ou dix personnes), sinon ça devient un jeu d'exclusion. Ajoute des membres du Staff au besoin pour que le nombre soit divisible.</p>	

Pour terminer le jeu, annonce le nombre d'enfants présents afin qu'ils se rassemblent en un seul groupe.

c. Ballon de baudruche

Tous les enfants doivent se tenir les mains et faire en sorte qu'un ballon de baudruche gonflé ne touche pas le sol. Il ne faut pas utiliser ses pieds.

d. Tapis volant

L'ensemble des enfants est sur un grand tapis ou une bâche. Le but de ce défi est de retourner entièrement celle-ci sans que personne ne touche le sol autour. Adapte la taille de la bâche ou fais des petits groupes pour que l'activité reste réalisable.

3. Retour au calme et moment de discussion (10 min)

Propose un moment de discussion pour réfléchir à la collaboration qui a été mise en place durant les jeux.

Chaque enfant peut répondre, mais personne ne doit être forcé de parler :

- « Comment t'es-tu senti durant les jeux ? »
- « As-tu trouvé facile de parler et donner ton avis ? »
- « Est-ce que tu as toujours pu écouter ce que disaient les autres ? »
- « Est-ce que tu aurais pu réussir les défis sans les autres ? Est-ce que ça aurait été aussi marrant ? »

Le Staff conclut : « Avec cette activité, nous espérons que vous avez pu vous amuser ensemble. Parfois, jouer avec tout le monde, c'est plus chouette que d'être en petits groupes ou en compétition. »

Posture de l'Animateur

Attitudes et formulations à privilégier	<ul style="list-style-type: none">• Valoriser le travail du groupe et la communication lorsqu'un jeu est réussi• Dédramatiser les échecs car ils font partie de l'apprentissage
Points de vigilance	<ul style="list-style-type: none">• Veiller au bien-être de chaque enfant. Tout le monde n'est pas à l'aise avec les contacts physiques (beaucoup de jeux en font usage)• Éviter d'attribuer le succès à une ou plusieurs personnes, mais plutôt aux comportements facilitant la communication dans le Groupe

Variante ou adaptation

Proposer d'autres jeux collaboratifs supplémentaires pour allonger la durée de l'activité.



Titre de l'activité	Deux versions de l'histoire
Objectif de l'activité	Comprendre que l'amitié peut évoluer et apprendre à résoudre un désaccord sans exclure.
Durée	50 minutes
Déroulement	

1. Introduction (10 min)

Le Staff introduit la thématique : « Chaque amitié est différente et chaque personne voit et vit ses amitiés différemment. Il est normal que ça ne ressemble pas toujours à la même chose. En grandissant, les amitiés aussi évoluent et parfois changent. »

Sépare ensuite le Groupe en deux pour leur raconter une histoire. Les deux groupes vont entendre la même histoire, mais de deux points de vue différents (Laura ou Jules).

Point de vue de Laura :

« Je m'appelle Laura et j'ai passé toute la récré à dessiner mon dragon. J'étais super fière ! Je l'ai posé sur la table pour qu'il sèche et, quand je suis revenue, Jules l'avait pris et disait que c'était lui qui l'avait fait. Il l'a même montré à l'institutrice en disant que c'était son dessin. C'est pas juste, il m'a volé mon travail ! »

Point de vue de Jules :

« Je m'appelle Jules et lorsque j'ai vu le dessin sur la table, j'ai cru que c'était celui que j'avais commencé hier. Il ressemblait beaucoup à mon dragon. Je l'ai pris pour le montrer à Madame, mais je ne savais pas que Laura l'avait fait. Elle s'est mise en colère, mais je n'ai jamais voulu lui voler son dessin. »

2. Gestion de conflits (20 min)

Répartis les enfants en petits groupes (avec au moins une personne pour animer chaque groupe), en veillant à ce qu'il y ait des enfants qui ont entendu la version de Jules et de Laura dans chaque groupe.

Lance la discussion en demandant ce que chaque enfant a pensé de l'histoire. Ensuite, demande-leur d'imaginer comment le problème a été résolu. Veille à encadrer la discussion.

- « Au final, que s'est-il réellement passé ? »
- « Est-ce que la situation aurait pu finir autrement ? Qu'auraient dû faire Laura et Jules pour ne pas rester fâchés ? »
- « Comment Laura et Jules pourraient-ils se réconcilier ? »

3. Et action ! (20 min)

Maintenant que les enfants ont découvert les deux points de vue, ils vont rejouer la scène en essayant de changer certaines choses (une à la fois) pour améliorer la situation, par exemple :

- éviter la confusion de base ;
- discuter pour ne pas rester fâchés ;
- comment se réconcilier après.

4. Conclusion : et dans notre Groupe ? (5 min)

Ramène à présent les enfants à des situations concrètes qu'ils pourraient rencontrer : « Et au sein de notre Groupe, comment pouvons-nous éviter les disputes ? Comment faire pour les régler ? Que pouvons-nous inscrire comme règle dans la Charte par rapport à cela ? »

Le Staff conclut : « On a toujours le droit de ne pas être d'accord avec l'autre, tant qu'on continue à le respecter et qu'on arrive quand même à jouer ensemble. »

Posture de l'Animateur

Attitudes et formulations à privilégier

- Encourager les enfants à parler en « je » pour que la dispute de Laura et Jules ne devienne pas une vraie dispute entre deux enfants.

Points de vigilance

- Garder un quiproquo dans l'histoire si elle est modifiée.

Variante ou adaptation

Réaliser cette activité en amenant sur la table des conflits qui surviennent souvent dans ton Groupe (partage de matériel, respect du sommeil, partage équitables des sucreries, etc.) en leur proposant une situation similaire à celle vécue. Veiller cependant à ne pas stigmatiser les enfants afin de ne pas faire remonter des vieilles disputes.



Titre de l'activité	Dynamiques d'influence
Objectif de l'activité	Repérer les dynamiques dans le groupe et réfléchir à leurs effets.
Durée	Selon la mission, environ 1 heure
Déroulement	
<p>1. En amont (5 min) Prends à part quelques jeunes pour leur assigner une mission secrète, leur nombre dépend du nombre de groupes que tu formes. Durant le jeu, ces personnes seront réparties chacune dans un groupe différent, et elles vont devoir influencer sa dynamique. Veille à choisir ces personnes infiltrées avec prudence afin de ne pas accentuer des problèmes déjà existants (harcèlement, domination, etc.). Détermine qui va exercer une influence positive (valoriser les autres, encourager, soutenir, toujours sourire...) et qui influencera négativement le groupe (douter des actions, freiner le groupe, ne pas être d'accord, se plaindre...).</p> <p>2. Introduction (3 min) Le Staff introduit la thématique : « Lorsqu'on est en groupe, c'est parfois difficile de s'entendre avec tout le monde. Cependant, même si on n'est pas les meilleurs amis, c'est quand même possible de passer un bon moment et de réussir à faire les choses ensemble et dans le respect des autres. »</p> <p>3. Défi à réaliser (selon la mission, 35 min) Crée des groupes variés de quatre personnes, dont une qui va l'influencer (qu'elle soit positive ou négative). Chaque groupe aura le même défi à accomplir. Il ne devra pas y avoir de collaboration entre les groupes (possibilité de proposer un concours). Idées de défis : construire la tour la plus haute possible, passer des épreuves lors d'un parcours du combattant, cuisiner avec un ingrédient imposable...</p> <p>4. Débriefing (20 min) Dans chaque groupe, demande comment s'est passé la réalisation de leur défi. Est-ce que c'est réussi ? Annonce qu'il y avait une personne avec un rôle secret dans le groupe. La personne se révèle et explique ce qu'elle a fait pour influencer de manière positive ou négative le groupe.</p>	

Le membre du Staff invite les petits groupes à réfléchir : « est-ce que le comportement positif/négatif a été remarqué ? Comment a-t-il été mis en place ? Est-ce que le défi se serait déroulé différemment sans cette dynamique particulière ? »

Rassemble tout le monde. Demande aux jeunes d'échanger concernant leur expérience de la mission influencée positivement/négativement.

Ouvre la discussion : « qu'est-ce que qui a été agréable ou désagréable lorsque vous avez été confronté à une influence positive ou négative ? Comment est-ce que la dynamique d'un groupe est influencée par l'énergie, l'humeur ou les émotions des personnes ? »

Le Staff conclut : « Travailler, jouer, ou construire un projet ensemble, ça inclut toutes les personnes du groupe, chacune avec sa bonne ou sa mauvaise humeur. L'attitude d'une personne peut avoir une influence sur tout le groupe, mais ce n'est pas forcément une mauvaise chose, il faut juste s'en rendre compte et pouvoir communiquer pour que le moment soit agréable pour tout le monde. »


Posture de l'Animateur

Attitudes et formulations à privilégier	<ul style="list-style-type: none">• Prêter attention aux dynamiques de groupe actuelles lors de la désignation des personnes d'influence• Laisser la possibilité aux personnes d'influence de refuser leur rôle• Scinder l'acte de la personne lors du débriefing et inviter les jeunes à énoncer des faits
Points de vigilance	<ul style="list-style-type: none">• S'assurer que tout le monde quitte son rôle à la fin de l'activité

Variante ou adaptation

- Désigner seulement des influenceurs positifs en fonction de l'ambiance et de la maturité du groupe.
- Si la discrétion des personnes qui vont influencer le groupe est difficile à assurer en amont de l'activité, distribuer un papier à tout le monde sur lequel il sera écrit un mot « secret » à placer dans une phrase de manière naturelle. Pour les personnes d'influence, leur rôle sera expliqué à la place du mot secret. Cela portera l'attention de l'entièreté du groupe sur ce qui est dit et moins sur les personnes ou la manière de le dire.



Titre de l'activité	Entre nous
Objectif de l'activité	Développer l'inclusion et apprendre à créer des relations respectueuses, même entre des sous-groupes forts.
Durée	Selon le nombre de jeunes
Matériel nécessaire	<ul style="list-style-type: none">• Cartes-questions imprimées et découpées (annexes à télécharger sur la page Guides.be/evras ; voir code QR ci-dessous)  <ul style="list-style-type: none">• Dominos
Déroulement	
<p>1. Introduction (10 min) Le Staff introduit la thématique : « Pour qu'un groupe puisse vivre un chouette projet ensemble, il faut apprendre à se connaître et créer des liens avec tout le monde. »</p> <p>2. Questions éclair (durée selon le nombre de jeunes) Distribue les cartes-questions aux jeunes (voir annexes). Idéalement, chaque personne en reçoit plusieurs. Les participants se placent en deux lignes, face à face. S'il y a un nombre impair de jeunes, une personne de l'équipe d'animation peut participer. Chacun tire une carte-question de son partenaire, et y répond. L'autre fait ensuite de même. Attention, le temps de réponse pour chaque question est limité. Une fois qu'une question est posée, elle est remise dans le paquet pour les tours suivants. Au bout de trois minutes, tout le monde change de partenaire en se décalant vers la droite et tire une question à poser. Les personnes qui sont en bout de ligne prennent la place de la personne qui était en face d'elles. Ça forme donc une chaîne qui tourne en boucle. L'activité s'arrête quand chacun est revenu en face de la personne avec qui il a commencé.</p>	

Exemple de questions

- Si tu pouvais vivre à n'importe quelle période historique, laquelle serait-ce ?
- Si tu pouvais faire disparaître un objet de la surface du monde, qu'est-ce que ce serait ?
- Quelle est l'anecdote la plus étrange que tu connais ?
- ...

3. Se trouver des points communs (10 min)

Distribue un domino par personne (assure-toi au préalable qu'il est possible de faire une boucle avec tous les dominos). L'objectif est d'encourager la rencontre et la découverte de l'autre en se trouvant des points communs et en rassemblant deux dominos (même nombre de points sur un côté). Une fois deux dominos assemblés, les deux jeunes restent ensemble et cherchent un autre point commun avec quelqu'un d'autre afin de compléter leur paire de dominos (d'un côté comme de l'autre), et ainsi de suite.

Cette activité se termine lorsque tout le monde a trouvé des points communs pour lier son domino des deux côtés.

Le Staff conclut : « Pour vivre et fonctionner en groupe, il n'est pas nécessaire d'apprécier tout le monde, mais il est important de créer des liens. La complémentarité se retrouve dans les différences, mais nous avons aujourd'hui mis en avant que nous avons des points communs. Utilisons-les comme base pour renforcer notre cohésion. »

Posture de l'Animateur

Attitudes et formulations à privilégier

- Rappeler l'importance de respecter tout le monde dans un groupe.

Variante ou adaptation

- Écrire sa propre liste de questions sur une thématique particulière (thème d'année ou de weekend)
- Donner les dominos de manière délibérée pour forcer le mélange entre les sous-groupes

Corps et changements physiques

Présentation synthétique

La transformation du corps fait partie intégrante du développement. Entre curiosité, gêne, fierté ou inquiétude, chaque jeune vit ces étapes à son rythme. Accompagner ces changements, c'est permettre aux jeunes de mieux comprendre ce qui leur arrive, d'accepter leur corps, et de respecter celui des autres.

Où et comment ça se joue en animation

- Dans les temps de vie commune (dortoirs, douches, toilettes)
- Lors de discussions spontanées ou blagues sur la puberté et l'apparence
- Au moment d'établir des règles d'intimité, d'hygiène ou de vie collective
- Quand apparaissent des complexes, des comparaisons ou des pressions liées aux modèles corporels

Posture et vigilance du Staff

- Respecter l'intimité de chaque personne dans les espaces partagés
- Prévoir des alternatives aux moments qui exposent le corps en fonction des besoins et limites de chaque individu
- Poser un cadre clair pour prévenir moqueries, blagues intrusives ou gestes déplacés
- Répondre sans gêne et avec simplicité aux questions liées au corps ou à la puberté

À retenir

Tous les corps sont différents et chaque corps change à son rythme. Le rôle du Staff est de poser un cadre sécurisant où chaque jeune peut vivre ces étapes sans honte ni moquerie.

Au-delà de ton rôle d'animation

Certaines situations dépassent le cadre de l'animation. Dans ces cas-là, **passer le relai fait partie de ta responsabilité** et constitue déjà une action à part entière.

Il est nécessaire de solliciter un relai lorsque tu es face à :

- des signes de troubles alimentaires, de malaises répétés ou de souffrances corporelles non prises en charge ;
- des questions médicales ou psychologiques complexes liées à l'image du corps ou à la puberté ;
- des situations nécessitant l'intervention d'un professionnel de santé ou d'un spécialiste.

Dans ces cas, oriente la personne concernée vers un **Chef d'Unité, la Cellule de Crise, ou des professionnels externes** (médical, psychosocial, juridique) selon la situation (voir liste p. 152).

Passer le relai, ce n'est ni abandonner ni échouer : c'est **agir à ton niveau**, protéger les jeunes et respecter le cadre de ton rôle.

Rappel du cadre

Les adultes du Mouvement (Animateurs, Chefs d'Unité, Cadres de Région, Cadres de Formation, membres de l'Équipe Fédérale, personnes-ressources de la Cellule de Crise, permanents du Carrick) **ne sont pas des professionnels de l'EVRA**.

Il n'est pas attendu de leur part d'être des experts en la matière, mais bien de **se tourner vers les professionnels, associations extérieures ou partenaires spécifiques** quand une situation dépasse les moyens internes au Mouvement.

La liste de ces ressources extérieures se trouve en page 152 de cet outil.

Ressources pour aller plus loin

- Bruller, H., & Zep. (2020). *Le guide du zizi sexuel* (nouvelle édition). Glénat Jeunesse.
- Fédération des Centres Pluralistes de Planning Familial (FCPPF). (2024). *Puberté : tout le monde y passe – NUMERIQUE* [Outil numérique]. FCPPF. Extrait de <https://tr.ee/BE4nsP>
- Fédération Laïque de Centres de Planning Familial – CEDIF. (2024). *La puberté* [Brochure]. Extrait de <https://tr.ee/VGk4bP>
- Institute for Reproductive Health & Family Health International 360. (2003). *My Changing Body: Fertility Awareness for Young People (version française)*. Extrait de <https://tr.ee/PSHbTe>



Nutons (5-7 ans)

Un signal : Des Nutons se retrouvent dans les toilettes pour « jouer au docteur » et se montrent leurs parties intimes.

Une clé : L'exploration du corps est normale à cet âge, mais elle nécessite un cadre clair. Les enfants doivent apprendre la notion d'intimité et le respect de leur propre corps et de celui des autres. C'est une occasion introduire le consentement et les limites avec des mots simples, sans honte ni dramatisation.

Un geste : Rappeler que « ton corps t'appartient » et que certaines parties sont privées. Expliquer qu'on ne les montre ni ne les regarde sans autorisation. Proposer une activité ludique autour du schéma corporel et informer les parents si nécessaire, dans une démarche calme et éducative.

Lutins (7-11 ans)

Un signal : Une Lutin reçoit des remarques sur ses poils (jambes, aisselles) lors de la douche ou dans le dortoir. Elle est mal à l'aise et demande à se changer seule.

Une clé : Les différences physiques (pilosité, poitrine, transpiration...) deviennent visibles et sources de gêne. Le décalage entre enfants fragilise l'estime de soi. Les rires ou moqueries servent parfois à masquer la gêne des autres.

Un geste : Poser dès le départ une règle claire : « On ne commente pas le corps des autres. » Prévoir des coins d'intimité (serviette, rideau, temps seul). Réagir sans dramatiser aux moqueries : « Ici, on respecte tous les corps. »

Aventures (11-15 ans)

Un signal : Une Aventure fait l'expérience de ses premières règles au camp et se sent dépassée par la situation.

Une clé : La puberté entraîne des changements corporels et émotionnels importants. Les premières règles peuvent générer de la gêne, du stress ou de la solitude, surtout en collectivité. Le climat de confiance est essentiel pour éviter la honte ou l'isolement.

Un geste : Prévoir un espace de parole en non-mixité ou en petit groupe pour aborder les changements corporels. S'assurer que le matériel d'hygiène est accessible et normalisé, et que les jeunes savent à qui s'adresser en cas de besoin.

Horizons (15-17 ans)

Un signal : À la piscine, plusieurs jeunes comparent les corps à voix haute, avec des remarques moqueuses ou sexualisées.

Une clé : À l'adolescence, le corps devient un marqueur social exposé aux jugements. Les comparaisons accentuent les insécurités et peuvent être blessantes. Sensibiliser aux effets du regard et des paroles est essentiel pour une relation saine à soi et aux autres.

Un geste : Rappeler fermement que le corps des autres ne se commente pas. Proposer un atelier d'échange ou un théâtre-forum pour questionner les normes sociales, réfléchir à l'impact des mots et développer l'empathie.

Rappel du cadre


Ces repères donnent des pistes concrètes dans ton rôle d'animation.

Si tu observes une souffrance émotionnelle intense ou durable (dépression, automutilation, idées suicidaires...), oriente-toi vers ton Chef d'Unité, ton Cadre de Région ou la Cellule de Crise.

Certaines situations nécessitent de passer le relai à des professionnels de santé ou des associations spécialisées.

Activités de sensibilisation



Titre de l'activité	Mon corps, ma bulle
Objectif de l'activité	Découvrir son corps et les besoins physiologiques, comprendre la notion d'intimité et apprendre à respecter celle des autres.
Durée	30 minutes
Matériel nécessaire	<ul style="list-style-type: none">• Silhouette en papier grand format (ou dessin sur une feuille)• Feutres• Pictogrammes hygiènes : mains sales, douche, brosse à dents, serviette, etc. (annexes à télécharger sur la page Guides.be/evras ; voir code QR ci-dessous)  <ul style="list-style-type: none">• Un essuie par enfant• De quoi montrer au groupe la vidéo « La bulle de Miro » (disponible sur YouTube)
Déroulement	
<p>1. Introduction (5 min) Le Staff introduit la thématique : « Nous allons prendre conscience de notre corps, découvrir comment en prendre soin et respecter la bulle de chacun. »</p> <p>2. Corps et hygiène (10 min) Complétez ensemble la silhouette avec les parties du corps. Introduis les pictogrammes « hygiène » (voir annexes) et discute avec les enfants « Pourquoi on se lave les mains ? Pourquoi on prend une douche ? ». Le Staff reformule au besoin : « prendre soin de son corps, c'est protéger sa bulle ».</p> <p>3. Intimité et pudeur (15 min) Distribue un essuie à chaque enfant. Étape 1 – Les parties toujours privées. Explique que les parties couvertes par un maillot de bain ou une culotte sont intimes : elles font partie de la bulle que l'on garde toujours pour soi. Bien que l'activité se joue en étant habillé, tous les enfants les cachent avec leur essuie.</p>	

N

EVRAS

Étape 2 – Les différences de pudeur. Nomme d'autres parties (pieds, jambes, épaules...). Chaque enfant choisit de montrer ou cacher : certains cacheront les pieds, d'autres non.

Étape 3 – Respect de la bulle des autres. Demande aux enfants de disposer leur essuie de manière à ce les parties du corps pour lesquelles ils ne veulent pas être touchés soient bien cachées par celui-ci. Ensuite, invite-les à se déplacer avec celui-ci dans l'espace disponible (ou sur une musique) avec la consigne de ne pas toucher l'essuie des autres.

Étape 4 – Demander le consentement. Les enfants n'ont plus d'essuie pour matérialiser leur bulle. Demande-leur de marcher dans l'espace disponible sur la musique et lorsque celle-ci s'arrête de se mettre deux par deux. Ils doivent alors se demander la permission pour toucher l'autre (lui faire un câlin, lui prendre la main, lui toucher le bras, les cheveux, etc.). Laisse-les libres de choisir, car en fonction de la personne avec qui ils sont, leur niveau d'envie de proximité va varier.

Discute ensuite avec eux : « Chacun a une bulle invisible. On peut bouger ensemble, mais sans entrer dans la bulle de l'autre ou en lui demandant la permission. »

4. Conclusion collective (3 min)

« Notre corps est unique. On en prend soin avec l'hygiène, on garde certaines parties intimes dans notre bulle, et on respecte aussi la bulle des autres. Pour résumer tout ça, voici une petite histoire sur la bulle de Miro ». Le Staff lance la vidéo.

Posture de l'Animateur

Attitudes et formulations à privilégier	<ul style="list-style-type: none">• Employer un vocabulaire simple et positif (ex. : « parties privées » plutôt que « interdites »). Nommer les parties du corps avec le bon vocabulaire (ex. : « pénis » et « vulve » plutôt que « zizi » et « zézette »)• Valoriser toutes les réponses• Rassurer en cas de gêne : chacun a sa propre bulle
Points de vigilance	<ul style="list-style-type: none">• S'abstenir de forcer un enfant à montrer/nommer une partie du corps s'il est mal à l'aise• Éviter tout jugement ou rire si un enfant partage une anecdote personnelle• Bien cadrer la différence entre intime universel et pudeur personnelle



Titre de l'activité	La puberté sans tabou
Objectif de l'activité	Reconnaitre que les corps évoluent différemment et que toutes les transformations de la puberté sont normales, apprendre à en parler sans honte.
Durée	45 à 50 minutes
Matériel nécessaire	<ul style="list-style-type: none">• Grandes feuilles / paperboard + feutres• Enveloppes avec questions préparées (annexes à télécharger sur la page Guides.be/evras ; voir code QR ci-dessous)  <ul style="list-style-type: none">• Papier collant
Déroulement	
<p>1. Introduction (5 min) Le Staff explique la thématique : « En grandissant, nos corps changent. C'est ce qu'on appelle la puberté. Aujourd'hui, on va découvrir ces changements et apprendre à en parler sans honte. »</p> <p>2. Brainstorming collectif (10 min) Sur une grande feuille, écris au centre « PUBERTÉ » et demande aux Lutins : « Quand on dit puberté, à quoi pensez-vous ? » Note toutes leurs réponses (sans les juger, même les plus drôles ou maladroités). Si des éléments sont oubliés, le Staff complète (règles, poils, poitrine, voix, boutons, transpiration, émotions...).</p> <p>3. Le mur des questions (15 – 20 min) Colle sur un mur des enveloppes avec une question (voir annexes) par enveloppe. Exemples de questions</p> <ul style="list-style-type: none">• Pourquoi la voix change-t-elle ?• Est-ce que toutes les personnes concernées ont leur règles au même âge ?• Pourquoi transpire-t-on plus ? Pourquoi certains transpirent plus que d'autres ?• ...	

Les enfants choisissent une enveloppe, lisent la question et le Groupe en discute collectivement. Chaque réponse est notée en mots-clés sur une affiche pour construire une carte collective de la puberté.

4. Lien avec la vie de groupe (10 min)

Le Staff introduit : « En camp ou en weekend, on vit ensemble. Comment ces changements du corps peuvent-ils se remarquer dans la vie de groupe ? »

Exemples à lancer si besoin

- Douches / intimité : volonté d'avoir plus de discrétion
- Transpiration / odeurs : besoin de se laver plus souvent, de mettre du déodorant, importance de l'hygiène
- Règles : prévoir du matériel et du soutien sans moqueries
- Boutons ou poils : éviter les commentaires et moqueries

Le Staff conclut : « Respecter les changements de chacun, c'est aussi rendre la vie en camp agréable pour tout le monde. »

5. Mini-saynètes (10 min)

Par petits groupes, les enfants inventent une courte mise en scène drôle ou sérieuse sur un changement corporel et ses effets dans la vie quotidienne. L'objectif est de dédramatiser et d'en parler sans gêne.

Exemples : une Lutin gênée à la douche, quelqu'un qui transpire après un jeu, une amie qui parle des règles.

Lorsque tous les groupes sont prêts, chacun présente sa saynète devant l'assemblée réunie (2 min par saynète).

6. Conclusion (5 min)

Le Staff termine l'activité : « La puberté, c'est pour tout le monde, mais pas au même moment ni de la même façon. Tous les changements sont normaux. On n'a pas à avoir honte. En camp, ça veut dire qu'on doit être attentifs à respecter la pudeur et l'hygiène de tout le monde. »



Posture de l'Animateur	
Attitudes et formulations à privilégier	<ul style="list-style-type: none">• Accueillir les rires comme normaux, mais recadrer s'ils visent une personne• Rassurer les enfants sur les « tabous » (ex. : règles, odeurs) : tout est normal• Poser un cadre de respect avant les saynètes : pas de moqueries sur un camarade
Points de vigilance	<ul style="list-style-type: none">• Ne pas demander de témoignages personnels (« Et toi, tu as tes règles ? ») : rester général• Éviter de faire jouer un rôle trop proche de sa réalité à un enfant (ex. : demander à la seule qui a déjà de la poitrine de jouer son propre rôle)• Si une question sensible émerge (ex. : précocité, retard, inquiétude), noter et dire qu'on peut en reparler individuellement plus tard avec un adulte de confiance• Prêter attention aux réactions non-verbales (gêne, malaise)• Laisser la place au jeu et au comique tout en évitant les dérives telles que les moqueries
Variante ou adaptation	
Si pas le temps pour les saynètes : remplacer par un dessin collectif. Chaque groupe illustre un changement corporel (ex. : une chaussure trop petite pour la croissance, une goutte pour la transpiration).	



Titre de l'activité	Mon corps et moi, mon corps et les autres
Objectif de l'activité	Explorer son rapport au corps à l'adolescence, comprendre l'impact de la puberté sur l'image de soi et les émotions, aborder l'éveil amoureux avec respect et bienveillance.
Durée	50 minutes
Matériel nécessaire	<ul style="list-style-type: none">• Feuilles A4 et stylos• Un tableau ou un flipchart pour noter les réflexions des Animés
Déroulement	
<p>1. Introduction (5 min) Le Staff introduit la thématique : « À l'adolescence, nos corps changent beaucoup : poils, boutons, poitrine, voix... Mais ce n'est pas tout. L'image que l'on a de soi dépend aussi de ce que disent les autres, des modes et des images qu'on voit autour de nous. Aujourd'hui, on va explorer comment tout ça influence notre regard sur nous-mêmes et nos relations. »</p> <p>2. Réflexion personnelle (10 min) Le Staff explique : « On n'a pas tous envie de parler des mêmes choses ou de réfléchir de la même manière. Nous vous proposons trois questions possibles. Vous choisissez celle avec laquelle vous êtes le plus à l'aise. Vos réponses ne seront pas partagées. » Chaque jeune reçoit une feuille et choisit une seule des trois pistes suivantes.</p> <p>Option A : Mon rapport à mon corps « Note ou dessine un élément que tu apprécies à propos de ton corps et un autre que tu as plus de mal à accepter. »</p> <p>Option B : Le « corps parfait », ça vient d'où ? « Dessine ou décris ce que la société présente comme "corps idéal" (fille, garçon, neutre, ce que tu veux). Puis écris : d'où vient cette image ? Est-elle réaliste ? »</p> <p>Option C : Ce qu'on imagine des couples à l'adolescence « Note ou dessine ce que les médias montrent comme "couple idéal" ou "manière d'aimer". Écris : est-ce que ça colle à la vraie vie ? »</p> <p>Le Staff reformule : « Il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse, et personne ne devra partager ce qu'il a noté. L'idée, c'est de réfléchir chacun à sa façon sur ce qui nous influence. »</p>	

3. Pressions et normes (15 min)

Le Staff lit des affirmations comme :

- « Un garçon doit être musclé pour plaire. »
- « Les filles doivent s'épiler. »
- « Si tu as des boutons, tu es moche. »

Laisse les jeunes réagir à ces injonctions et pose des questions : « d'où viennent ces idées ? Est-ce vrai pour tout le monde ? »

Le Staff demande aux jeunes quels autres messages sur les corps ils ont déjà entendu dans la société (films/séries, médias, réseaux sociaux, pub, etc.) et note les phrases relevées dans une colonne « Ce que disent les autres ». Le groupe est invité à les transformer en messages positifs dans une colonne « Ce que je choisis de penser ».

4. Éveil amoureux et image des couples (15 min)

Le Staff introduit : « Dans les films, les séries ou sur les réseaux sociaux, on voit beaucoup de couples. Est-ce que ça ressemble à la réalité ? »

Encadre la discussion avec quelques questions :

- « Quels types de couples voyez-vous le plus souvent dans les médias ? »
- « Est-ce qu'on y montre toujours les mêmes corps, les mêmes façons d'aimer ? »
- « Qu'est-ce qui est différent dans la vraie vie ? »

Note dans deux colonnes :

- d'une part ce que montrent les médias ;
- d'autre part ce que l'on vit ou ce que l'on aimerait vraiment.

L'objectif est de montrer que l'éveil amoureux n'a pas à ressembler à un modèle unique.

5. Conclusion (5 min)

Le Staff conclut l'activité : « Nos corps changent, et l'image que l'on en a est influencée par la société et par les modèles de couples que l'on voit. Mais il n'y a pas une seule bonne façon d'aimer, c'est propre à chaque individu, qui se construit petit à petit grâce à ses expériences. Il n'y a pas non plus un seul corps pour plaire. Chaque corps a de la valeur, et le respect de soi et des autres est essentiel. »



Posture de l'Animateur	
Attitudes et formulations à privilégier	<ul style="list-style-type: none">• Créer un climat de confiance et rappeler que les échanges restent dans le Groupe• Valoriser la diversité des vécus, insister sur le fait que « chaque corps est normal »• Ne pas pousser à témoigner : laisser la liberté de participer
Points de vigilance	<ul style="list-style-type: none">• Encadrer les discussions pour éviter les moqueries ou la gêne• Prêter attention aux jeunes qui rient trop fort ou se ferment, révélant ainsi un signe de malaise• Garder l'angle critique sur les représentations sociales, pas sur les expériences personnelles
Variante ou adaptation	
Demander aux jeunes de dessiner une affiche « couple de série vs couple dans la vraie vie » et d'en discuter ensemble.	



Titre de l'activité	Le tribunal des normes
Objectif de l'activité	Réfléchir à son image corporelle dans un corps presque adulte, questionner les normes sociales (médias, pairs, stéréotypes) et développer le respect de tous les corps, au-delà des comparaisons et des jugements.
Durée	60 minutes
Matériel nécessaire	<ul style="list-style-type: none">• Cartes avec quelques stéréotypes (annexes à télécharger sur la page Guides.be/evras ; voir code QR ci-dessous)  <ul style="list-style-type: none">• Feuilles ou post-it et stylos
Déroulement	
<p>1. Introduction (10 min) Le Staff introduit la thématique : « La société répète de nombreuses phrases sur ce que devrait être un corps "idéal". Mais sont-elles vraies ? Aujourd'hui, on va les questionner au tribunal... et réfléchir à comment elles influencent notre image de nous-mêmes. » Les Horizons lisent les cartes stéréotypes. En petits groupes, ils inventent quelques nouveaux stéréotypes. Une fois un maximum de stéréotypes récoltés, chacun choisit un stéréotype qui l'a déjà influencé personnellement sur son corps. Un bref moment de partage, sur base volontaire, peut être réalisé.</p> <p>2. Mise en scène (5 min) Installe le « tribunal » et attribue les rôles : <ul style="list-style-type: none">• le procureur, qui défend la société, et donc le stéréotype,• l'avocat, qui critique le stéréotype,• le jury, composé du reste du groupe.</p> <p>3. Procès des normes (25 min) Exemple : « Les filles doivent être minces. » <ul style="list-style-type: none">• Le procureur argumente avec ce que disent les pubs, les réseaux sociaux, la culture...• L'avocat contre-attaque : diversité, santé ≠ apparence, respect...• Le jury rend un verdict (« coupable » ou « non coupable »). Selon la taille du groupe, propose plusieurs procès.</p>	

4. Synthèse et ouverture (15 min)

Discutez en grand groupe :

- « Qu'avez-vous ressenti en voyant ces stéréotypes mis en procès ? »
- « En quoi ces normes influencent-elles l'image qu'on a de notre propre corps ? »

Chaque jeune écrit une phrase ou un mot pour remplacer un stéréotype (ex. : « Un vrai mec doit être musclé » → « Un vrai mec, c'est un mec qui respecte les femmes »). Affiche toutes ces phrases pour former une fresque de ce que devrait être la norme actuelle.

5. Conclusion (5 min)

Le Staff conclut : « Beaucoup de nos complexes viennent des stéréotypes sociaux. Mais ces normes ne sont pas des vérités : on peut les juger, les transformer, et surtout choisir de respecter tous les corps, y compris le sien. »

Posture de l'Animateur

Attitudes et formulations à privilégier	<ul style="list-style-type: none">• Encourager l'humour dans les rôles, sans laisser dériver vers la moquerie• Insister dans la conclusion : les normes sociales influencent l'image de soi, mais on peut les déconstruire et réécrire d'autres messages• Si le Groupe est composé de plus de 15 personnes, fais des demi-groupes afin de garder l'activité dynamique pour tout le monde
Points de vigilance	<ul style="list-style-type: none">• Éviter que certains jeunes se sentent visés par un stéréotype (rappeler : « on juge la norme, pas les personnes »)• Bien poser le cadre dès le départ : c'est une mise en scène, on joue un rôle• Prévoir un temps d'apaisement si une remarque touche trop directement quelqu'un• Ne pas accumuler trop de procès : trois ou quatre suffisent pour garder de l'énergie et de l'attention

Variante ou adaptation

Approfondir en ajoutant un temps de recherche : chaque groupe reçoit un magazine ou un extrait de réseaux sociaux et identifie les stéréotypes de corps visibles. Ces exemples concrets nourrissent ensuite le procès.

Pour une personne timide ou en difficulté d'expression, lui proposer d'être membre du jury (écoute + vote) plutôt que d'avoir les deux autres rôles.

Influence des valeurs, cultures, société et droits

Présentation synthétique

Les jeunes grandissent dans un monde traversé par des normes, des valeurs, des croyances, des lois et des attentes sociales. Ces repères façonnent leur façon de penser, de ressentir et d'agir. L'EVRAS chez les Guides permet de réfléchir à ces influences, dans le respect et l'acceptation de la diversité des idées tout en développant l'esprit critique et le respect mutuel.

Où et comment ça se joue en animation

- Dans les discussions sur « ce qui est normal » ou « ce qu'on a le droit de faire »
- Quand un jeune exprime un interdit culturel ou religieux (« Chez moi, on ne fait pas ça »)
- Dans des tensions liées aux différences de valeurs (égalité de genre, autorité, liberté, religion, etc.)
- Quand certains sujets sont évités ou jugés « tabous » dans une famille ou une culture

Posture et vigilance du Staff

- Créer un climat où chaque individu peut partager son vécu sans crainte de jugement
- Valoriser les différences sans établir de hiérarchie (« C'est différent, pas mieux ou moins bien »)
- Encourager les échanges et débats sécurisés (cercles de parole, jeux de rôle, discussions guidées)
- Poser le cadre commun du respect des droits humains, du cadre légal, de la Charte du Groupe et de la dignité de chacun

À retenir

La diversité des valeurs et croyances est une richesse. Le rôle du Staff est de garantir que le respect mutuel et les droits fondamentaux restent le socle commun.

Au-delà de ton rôle d'animation

Certaines situations dépassent le cadre de l'animation. Dans ces cas-là, **passer le relai fait partie de ta responsabilité** et constitue déjà une action à part entière.

Il est nécessaire de solliciter un relai lorsque tu es face à :

- des discriminations, du harcèlement ou des violences liées aux différences de valeurs, cultures ou croyances ;
- des conflits familiaux complexes qui dépassent le cadre éducatif ;
- des situations juridiques ou structurelles nécessitant l'intervention d'associations spécialisées ou de services d'accompagnement.

Dans ces cas, oriente la personne concernée vers un **Chef d'Unité, la Cellule de Crise, ou des professionnels externes** (médical, psychosocial, juridique) selon la situation (voir liste p. 152).

Passer le relai, ce n'est ni abandonner ni échouer : c'est **agir à ton niveau**, protéger les jeunes et respecter le cadre de ton rôle.

Rappel du cadre

Les adultes du Mouvement (Animateurs, Chefs d'Unité, Cadres de Région, Cadres de Formation, membres de l'Équipe Fédérale, personnes-ressources de la Cellule de Crise, permanents du Carrick) **ne sont pas des professionnels de l'ÉVRAS**.

Il n'est pas attendu de leur part d'être des experts en la matière, mais bien de **se tourner vers les professionnels, associations extérieures ou partenaires spécifiques** quand une situation dépasse les moyens internes au Mouvement.

La liste de ces ressources extérieures se trouve en page 152 de cet outil.

Ressources pour aller plus loin

- Amnesty International Belgique francophone. (2025, 30 octobre). *Nos fiches d'activités pour l'éducation aux droits humains*. Extrait de <https://tr.ee/pMkHKn>
- Fédération des Centres Pluralistes de Planning Familial (FCPPF). (n.d.). *L'en « jeu » des rôles sociaux* [PDF]. Extrait de <https://tr.ee/REyDqs>
- O'YES ASBL. (2025, août). *HumanBoxes_FPD – Planches* [PDF]. Extrait de <https://tr.ee/z4TeFn>



Nutons (5-7 ans)

Un signal : Un Nuton dit : « Chez moi, c'est interdit de parler de ça », quand on évoque le fait d'être amoureux ou d'avoir deux mamans/papas.

Une clé : Certains enfants ont déjà intériorisé des tabous familiaux (sur les émotions, les familles différentes, etc.). Il est important de respecter ces différences tout en offrant un espace sécurisé où poser des questions et découvrir la diversité.

Un geste : Accueillir la parole sans pression : « C'est vrai que dans certaines familles on en parle différemment. Ici, on peut poser toutes les questions qu'on veut, sans jugement. » Proposer un temps ludique autour des différentes formes de familles et des sentiments.

Lutins (7-11 ans)

Un signal : Des enfants de la Ronde passent leur temps à créer des couples entre les Animateurs, en plaisantant ou en mimant des scènes.

Une clé : L'humour est un moyen d'explorer les relations et les rôles, mais il peut vite devenir gênant ou irrespectueux. C'est une occasion de parler de limites, de respect et de stéréotypes.

Un geste : Rappeler que le Staff a aussi une vie privée qui doit être respectée. Proposer un atelier créatif (jeu de rôle, dessin, saynète) pour explorer les différentes relations humaines et valoriser leur diversité.

Aventures (11-15 ans)

Un signal : Lors d'une veillée chants, des Aventures reprennent avec enthousiasme des chansons contenant des paroles sexistes, homophobes ou stigmatisantes, sans en percevoir la portée.

Une clé : Les jeunes répètent souvent des codes culturels ou des paroles entendues sans en mesurer les implications. C'est une période clé pour développer leur conscience critique et montrer comment les stéréotypes peuvent blesser ou exclure.

Un geste : Interrompre calmement et nommer le problème : « Ces paroles peuvent blesser ou exclure, même si ce n'est pas votre intention. » Ouvrir ensuite un espace de discussion sur le pouvoir des mots et la responsabilité de chacun. Encourager la création de chants alternatifs inclusifs et drôles pour montrer que l'humour peut rassembler sans exclure.

Horizons (15-17 ans)

Un signal : Des Horizons expriment des positions très affirmées sur des valeurs (justice, droits, liberté...), parfois avec radicalité ou intolérance.

Une clé : À cet âge, les jeunes cherchent à affirmer leurs convictions. C'est un moment important pour développer l'esprit critique, mais aussi l'écoute et la nuance.

Un geste : Proposer des ateliers de débat ou d'analyse de situations réelles sous différents prismes culturels. Inviter à la complexité, plutôt qu'à l'opposition frontale.

Rappel du cadre

Ces repères donnent des pistes concrètes dans ton rôle d'animation.

Si tu observes une souffrance émotionnelle intense ou durable (dépression, automutilation, idées suicidaires...), oriente-toi vers ton Chef d'Unité, ton Cadre de Région ou la Cellule de Crise.

Certaines situations nécessitent de passer le relai à des professionnels de santé ou des associations spécialisées.



Titre de l'activité	Le grand village
Objectif de l'activité	Découvrir qu'il existe plusieurs types de familles et que toutes méritent le respect.
Durée	45 minutes
Matériel nécessaire	<ul style="list-style-type: none"> • Feuilles cartonnées ou petites boîtes (pour fabriquer une « maison ») • Crayons, feutres, ciseaux, colle, magazines ou images découpées • Quelques cartes préparées par le Staff représentant des familles diversifiées (annexes à télécharger sur la page Guides.be/evras ; voir code QR ci-dessous) <div style="text-align: center;">  </div>
Déroulement	
<p>1. Introduction (5 min) Le Staff introduit : « Aujourd'hui, on va construire un grand village où chaque maison abritera une famille différente. Il y a plein de façons d'être une famille : certaines ont deux mamans, d'autres un papa et une maman, d'autres vivent avec leurs grands-parents, certaines adoptent... et toutes s'aiment très fort ! » Montre quelques cartes de familles variées pour ouvrir les imaginaires avant le moment créatif.</p> <p>2. Création des maisons (20 min) Chaque Nuton crée sa maison en dessin ou collage. Donne la consigne suivante : « Dessine ou fabrique ta maison et les personnes (ou animaux !) qui y vivent. » Si certaines ont deux maisons, propose-leur de réaliser une maison en deux parties.</p> <p>3. Assemblage du village (10 min) Mets toutes les maisons ensemble pour former le « village des familles ». Les enfants se baladent dans le « village » pour voir à quoi ressemble les familles des autres.</p>	

Le Staff place également les cartes de familles variées (préparées à l'avance) parmi celles des enfants. « Regardez : nos maisons sont toutes différentes ! Et pourtant, elles forment ensemble un seul grand village. »

4. Conclusion – La ronde des familles (10 min)

Forme un grand cercle autour du « village ».

Lorsque tu énonces une phrase, les Nutons qui se reconnaissent s'avancent d'un pas dans le cercle.

Commence par : « Dans ma famille... »

- « ... on se fait des câlins le matin. »
- « ... on se dispute pour la tablette. »
- « ... on mange ensemble. »
- « ... on part en vacances ensemble. »
- « ... on se dispute parfois, mais on se réconcilie. »
- « ... on aime chanter, rire, jouer... »
- « ... on mange des pizzas quand on fait la fête. »
- « ... on ne regarde jamais la télévision. »
- « ... on fête les anniversaires de la famille. »
- « ... on partage équitablement les bonbons. »

Fais observer les enfants : à chaque phrase, le cercle se mélange. Cela permet de se rendre compte qu'on partage beaucoup, même dans des familles différentes.

Le Staff conclut : « Toutes les familles ne se ressemblent pas, mais n'ont pas moins de valeur. »

Posture de l'Animateur

Attitudes et formulations à privilégier	<ul style="list-style-type: none"> • Introduire la diversité avant la création, pour éviter une activité miroir • Valoriser la parole de chaque enfant, sans la hiérarchiser • Prêter attention à la sensibilité de chacun : ne pas forcer à parler de sa propre famille • Garder un ton inclusif et bienveillant
Points de vigilance	<ul style="list-style-type: none"> • Veiller à ce qu'aucune famille ne soit tournée en dérision ou marginalisée • Si un enfant exprime une réaction négative (« Deux papas, ça n'existe pas »), reformuler calmement : « Si, certaines familles sont comme ça. Ce qui compte, c'est qu'elles s'aiment. »

Variante ou adaptation

Inventer une mini-histoire sur la famille de leur maison (ce qu'elle aime faire, ses traditions, son repas préféré). Exposition finale du « village vivant ».



Titre de l'activité	La blague à l'endroit
Objectif de l'activité	Identifier les stéréotypes présents dans les histoires, blagues ou chansons, et apprendre à les questionner.
Durée	70 minutes
Matériel nécessaire	<ul style="list-style-type: none">• Cinq à six blagues ou courtes histoires imprimées (adaptées à l'âge)• Feuilles, marqueurs, accessoires simples (foulards, chapeaux, etc.)

Déroulement

1. Introduction (5 min)

Le Staff introduit : « On entend souvent des blagues ou des petites histoires. Certaines font rire tout le monde... d'autres un peu moins. Aujourd'hui, on va apprendre à les remettre à l'endroit pour qu'elles fassent du bien à tout le monde ! »

2. Collection de blagues (10 min)

Le Staff invite les enfants à raconter des blagues qu'ils connaissent. Note celles qui reviennent le plus.

3. Tri des blagues (10 min)

Crée trois espaces au sol : drôle et gentil, à réfléchir et pas drôle, blessant. Les enfants se déplacent selon ce qu'ils pensent après chaque blague.

Discute ensuite avec le Groupe : « Pourquoi celle-ci fait rire ? Pourquoi celle-là peut blesser ? »

4. Découverte des blagues stéréotypées (10 min)

Le Staff lit plusieurs blagues simples :

- « Comment reconnaît-on une blonde qui joue à cache-cache ? »
- « Quelle est la différence entre un homme et un chat ? »
- « Pourquoi les blagues sur les blondes sont-elles si courtes ? »
- « Qu'est-ce qu'une manifestation d'aveugles ? »

Après chaque lecture, le Staff demande :

- « De quoi ça parle ? À votre avis, sur quoi va porter la chute ? »
- « Qui est visé dans cette blague ? »
- « Est-ce que tout le monde peut rire de ça ? »

Donne ensuite la chute des blagues pour voir si les théories des enfants étaient correctes :

- « Elle y joue seule. »
- « Aucune, les deux ont très peur de l'aspirateur. »
- « Pour que les hommes s'en souviennent. »
- « Un festival de cannes. »

5. La blague à l'endroit (20 min)

En petits groupes, les enfants choisissent une blague (soit proposée par le Staff soit une de la catégorie « à réfléchir ») et la réinventent pour qu'elle :

- garde l'humour,
- ne se moque plus de personne.

Ils peuvent : inverser les rôles, changer la fin ou exagérer le ridicule du stéréotype.

6. Mise en scène (10 min)

Chaque groupe présente sa version « à l'endroit » sous forme de petite scène ou de sketch.

Les rires sont encouragés... tant qu'ils rassemblent !

7. Conclusion (5 min)

Le Staff conclut : « L'humour, c'est fait pour partager et se sentir bien ensemble. Une blague à l'endroit, c'est quand tout le monde peut rire sans que personne ne soit blessé. »

Posture de l'Animateur

Attitudes et formulations à privilégier

- Garder une ambiance légère, sans jugement
- Valoriser les idées créatives : même absurdes, elles montrent la compréhension
- Si une blague met mal à l'aise : écouter, reformuler, rassurer

Points de vigilance

- Choisir des blagues adaptées à l'âge (ni trop dures ni sexuelles)
- Ne jamais forcer un jeune à jouer un rôle stigmatisant
- Clore toujours sur l'idée d'un **rire bienveillant**

Variante ou adaptation

- Faire réécrire par les enfants seulement la chute à l'écrit ou en dessin.
- Créer un « festival du rire juste » : chaque groupe invente sa propre blague positive.



Titre de l'activité	La course des privilèges
Objectif de l'activité	Prendre conscience de l'impact des actes discriminatoires dans la vie quotidienne et identifier les caractéristiques associées aux notions de privilèges et d'intersectionnalité.
Durée	50 minutes
Matériel nécessaire	<ul style="list-style-type: none">• Fiches personnage (une par jeune) décrivant brièvement un profil de vie varié (annexes à télécharger sur la page Guides.be/evras ; voir code QR ci-dessous)• Liste d'affirmations (annexes à télécharger sur la page Guides.be/evras ; voir code QR ci-dessous)  <ul style="list-style-type: none">• Du ruban adhésif ou tout autre matériel permettant de marquer la ligne de départ et la position finale
Déroulement	
<p>1. Introduction (5 min)</p> <p>Le Staff introduit : « On va faire une course un peu particulière : tout le monde ne reçoit pas les mêmes choses, comme dans la vie. Ce jeu va nous aider à comprendre ce qu'on appelle les privilèges et les inégalités. »</p> <p>Distribue une fiche personnage à chaque jeune (voir annexes) et précise que c'est un jeu de rôle, que le but n'est pas de se moquer ni de juger les différences.</p> <p>2. La course des privilèges (15 min)</p> <p>Les jeunes se placent côte à côte sur une ligne de départ. Le Staff lit une trentaine d'affirmations une à une (voir annexes). Exemple d'affirmations :</p> <ul style="list-style-type: none">• « Avance d'un pas si tu peux aller chez le médecin quand tu veux. »• « Recule d'un pas si on s'est déjà moqué de toi à cause de ton apparence. »• « Avance d'un pas si tu peux pratiquer ton activité préférée sans que l'on se moque. »• ...	

Le Staff veille à maintenir un rythme lent et à observer les réactions.

À la fin de la liste d'affirmations, la course des privilèges s'arrête : des jeunes sont loin devant, d'autres sont toujours à la ligne de départ.

3. Prise de conscience (3 min)

Après avoir lu tous les énoncés, demande aux jeunes de prendre le temps de regarder où ils se trouvent par rapport aux autres. Laisse un court moment de silence pour que les jeunes visualisent la scène.

4. Débrief collectif (20 min)

Rassemble le Groupe en cercle. Laisse les jeunes s'exprimer sur leur ressenti et guide la discussion. Voici quelques questions possibles :

- « Qu'est-ce que vous avez ressenti pendant la course ? Quel sentiment éprouve-t-on quand on se trouve à l'avant du groupe ? À l'arrière ? Au milieu ? »
- « À quel moment vous êtes-vous dit : ce n'est pas juste ? »
- « Quels sont les facteurs auxquels vous n'aviez jamais réfléchi jusqu'ici ? »
- « Que pourrait-on faire pour éviter que d'autres personnes aient elles aussi à reculer d'un pas pour les mêmes raisons que vous ? »
- « C'est quoi, pour vous, un privilège ? »
- « Comment votre compréhension de vos privilèges ou de vos marginalisations peut-elle améliorer vos relations avec vous-mêmes et avec les autres ? »

L'objectif est de faire émerger qu'un privilège, c'est un avantage que l'on a sans l'avoir choisi. Ce n'est pas une faute, mais c'est important d'en être conscient pour agir plus justement.


5. Conclusion (5 min)

Le Staff conclut : « Ce qu'on vient de vivre ne vise pas à faire culpabiliser, mais à ouvrir les yeux : dans la vie, on ne part pas tous du même endroit. Ce qu'on peut faire, c'est reconnaître nos privilèges, écouter les vécus différents du nôtre, et garder les yeux ouverts sur les injustices du système. La prise de conscience, c'est le premier pas pour agir avec plus d'empathie et d'équité. »



Posture de l'Animateur	
Attitudes et formulations à privilégier	<ul style="list-style-type: none">• Observer attentivement les émotions : la course peut susciter colère, gêne, sentiment d'injustice, culpabilité ou réactions défensives• Rappeler que l'objectif n'est pas de juger ou de pointer les personnes qui ont plus ou moins de privilèges, mais de prendre conscience de la diversité des situations et des obstacles• Laisser un temps suffisant pour le retour émotionnel et la discussion• Encourager les jeunes à réfléchir à des pistes d'action concrètes : « Que puis-je faire, moi, pour que ce soit plus juste dans mon Groupe, ma classe, mon Unité ? »
Points de vigilance	<ul style="list-style-type: none">• Toujours s'abstenir de demander à un jeune de « parler de sa vraie vie » : les fiches sont fictives et servent à réfléchir collectivement• Éviter de donner un rôle potentiellement proche de la vie d'un jeune• Surveiller les rires nerveux, moqueries ou malaises : intervenir immédiatement pour recentrer le cadre• Prévoir un espace d'écoute individuelle après l'activité si un jeune se sent touché• Si les émotions sont fortes (pleurs, colère), accueillir et nommer ce qui est vécu plutôt que chercher à apaiser trop vite
Variante ou adaptation	
Si un jeune a une mobilité réduite, penser le jeu différemment : créer un plateau de jeu avec des pions à déplacer ou remplacer le nombre de pas par des cartes ou des jetons.	



Titre de l'activité	La fusée
Objectif de l'activité	Développer une pensée critique sur les valeurs et droits, et apprendre à débattre en respectant la diversité des points de vue.
Durée	60 - 75 minutes
Matériel nécessaire	<ul style="list-style-type: none">• Fiches personnages (annexes à télécharger sur la page Guides.be/evras ; voir code QR ci-dessous)  <ul style="list-style-type: none">• Une feuille ou un panneau représentant la « fusée » (places limitées)• Papier, feutres, post-it• Sablier ou minuterie (facultatif)
Déroulement	
<p>1. Introduction (5 min) Le Staff introduit l'activité : « Une météorite s'apprête à frapper la Terre. Une fusée peut emmener X personnes pour reconstruire une nouvelle société ailleurs. Vous allez devoir débattre pour décider qui embarque. L'objectif : réfléchir à nos valeurs et à ce qu'on juge important tout en écoutant et respectant les autres. » Le nombre de personnes à sauver est variable selon la taille du Groupe (l'équivalent de 25 à 30% de celui-ci). Veille à insister : ce n'est pas un jugement moral réel ; chaque rôle représente un point de vue social à questionner, pas une personne à éliminer.</p> <p>2. Attribution des rôles (10 min) Distribue une fiche personnage à chaque jeune (voir annexes). Ces rôles représentent des profils variés (ex. : âge, genre, éducation appartenance culturelle et sociale, croyances, etc.) Chaque fiche présente un profil complet, combinant plusieurs aspects (au moins trois). En effet, plus le personnage est nuancé, plus le débat sera intéressant ! Exemples : « femme de 35 ans, médecin, en fauteuil roulant, divorcée et mère d'un enfant » ; « personne trans et homosexuelle, influenceuse, très militante pour le climat ». Chaque jeune lit son rôle et prend deux minutes pour imaginer ses arguments : pourquoi mériterait-il/elle une place ? Que pourrait-il/elle apporter à la « nouvelle société » ?</p>	

3. Débat de sélection (25 min)

Les jeunes se regroupent et débattent collectivement pour choisir qui embarquera dans la fusée.

Chaque personnage se présente brièvement (30 secondes maximum) : « Je suis [nom du rôle] et voici pourquoi je devrais embarquer. »

Ensuite, le débat s'ouvre librement. Le Groupe doit parvenir à un consensus collectif sur les X personnes qui seront sauvées.

Le Staff veille à garantir le cadre de la discussion (pas le contenu), la parole de chacun et à éviter les attaques personnelles. Il intervient uniquement pour réguler le temps, reformuler une consigne ou recentrer si le débat devient injuste ou excluant. Pense à instaurer un système de carte « pause », ou un geste, si un débat devient trop tendu.

Un membre du Staff peut rester en retrait pour observer les dynamiques au sein du Groupe et faire un retour par la suite (qui parle, qui reste en retrait, qui est écouté ?). Un autre membre peut noter des éléments utiles pour le débriefing, sans influencer le fond du débat.

Le Staff n'intervient ni pour défendre un point de vue, ni pour orienter les choix : le but est que les jeunes fassent émerger par eux-mêmes les critères qu'ils jugent importants.

4. Débrief collectif (20 min)

En grand groupe, en cercle, et hors des rôles, le Staff lance la discussion :

- « Comment avez-vous ressenti les discussions ? »
- « Quelles valeurs ont pris le dessus ? (utilité, justice, équité, émotions, solidarité...) »
- « Qu'avez-vous découvert sur vos propres jugements ? »
- « Est-ce facile d'arriver à un consensus collectif ? »

L'objectif est de faire émerger que dans la vraie vie, les débats de société posent les mêmes questions : qui a voix au chapitre ? Qui décide des priorités ? Débattre, c'est apprendre à écouter, questionner et reconnaître la légitimité des autres points de vue, même quand on n'est pas d'accord.

Dans un débat, ce n'est pas seulement ce qu'on pense qui compte, mais pourquoi on le pense.

Développer une pensée critique, c'est apprendre à mettre ses valeurs en question, à analyser d'où viennent nos jugements (éducation, culture, émotions, habitudes) et à écouter sans tout de suite vouloir avoir raison.

L'objectif n'est pas d'être d'accord, mais de comprendre ce qui influence nos choix et ce qui construit notre vision du juste.



4. Conclusion (5 min)

Le Staff conclut : « Nos valeurs se révèlent souvent quand on doit faire des choix. Développer une pensée critique, c'est apprendre à interroger ces valeurs, à écouter celles des autres, et à construire ensemble des décisions plus justes. »

Posture de l'Animateur

Attitudes et formulations à privilégier	<ul style="list-style-type: none">• Garantir le respect et la sécurité émotionnelle du débat : aucune attaque personnelle ni moquerie sur les profils• Observer les dynamiques : qui parle, qui se tait, qui interrompt ?• Rappeler régulièrement que le jeu met en scène des points de vue, pas des jugements réels sur les jeunes• Encourager la diversité d'arguments (émotionnels, éthiques, sociaux, écologiques...)• Après l'activité, proposer un temps pour nommer les émotions ressenties et les biais repérés
Points de vigilance	<ul style="list-style-type: none">• Certains rôles peuvent être sensibles (ex. : religion, identité de genre, handicap) : adapter les fiches selon le contexte• Éviter que la discussion se transforme en classement des vies « plus utiles » ou « moins utiles » ; recentrer sur les valeurs collectives• Prévoir un vrai temps de débriefing : c'est là que se fait la prise de conscience• Si les débats s'enflamment, rappeler les règles : écouter, ne pas couper, ne pas juger la personne, mais analyser l'argument

Variante ou adaptation

Après le débat, inventer une charte pour la nouvelle société : quelles valeurs fondamentales ? Quelles règles pour garantir l'équité ?

Identité de genre, expression de genre et attirances

Présentation synthétique

Le genre et l'orientation sexuelle touchent à l'identité personnelle : comment on se ressent (identité) ; quelles caractéristiques extérieures genrées on manifeste, consciemment ou non, et comment elles sont perçues par les autres (expression) ; et quel désir romantique ou sexuel on éprouve et envers qui (attirance). Ces sujets peuvent émerger tôt, souvent à travers des questions, des jeux ou des remarques. Offrir un cadre accueillant et inclusif permet aux jeunes de se sentir respectés et de s'épanouir sans pression.

Où et comment ça se joue en animation

- Dans les jeux ou répartitions de rôles genrés (« jeu de filles/garçons », force/douceur, meneur/suiveur)
- À travers des blagues ou moqueries liées aux vêtements, aux goûts, aux attitudes
- Quand un jeune se questionne, demande qu'on l'appelle par un autre prénom, ou exprime une identité spécifique
- Dans les représentations et stéréotypes qu'on véhicule à travers les mises en thème, les histoires, les supports utilisés ou même le langage employé

Posture et vigilance du Staff

- Employer un langage inclusif, sans supposer le genre ou l'orientation (« les Guides », « vos potes »)
- Éviter de genrer les activités ou comportements (« c'est un jeu de filles »)
- Écouter sans juger : « Merci de me le dire », « Tu peux être toi ici »
- Garantir un espace safe et bienveillant, en posant clairement les règles de respect

À retenir

Chaque jeune a le droit d'être reconnu et respecté dans son identité et son orientation. Le rôle du Staff est d'assurer un climat bienveillant, clair et sécurisant, où les moqueries, assignations ou jugements n'ont pas leur place.

Il n'est pas attendu que le Staff « sache tout » ou ait toujours la bonne réponse. Ce qui compte, c'est l'écoute, la volonté de bien faire et la capacité à dire : « Je ne sais pas, mais je vais me renseigner » ou « Merci de m'avoir partagé ça ». Se tromper, faire une maladresse ou ne pas avoir les bons mots sur le moment, ça arrive. L'important est de rester ouvert, de s'excuser si besoin, et de chercher à progresser.

Un climat inclusif se construit par des petites attentions régulières : langage le plus inclusif possible, réactions aux moqueries, reformulation des stéréotypes ou encore prise en compte des demandes individuelles.

Au-delà de ton rôle d'animation

Certaines situations dépassent le cadre de l'animation. Dans ces cas-là, **passer le relai fait partie de ta responsabilité** et constitue déjà une action à part entière.

Il est nécessaire de solliciter un relai lorsque tu es face à :

- une souffrance profonde liée à l'identité ou à l'orientation, notamment en cas de rejet familial ou de harcèlement sévère ;
- un besoin de suivi médical, psychologique ou spécialisé (consultations en santé, soutien psychothérapeutique) ;
- des discriminations ou des violences graves nécessitant un recours à des associations ou aux autorités compétentes.

Dans ces cas, oriente la personne concernée vers un **Chef d'Unité, la Cellule de Crise, ou des professionnels externes** (médical, psychosocial, juridique) selon la situation (voir liste p. 152).

Passer le relai, ce n'est ni abandonner ni échouer : c'est **agir à ton niveau**, protéger les jeunes et respecter le cadre de ton rôle.



Rappel du cadre

Les adultes du Mouvement (Animateurs, Chefs d'Unité, Cadres de Région, Cadres de Formation, membres de l'Équipe Fédérale, personnes-ressources de la Cellule de Crise, permanents du Carrick) **ne sont pas des professionnels de l'EVRAS.**

Il n'est pas attendu de leur part d'être des experts en la matière, mais bien de **se tourner vers les professionnels, associations extérieures ou partenaires spécifiques** quand une situation dépasse les moyens internes au Mouvement.

La liste de ces ressources extérieures se trouve en page 152 de cet outil.

Ressources pour aller plus loin

- Centre Hubertine Auclert. (2015). *C'est quoi le genre ?* [Vidéo]. YouTube. Extrait de <https://tr.ee/IB4CEk>
- Crible ASBL. (2025, février). *Ce n'est pas normal ! — Kit de déconstruction pour répondre aux idées reçues sur les personnes LGBTQIA+* [PDF]. Extrait de <https://tr.ee/UGo0Mx>
- Crible ASBL. (2025, septembre). *Swipe_Web_SD* [PDF]. Extrait de <https://tr.ee/ifaScZ>
- O'YES ASBL. (2024). *RainbowGame FDP 2024 — Planches* [PDF]. Extrait de <https://tr.ee/5u4Ewu>
- PixiELS ASBL. (2019). *Guide jeunes LGBTQIA+ 2019-2020*. Extrait de <https://tr.ee/W77MyP>
- Sofélia. (2025). *Parlons transidentités : Stop aux idées reçues* [Campagne web]. Extrait de <https://tr.ee/1eeS9y>
- Vermont, C. (2023). *Corps, amour, sexualité : Y'a pas d'âge pour se poser des questions !* Paris : Albin Michel.



Nutons (5-7 ans)

Un signal : Un Nuton aux cheveux longs et aux lunettes roses reçoit régulièrement des remarques des autres qui le prennent pour une fille.

Une clé : Les enfants commencent à comprendre les différences entre garçons et filles selon des codes sociaux (couleurs, habits, cheveux...). Ce qui sort de ces normes peut surprendre. C'est une occasion d'apprendre le respect des différences et la liberté de chaque individu à s'exprimer sans stéréotype.

Un geste : Rappeler que les cheveux, les couleurs ou les vêtements ne déterminent pas le genre. Proposer un échange ludique et simple sur les diverses façons d'être, en valorisant la tolérance et le respect.

Lutins (7-11 ans)

Un signal : Pendant une veillée discussion, un Lutin confie être amoureux d'une personne du même genre à l'école. Le reste du groupe réagit par des rires nerveux, des « beurk », ou pose des questions intrusives.

Une clé : Les premiers sentiments amoureux apparaissent, parfois envers une personne du même genre. Pour beaucoup, c'est nouveau et peut susciter gêne, moquerie ou maladresse. Accueillir la diversité des attirances permet de créer un climat de confiance et de sécurité.

Un geste : Stopper immédiatement les moqueries et rappeler que tous les sentiments sont normaux. Reformuler simplement : certaines personnes aiment des personnes du même genre, d'autres non, et tout est légitime. Proposer ensuite un petit jeu ou un échange guidé sur l'amitié, l'amour et le respect des différences.

Aventures (11-15 ans)

Un signal : Une jeune annonce être transgenre. Le Groupe réagit avec curiosité, parfois stéréotypes ou maladresse, et certains parents expriment de l'inquiétude.

Une clé : L'annonce de la transidentité d'une personne peut bousculer les représentations et susciter beaucoup de questions. Les réactions mélangent souvent curiosité, maladresse et incertitude. Un cadre inclusif est essentiel pour soutenir la personne et prévenir les propos discriminants.

Un geste : Rappeler les règles de respect (usage du prénom et des pronoms choisis et application des accords grammaticaux correspondants). Offrir un temps de parole où tout le monde peut poser ses questions au Staff de manière respectueuse. Informer les parents de la démarche d'inclusion et des valeurs du Mouvement pour assurer un soutien collectif.

Horizons (15-17 ans)

Un signal : Un couple se forme au sein de la Chaine entre un garçon et une fille du même âge. La bande de copines du garçon se moque, convaincue qu'il est homosexuel, alors qu'il ne l'a jamais exprimé.

Une clé : Les stéréotypes liés au genre et aux attirances sont souvent très présents à cet âge. Ils entraînent des jugements hâtifs et des moqueries qui fragilisent la confiance en soi et la liberté d'être soi-même.

Un geste : Encourager un atelier de réflexion ou un débat sur les stéréotypes de genre et d'orientation. Mettre en lumière leur origine sociale et leurs impacts. Favoriser l'empathie et rappeler que chaque individu a le droit de vivre son identité et ses relations sans étiquette ni pression.

Rappel du cadre


Ces repères donnent des pistes concrètes dans ton rôle d'animation.

Si tu observes une souffrance émotionnelle intense ou durable (dépression, automutilation, idées suicidaires...), oriente-toi vers ton Chef d'Unité, ton Cadre de Région ou la Cellule de Crise.

Certaines situations nécessitent de passer le relai à des professionnels de santé ou des associations spécialisées.

Activités de sensibilisation



Titre de l'activité	Les couleurs n'ont pas de genre
Objectif de l'activité	Comprendre que les vêtements, couleurs ou jeux ne définissent pas si l'on est une fille, un garçon, les deux ou aucun des deux.
Durée	40 à 50 minutes
Matériel nécessaire	Une série d'images : vêtements, objets, jouets, couleurs, métiers, etc. (annexes à télécharger sur la page Guides.be/evras ; voir code QR ci-dessous) 
Déroulement	
<p>1. Introduction (5 min) Le Staff introduit : « Parfois, on dit que certaines choses sont “pour les filles” ou “pour les garçons”. Et si on regardait ensemble si c'est toujours vrai ? »</p> <p>2. Tri collectif (15 min) Donne une ou deux images à chaque enfant (voir annexes). Chacun, à son tour, vient placer celle-ci dans une catégorie : fille / garçon / les deux. Demande à chaque fois à l'enfant d'expliquer son classement. Quand un enfant exprime clairement que c'est uniquement pour les filles ou uniquement pour les garçons, le Staff pose des questions : « pourquoi ? Qu'est-ce qui te fait dire ça ? ». L'équipe d'animation ne cherche pas à corriger, mais bien à ouvrir la discussion.</p> <p>3. Le cercle des envies (10 min) Le Groupe est en cercle. Le Staff sélectionne quelques images et pose la question : « qui aime ça ? Qui a déjà joué avec ça ? Qui voudrait essayer ? » Si la réponse est positive, alors les enfants font un pas en avant. Quand les enfants avancent d'un pas, l'équipe d'animation insiste sur la surprise positive : « Ah tiens, vous êtes plusieurs à aimer ça ! Comme quoi, les goûts n'ont pas de genre et ne sont pas liés à une étiquette. »</p>	

4. Défilé libre (10 min)

Le Staff annonce : « Et maintenant, place au grand défilé de la liberté ! Vous pouvez être qui vous voulez, aimer ce que vous voulez... c'est parti ! »

Avec les accessoires à disposition, chacun invente une tenue rigolote, sérieuse ou surprenante. Les enfants défilent ou se présentent en disant : « Je suis [prénom] et j'aime [objet, couleur, activité] ! »

L'objectif est de valoriser la liberté d'expression et de montrer qu'il n'y a pas de « bon » ou « mauvais » gout selon le genre.

5. Conclusion (10 min)

Le Staff conclut l'animation en demandant : « Est-ce qu'il y a des choses que l'on n'a pas le droit d'aimer ou de faire parce qu'on est une fille ou un garçon ? Qu'est-ce que vous diriez à une personne qui dit "ça c'est pour les filles/garçons" ? »

Les enfants choisissent une phrase de conclusion du type « On a tous le droit d'aimer ce qu'on veut, de s'habiller ou de jouer comme on veut. »

Posture de l'Animateur

Attitudes et formulations à privilégier	<ul style="list-style-type: none">• Valoriser la diversité des goûts : « Regardez, vous aimez plein de choses différentes ! »• Éviter toute correction frontale : utiliser l'humour et la reformulation douce• Souligner les valeurs de respect et d'ouverture : « C'est bien que chaque personne puisse choisir. »
Points de vigilance	<ul style="list-style-type: none">• Ne pas caricaturer (« les garçons en robe », « les filles au foot ») : rester sur le plaisir et le choix• Si un enfant exprime du rejet, ne pas forcer l'adhésion – l'important, c'est qu'il entende d'autres points de vue

Variante ou adaptation

Utiliser du matériel du quotidien disponible sur place pour contrer le côté stéréotypé des images.



Titre de l'activité	Il était une fois ...
Objectif de l'activité	Reconnaitre la diversité des sentiments amoureux et accueillir toutes les orientations.
Durée	50 minutes
Matériel nécessaire	<ul style="list-style-type: none">• Cartes émotions du jeu <i>Guid'Émoi</i> (joie, fierté, gêne, amitié, amour, admiration, timidité, colère, etc.)• Feuilles et crayons• Quelques accessoires simples (foulards, chapeaux, rubans...)

Déroulement

1. Brise-glace : la ronde des émotions (10 min)

Le Staff distribue les cartes sentiments (une par enfant) et introduit la thématique : « Ces cartes montrent ce que l'on peut ressentir pour les gens que l'on aime ou que l'on admire. Il y a plein de manières d'aimer quelqu'un : un ami, un parent, une personne que l'on trouve belle, ou quelqu'un que l'on admire ! »

Les enfants circulent dans l'espace. Au signal, deux enfants se rencontrent et chacun dit une phrase où son émotion peut exister :

- « Je suis fière... de ma grande sœur. »
- « Je suis amoureux... d'un copain de ma classe. »
- « Je suis en colère... contre mon meilleur ami. »
- « J'admire... mon papa qui cuisine bien. »

L'objectif est de normaliser la diversité des émotions et des sentiments, de montrer qu'il n'y a pas qu'un seul type d'amour ».

Le Staff valorise : « On peut aimer plein de personnes de plein de façons différentes, et tout ça, c'est de l'amour. »

2. Analyse d'histoires d'amour connues (10 min)

Rassemble les enfants en petits groupes et demande-leur de lister des histoires d'amour (contes, dessins animés, etc.). Un membre du Staff pose des questions :

- « Dans cette histoire, sous quelle forme se présente l'amour ? Quels personnages cela concerne-t-il ? »
- « Comment se construit leur relation ? »

Le membre du Staff aide ensuite les enfants à repérer les modèles récurrents souvent véhiculés par ces histoires.

Il peut expliquer par exemple que, dans beaucoup de contes et de dessins animés plus anciens (*Blanche-Neige et les sept nains*, *Cendrillon*, *La Belle au bois dormant*, films d'animation produits par les studios Disney), l'histoire d'amour suit souvent le même schéma :

- une princesse douce, gentille et belle,
- un prince courageux qui arrive de l'extérieur,
- un amour qui naît rapidement,
- une fin heureuse qui est presque toujours le mariage.

Dans ces récits, l'amour romantique est présenté comme central, parfois comme la solution à tous les problèmes.

Le Staff peut ensuite montrer que certains films plus récents proposent autre chose. Par exemple, dans *La Reine des Neiges* des mêmes studios d'animation, l'histoire ne tourne pas principalement autour d'un couple amoureux :

- l'amour le plus important est celui entre deux sœurs,
- l'héroïne n'est pas sauvée par un prince,
- le film insiste sur l'autonomie, la famille et l'amitié.

L'objectif est de faire comprendre que les histoires évoluent, que les modèles changent, et que l'amour ne se limite pas à un couple romantique « fille-garçon », mais peut aussi être familial, amical, ou basé sur l'admiration et le respect.

3. Réécriture d'histoires (20 min)

Toujours en petit groupe, les enfants choisissent une histoire stéréotypée et inventent une version plus moderne et plus libre (par exemple : le héros choisit de vivre seul ; deux filles tombent amoureuses ; le prince devient le meilleur ami de la fille, etc.) : « Et si on inventait une fin où tout le monde est respecté et aimé comme il est ? »

4. Saynètes (10 min)

Chaque groupe présente sa version sous forme de saynète aux autres groupes.

5. Conclusion (5 min)

Le Staff pose des questions : « qu'a-t-on découvert aujourd'hui sur les manières d'aimer ? », « Est-ce que dans nos histoires, tout le monde a pu être heureux à sa façon ? »

Le Staff conclut sur le message principal : « Il y a mille façons d'aimer et d'être soi-même. Dans les contes, les films, les histoires comme dans la vraie vie, l'amour, c'est le respect et la liberté. »



Posture de l'Animateur	
Attitudes et formulations à privilégier	<ul style="list-style-type: none">• Laisser émerger la curiosité naturelle des enfants sans corriger leurs représentations de manière frontale• Encourager la créativité : il n'y a pas de « mauvaise » histoire• Valoriser les émotions exprimées plutôt que la cohérence du scénario• Garder un ton léger, ludique et positif : l'objectif n'est pas de parler d'amour « d'adulte », mais de montrer que chacun peut ressentir et aimer différemment
Points de vigilance	<ul style="list-style-type: none">• Rappeler qu'on ne rit pas des sentiments exprimés par les autres• Si un enfant exprime un malaise ou une situation personnelle, rester à l'écoute sans chercher à interpréter ; offrir à l'enfant la possibilité d'en discuter individuellement ; en parler ensuite en Staff si nécessaire• Prévoir des histoires variées et plus actuelles (pas que des histoires de princes et princesses)
Variante ou adaptation	
<ul style="list-style-type: none">• Si peu de temps, ne réécrire et ne jouer qu'une seule scène du conte (la rencontre ou la fin plutôt que toute l'histoire)• Si le groupe ne veut pas jouer devant les autres : raconter la nouvelle version avec une personne du Staff qui la lit à voix haute ou dessiner les deux versions et les comparer	



Titre de l'activité	La ligne des attitudes
Objectif de l'activité	Comprendre la diversité des identités et expressions de genre, et apprendre à la respecter dans le groupe.
Durée	45 minutes
Matériel nécessaire	<ul style="list-style-type: none">• Ruban adhésif ou corde pour tracer une ligne au sol• Cartes situations préparées par le Staff

Déroulement

1. Introduction (5 min)

Le Staff introduit la thématique : « Dans la vie de groupe, on peut être témoin ou acteur de situations où quelqu'un est jugé pour sa manière d'être, de s'habiller, ou pour qui il aime. Chacun réagit différemment : certains soutiennent, d'autres ne savent pas comment réagir, d'autres encore rien pour suivre le mouvement. Aujourd'hui, on va explorer nos réactions face à ce genre de situations. »

Le Staff installe la « ligne des attitudes » au sol : une extrémité représente « Je ne réagis pas / j'hésite », l'autre « J'interviens / je soutiens ».

2. Mise en situation : je me positionne (25 min)

Le Staff lit une série de situations concrètes (préparées à l'avance).

Quelques exemples

- « Quelqu'un du groupe dit vouloir qu'on l'appelle par un autre prénom. »
- « Un garçon du groupe passe son temps libre avec les filles, certains font des remarques homophobes. »
- « Un jeune se moque d'une tenue jugée "trop féminine / trop masculine". »
- « Pendant une discussion, un ami dit être attiré par quelqu'un du même genre. »
- « Une jeune dit qu'elle ne se sent ni fille ni garçon. »
- « Deux garçons sont très proches, cela crée des rumeurs sur eux. »
- « Certains membres du groupe désignent Jeanne comme "un garçon manqué". »

À chaque situation :

- les jeunes se placent sur la ligne selon leur réaction instinctive ;
- le Staff demande : « Pourquoi as-tu choisi cette position ? » ;
- les jeunes échangent brièvement leurs points de vue.

Le but n'est pas de juger, mais de comprendre la diversité des réactions et ce qui les motive. Les jeunes sont invités à se déplacer en fonction de la discussion si leur position évolue.

3. Discussion collective (10–15 min)

Le Staff ouvre la réflexion guidée sur les valeurs Guides :

- « Qu'est-ce qui vous a fait hésiter à intervenir ? »
- « Comment peut-on réagir quand on n'est pas à l'aise ? »
- « Comment le Groupe peut-il créer un climat où chacun se sente respecté ? »
- « Quelles sont les réactions qui, selon vous, renforcent le respect et la confiance ? »

Le Staff note les idées sur des post-it ou un tableau pour faire émerger les valeurs communes du Groupe.

4. Conclusion (5 min)

Le Staff reformule : « Nos réactions, même petites, ont un impact énorme sur le bien-être des autres. Comprendre la diversité des identités, c'est aussi apprendre à être attentif, à soutenir, à ne pas laisser passer les moqueries. Dans notre Groupe, chacun doit pouvoir être soi-même. »


Posture de l'Animateur

Attitudes et formulations à privilégier	<ul style="list-style-type: none">• Rappeler dès le départ que le respect et la bienveillance sont la base• Être attentif aux réactions : ne jamais humilier ni mettre en avant un jeune• Encourager l'expression des émotions (« je ne savais pas », « ça me met mal à l'aise ») plutôt que de juger les positions• Reformuler calmement les propos maladroits pour les rendre constructifs• S'assurer qu'aucune situation ne se transforme en débat sur une personne réelle
Points de vigilance	<ul style="list-style-type: none">• L'activité peut susciter de la gêne ou des émotions fortes : prévoir un temps de décompression ensuite (jeu calme, chanson, gouter).• Éviter d'imposer de « bonnes réponses » : l'objectif est la prise de conscience, pas la correction.• Veiller à la sécurité émotionnelle : si un jeune semble touché personnellement, proposer un échange individuel après l'activité.

Variantes ou adaptations

- Pour un groupe plus grand : former plusieurs « lignes » et comparer ensuite les réactions
- Pour un groupe plus timide : utiliser des cartons de couleur à lever (« j'interviens », « je ne sais pas », « je ne dis rien »)



Titre de l'activité	Mes influences et moi
Objectif de l'activité	Questionner les stéréotypes liés au genre et aux attirances, et réfléchir à la liberté d'être soi-même sans étiquette imposée.
Durée	80 minutes
Matériel nécessaire	<ul style="list-style-type: none">• Les définitions de concepts (annexes à télécharger sur la page Guides.be/evras ; voir code QR ci-dessous)  <ul style="list-style-type: none">• Dépliants, revues et magazines• Extrait de séries, dessins animés, films et clips vidéos• Post-it et feutres• Tableau des différentes bulles (voir annexes)
Déroulement	
<p>1. Préparation du Staff en amont Avant de vivre cette activité, il est nécessaire que le Staff se sente outillé et suffisamment à l'aise avec les concepts clés liés au genre, aux attirances, mais également aux préjugés, aux stéréotypes et aux discriminations (savoir les expliquer aux jeunes). Retrouve ceux-ci en annexe.</p> <p>2. Introduction et cadre de bienveillance (5 min) Le Staff présente le thème : « Les médias transmettent des images de qui nous devrions être ou aimer, et cela influence nos perceptions de genre et des attirances. » Si nécessaire, le Staff explique quelques notions clés (identité de genre, expression de genre, attirances). Il pose ensuite les règles pour la discussion qui va suivre : respect, écoute, non jugement et confidentialité.</p> <p>3. Les stéréotypes véhiculés dans les médias (20 min) Le Staff diffuse des extraits et montre les documents papiers sélectionnés qui véhiculent :</p> <ul style="list-style-type: none">• des stéréotypes de genres : rôles traditionnellement masculins ou féminins (ex. : publicité de jouets, produits ménagers, scènes romantiques où la femme attend et l'homme agit) ;• des stéréotypes liés aux attirances : couples « hétéro-normés » comme seul modèle, absence ou caricature de couples LGBTQIA+, clichés sur les comportements supposés selon l'orientation sexuelle.	

Les jeunes notent sur une feuille ou des post-it :

- les stéréotypes observés ;
- ce qui est exclu ou invisible dans ces supports (par exemple l'absence de diversité de genres) ;
- les émotions ou impressions que cela leur provoque.

4. Débats et réflexion (20 min)

Le but de l'activité est de faire émerger les différents stéréotypes et d'amener les jeunes à développer leur esprit critique et à s'interroger. Le Staff lance le débat et relance celui-ci si nécessaire avec des questions pour l'alimenter :

- « Quels stéréotypes de genre et aux attirances avez-vous identifiés ? »
- « Quelle est l'intention derrière ces images : intérêt financier ? Humour ? Renforcement de préjugés afin d'induire des comportements attendus ? »
- « Quelle est la pertinence de ce message ? Quelle attitude adopter face à celles-ci ? »
- « Comment ces images influencent-elles nos attentes sur « ce qu'il faut être » ou « qui aimer » ? »
- « Y a-t-il des exemples où l'identité ou l'orientation sont représentées de manière réaliste ou diverse ? »
- « Qu'est-ce que vous ressentiriez si vous ne correspondiez pas à ces modèles ? »
- « Comment peut-on exprimer son identité ou orientation sans se sentir limité par les stéréotypes ? »

Le Staff veille à ce que les échanges restent respectueux, ouverts et inclusifs.

5. Ma construction du genre et ses influences (20 min)

Le Staff reformule : « On a parlé des stéréotypes que la société renvoie. Maintenant, on va réfléchir à ce qui, dans notre propre parcours, a pu influencer notre manière de nous voir ou de nous définir. Ce n'est pas un moment pour se justifier, mais pour observer comment on s'est construit, avec ou sans étiquettes. Pas besoin de tout partager : chacun choisit ce qu'il veut exprimer. »

Chaque jeune reçoit un tableau (voir annexes) avec différentes cases de tailles différentes et y note ce qui l'a influencé dans sa construction d'identité et d'expression de genre (la famille, l'entourage proche, l'école, la société, les médias, les expériences vécues, etc.). Les jeunes sont libres d'écrire ou de dessiner.

6. Mise en commun (10 min)

Le Staff rappelle la confidentialité et la liberté : chacun participe comme il veut. Le Staff invite, sur base volontaire, à partager une idée ou une prise de conscience. Ce partage peut se faire anonymement grâce à des phrases d'amorces à compléter sur des post-it : « j'ai réalisé que... » ; « on m'a souvent dit que ... » ; « j'aimerais qu'on arrête de penser que... ». Le Staff lit quelques phrases à voix haute pour nourrir la réflexion.



7. Conclusion (5 min)

Le Staff conclut le moment réflexif : « Ce qu'on retient aujourd'hui, c'est qu'on peut choisir ce qui nous ressemble, et laisser ce qui a été imposé. Être soi-même, c'est un chemin : il n'y a pas une bonne manière d'être un homme, une femme, une personne non-binaire. Tout le monde construit sa liberté à son rythme. »

Posture de l'Animateur

Attitudes et formulations à privilégier	<ul style="list-style-type: none">• Adopter un ton calme et non moralisateur, même si certaines positions stéréotypées émergent• Reformuler les propos inappropriés ou maladroits, afin d'en faire un point de discussion constructive• Donner une place égale à toutes les paroles (garçons, filles, personnes LGBTQIA+...)• Être prêt à répondre ou rediriger vers des ressources fiables si des questions plus intimes surgissent
Points de vigilance	<ul style="list-style-type: none">• L'activité peut susciter des émotions (colère, malaise, remise en question) : laisser du temps au silence et à l'assimilation• Éviter toute demande de témoignage personnel trop intime• Se garder de « forcer » le coming out d'une personne dans l'assemblée même indirectement• Prévoir une ressource ou un adulte référent si un jeune souhaite parler après l'activité

Variante ou adaptation

En cas de mixité inconfortable, séparer temporairement les jeunes en veillant au bien-être de chaque personne pour le moment de réflexion individuelle, puis faire une mise en commun collective.

Sexualité, comportements sexuels et santé reproductive

Présentation synthétique

La sexualité ne se résume pas aux relations sexuelles : elle touche aussi au désir, à l'affection, au respect, à la communication et aux représentations. Elle commence bien avant les premières expériences sexuelles, à travers les questions, les découvertes du corps et les modèles transmis par la société. Dans le cadre non formel, l'enjeu est d'accompagner les jeunes avec respect, sans tabou ni intrusion.

Où et comment ça se joue en animation

- Dans les discussions spontanées entre jeunes ou avec le Staff (« C'est vrai que... ? »)
- Quand un jeune exprime gêne, malaise ou provocation autour de la sexualité
- À travers les blagues, moqueries ou valorisation de certains comportements
- En dehors des animations : confidences sous la tente, discussions aux veillées, échanges sur les réseaux sociaux

Posture et vigilance du Staff

- Accueillir les questions : « Tu veux en parler ? », « On peut discuter sans jugement »
- Ne pas répondre au-delà de ses compétences et reconnaître ses limites ainsi que ses propres gênes et tabous : orienter vers des relais fiables
- Créer un climat de confiance où chaque personne peut poser ses limites et exprimer ses doutes
- Parler aussi de respect, de plaisir, de consentement et de relations affectives, pas uniquement de risques

À retenir

La sexualité fait partie du développement global des jeunes. Le rôle du Staff est de créer un cadre de dialogue bienveillant, tout en orientant vers les relais compétents si nécessaire.

Au-delà de ton rôle d'animation

Certaines situations dépassent le cadre de l'animation. Dans ces cas-là, **passer le relai fait partie de ta responsabilité** et constitue déjà une action à part entière.

Il est nécessaire de solliciter un relai lorsque tu es face à :

- une suspicion ou une révélation d'agression ou de violence sexuelle ;
- des comportements sexuels à risque nécessitant un suivi médical ou psychologique ;
- des questions nécessitant des conseils médicaux spécifiques (grossesse, IST, contraception) ;
- des situations où une orientation rapide vers des professionnels de santé ou d'écoute spécialisée s'impose.

Dans ces cas, oriente la personne concernée vers un **Chef d'Unité, la Cellule de Crise, ou des professionnels externes** (médical, psychosocial, juridique) selon la situation (voir liste p. 152).

Passer le relai, ce n'est ni abandonner ni échouer : c'est **agir à ton niveau**, protéger les jeunes et respecter le cadre de ton rôle.

Rappel du cadre

Les adultes du Mouvement (Animateurs, Chefs d'Unité, Cadres de Région, Cadres de Formation, membres de l'Équipe Fédérale, personnes-ressources de la Cellule de Crise, permanents du Carrick) **ne sont pas des professionnels de l'ÉVRAS**.

Il n'est pas attendu de leur part d'être des experts en la matière, mais bien de **se tourner vers les professionnels, associations extérieures ou partenaires spécifiques** quand une situation dépasse les moyens internes au Mouvement.

La liste de ces ressources extérieures se trouve en page 152 de cet outil.

Ressources pour aller plus loin

- Bruller, H., & Zep. (2020). *Le guide du zizi sexuel* (nouvelle édition). Grenoble : Glénat Jeunesse.
- Fédération des Centres Pluralistes de Planning Familial (FCPPF). (n.d.). *Préliminaires du porno* [PDF]. Extrait de <https://tr.ee/2xB3ZE> et *Des femmes et des hommes* [PDF]. Extrait de <https://tr.ee/lvCOQI>
- Mon Planning Familial. (n.d.). *Trouvez votre centre de planning familial à Bruxelles et en Wallonie*. Extrait de <https://tr.ee/HLOHS6>
- Vermont, C. (2023). *Corps, amour, sexualité : Y'a pas d'âge pour se poser des questions !* Paris : Albin Michel.
- Yapaka. (2023, août). *Ta sexualité* [PDF]. Extrait de <https://tr.ee/UB85eV>



Nutons (5-7 ans)

Un signal : Pendant la préparation au coucher, un Nuton se déshabille entièrement devant les autres et bouge son sexe pour les faire rire.

Une clé : La curiosité corporelle et le besoin de faire rire peuvent conduire à des comportements inadaptés en groupe. Même si cela paraît anodin, il est essentiel de rappeler que certaines attitudes relèvent de l'intimité et doivent se vivre dans des espaces privés.

Un geste : Intervenir calmement, couvrir l'enfant si nécessaire et expliquer simplement que certaines parties du corps sont intimes et ne se montrent pas. Souligner le droit de chacun à se sentir à l'aise et en sécurité. Prévoir un échange individuel pour distinguer curiosité corporelle et respect.

Lutins (7-11 ans)

Un signal : Un enfant, préadolescent, pose des questions sur les relations sexuelles et les risques de grossesse, pensant qu'on peut tomber enceinte après un simple baiser, que le sida ne concerne que les hommes homosexuels, ou encore qu'on peut attraper une infection sexuellement transmissible chez le dentiste.

Une clé : Les informations arrivent de façon fragmentée (pairs, médias, rumeurs). Ces idées fausses peuvent générer peur ou faux sentiment de sécurité. Un espace d'échange clair et sans jugement aide à développer une compréhension saine.

Un geste : Répondre calmement, corriger les idées reçues avec des explications adaptées à l'âge. Utiliser des supports visuels (schémas, cartes, quizz). Encourager à poser toutes les questions, même maladroitement, pour installer la confiance et l'accès à une information fiable.

Aventures (11-15 ans)

Un signal : Lors d'un séjour, un jeune confie à sa Patrouille qu'il se masturbe le soir avant de dormir. Certains réagissent avec surprise, gêne ou malaise, et interpellent un membre du Staff.

Une clé : La découverte des plaisirs personnels est une étape normale. Mais le partage de ces expériences peut mettre mal à l'aise en collectivité. Il faut rappeler que l'intimité est personnelle et que chacun choisit ce qu'il souhaite partager.

Un geste : Écouter les réactions, accueillir les questions sans minimiser ni dramatiser. Rappeler que les gestes intimes sont normaux mais privés. Ouvrir un échange sur le respect de la vie privée et la bienveillance dans le Groupe.

Horizons (15-17 ans)

Un signal : Une jeune de 16 ans arrive au camp et demande un test de grossesse, craignant d'être enceinte d'une relation antérieure.

Une clé : La sexualité devient plus concrète et peut générer des fortes inquiétudes. Les jeunes ont besoin d'un soutien respectueux, confidentiel et informé pour prendre soin de leur santé reproductive et renforcer leur autonomie.

Un geste : Accueillir la demande avec calme et empathie, en garantissant une confidentialité immédiate. Proposer un échange à l'écart, sans jugement, pour écouter ses besoins. Orienter la jeune vers un professionnel ou un service spécialisé, et l'accompagner si elle le souhaite dans la démarche d'en parler à une personne de confiance.

Rappel du cadre


Ces repères donnent des pistes concrètes dans ton rôle d'animation.

Si tu observes une souffrance émotionnelle intense ou durable (dépression, automutilation, idées suicidaires...), oriente-toi vers ton Chef d'Unité, ton Cadre de Région ou la Cellule de Crise.

Certaines situations nécessitent de passer le relai à des professionnels de santé ou des associations spécialisées.

Activités de **sensibilisation**



Titre de l'activité	La maison de mon corps
Objectif de l'activité	Comprendre que certaines parties du corps sont intimes et privées, et que respecter l'intimité, c'est aussi faire attention à celle des autres.
Durée	55 minutes
Matériel nécessaire	<ul style="list-style-type: none">• Grande affiche en forme de maison (à dessiner sur papier kraft ou tableau)• Étiquettes illustrées de parties du corps (tête, mains, pieds, ventre, fesses, sexe, poitrine, bouche, cœur, etc.)• Feutres ou crayons• Quelques images ou pictogrammes de situations de vie quotidienne (annexes à télécharger sur la page Guides.be/evras ; voir code QR ci-dessous) 
Déroulement	
<p>1. Introduction (5 min) Le Staff commence en racontant : « Aujourd'hui, on va parler de notre corps. Il est un peu comme une maison : il y a des pièces où tout le monde peut aller, et d'autres où on n'entre que si l'on est invité. » Le Staff montre la grande affiche en forme de maison, divisée en trois parties :</p> <ul style="list-style-type: none">• le salon (espace public : visible de tout le monde) ;• la chambre (espace personnel : on choisit qui on invite) ;• la salle de bain (espace privé : seulement pour soi). <p>2. Jeu de tri (15 min) Les enfants tirent à tour de rôle une carte sur les parties du corps. Pour chaque carte, pose la question : « Est-ce que cette partie de ton corps est plutôt dans le salon, la chambre ou la salle de bain de ta maison-corps ? »</p>	

N**EVRAS**

Exemples

- Les mains, visage, pieds → souvent dans le « salon » : on peut les montrer.
- Le ventre, dos, poitrine → dans la « chambre » : c'est personnel, on choisit si on montre ou pas.
- Le sexe/ les fesses → dans la « salle de bain » : c'est privé, on les garde pour soi.

À chaque réponse, reformule et valorise les propos des enfants : « Oui, on garde ça privé pour se protéger. » ou « Ce n'est pas une honte, c'est juste quelque chose d'intime. »

3. Privé ≠ interdit : discussion (10 min)

Le Staff invite les enfants à réfléchir :

- « Pourquoi on garde certaines parties privées ? »
- « Est-ce que c'est parce qu'on a honte ? Non, c'est juste parce qu'elles sont personnelles. »

L'idée est de dédramatiser tout en expliquant que le privé, c'est ce qui nous appartient, et que montrer son corps peut gêner les autres.

Exemples de reformulations : « Même si tu es fier de ton corps, les autres n'ont pas envie de tout voir. » ou « Quand on est en grand groupe et qu'on se change ou qu'on se lave, on peut avoir besoin de garder sa salle de bain fermée. »

4. Discussion guidée sur la vie de groupe (10 min)

Le Staff invite les enfants à faire le lien avec les moments de vie collective : « Parfois, en camp ou en weekend, on dort dans le même dortoir, on se lave ou on se change près des autres. Alors, comment on peut faire pour respecter la maison de chacun ? »

Questions possibles : « Est-ce que tout le monde se sent à l'aise de se montrer nu ? », « Est-ce que ça peut gêner si quelqu'un se promène sans vêtements ? » ou « Comment on peut protéger sa salle de bain à soi ? »

Fais ressortir que : chacun décide ce qu'il montre ou pas ; certaines choses sont toujours privées, même entre copains ; respecter la maison des autres, c'est aussi ne pas regarder, ne pas se moquer, ne pas insister.

5. Jeu de rôle (10 min)

Le Staff introduit le jeu : « Comme il nous arrive de vivre tous ensemble, on va jouer à reconnaître quand c'est le bon moment pour garder sa maison fermée ! »

Tire une carte situation (voir annexes) et présente-la au Groupe. Les enfants doivent dire : « Est-ce que ma maison est ouverte, un peu fermée ou bien fermée ? »

Ils lèvent une carte de couleur (ou les doigts) : ouverte = public, un peu fermée = personnel ou fermée = privé.

Après chaque situation où la maison est « un peu fermée » ou « fermée », le Staff demande aux enfants comment on peut faire en camp pour que l'intimité de chacun soit respectée.



6. Conclusion (5 min)

Le Staff résume avec les enfants : « Nos corps sont comme des maisons : certains endroits sont ouverts, d'autres sont privés. On respecte sa maison et celle des autres. »

Fais nommer par les enfants :

- une chose qu'ils ont apprise (« on garde nos fesses dans la salle de bain ! ») ;
- une chose à laquelle ils feront attention 9la prochaine fois (« je ne regarderai pas les autres quand ils se changent »).

Posture de l'Animateur

<p>Attitudes et formulations à privilégier</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Rester attentif à respecter les différences culturelles • Utiliser un vocabulaire simple, non genré, sans rire ni gêne : éviter « le zizi des garçons » et la « zézette des filles », parler plutôt de « parties intimes » • Prêter attention aux stéréotypes dans les propos tenus • Normaliser les différences : « les corps ne sont pas pareils, et c'est très bien » • Être attentif aux réactions : certains enfants peuvent rire, d'autres être mal à l'aise – c'est normal • Rester factuel : on parle de respect, pas de sexualité
<p>Points de vigilance</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Éviter de dévier sur la notion de consentement abordée dans une autre fiche ; si les enfants soulèvent la question, leur faire vivre l'activité • Toujours s'abstenir de forcer un enfant à montrer ou nommer une partie du corps • Surveiller que les échanges ne tournent pas à la moquerie : rappeler calmement le respect • Si un enfant fait allusion à un geste ou comportement inquiétant, éviter de poser des questions sur le moment : accueillir la parole et en discuter plus tard avec un autre encadrant

Variante ou adaptation

Ajouter des cartes sur des « situations de vie » (piscine, dortoir, toilettes...) et faire réfléchir : qu'est-ce qu'on fait dans cette situation pour respecter la maison de chacun ?



Titre de l'activité	Public ou privé ?
Objectif de l'activité	Comprendre que certains moments de découverte de son corps et de plaisir sont de l'ordre de l'intimité.
Durée	40 minutes
Matériel nécessaire	Une liste d'actions du quotidien (ex. : se laver, chanter, se gratter, danser, faire un câlin, jouer à cache-cache, toucher ses parties intimes, se brosser les dents...)
Déroulement	
<p>1. Introduction (5 min) Le Staff introduit la thématique : « Il y a plein de choses qu'on fait chaque jour. Certaines se font devant tout le monde, d'autres plutôt quand on est tranquille. Et parfois, c'est parce qu'on a besoin d'un moment à soi. Aujourd'hui, on va clarifier ce qu'on fait devant tout le monde, avec des proches, ou tout seul. »</p> <p>2. Déambulation entre les zones (20 min) Le Staff fait trois zones dans la salle : devant tout le monde – avec des proches – tout seul. Le Staff lit différentes actions et pour chacune de celles-ci, les enfants se déplacent dans une des trois zones. Entre chaque action, le Staff prend le temps de laisser les enfants observer dans quelle zone ils sont. En fonction, il peut leur demander :</p> <ul style="list-style-type: none">• « Pourquoi tu la mets ici ? Est-ce que ça te dérangerait en présence de quelqu'un ? »• « Et si quelqu'un d'autre le faisait devant toi, est-ce que tu serais à l'aise ? » <p>Il n'est pas question de corriger les propos des enfants mais bien d'ouvrir la discussion et de faire émerger les nuances. L'idée est de faire comprendre que :</p> <ul style="list-style-type: none">• certaines choses sont personnelles sans être « sales » ;• ce n'est pas une question d'interdiction, mais de respect du confort des autres et de soi-même.	

3. Discussion guidée et conclusion collective (15 min)

Le Groupe revient en cercle. Le Staff demande :

- « Qu'est-ce qu'on garde pour soi ? Pourquoi ? »
- « Est-ce que c'est grave si quelqu'un fait un geste intime devant tout le monde ? »
- « Comment on peut faire pour se sentir bien, sans gêner les autres ? »

Le Staff reformule les réponses :

« Il y a des gestes de soin, de plaisir ou d'hygiène qu'on fait tout seul, pas parce qu'ils sont interdits, mais parce qu'ils sont intimes et donc privés. C'est normal et ça fait partie de la vie mais ça se fait dans ta bulle privée. »

Posture de l'Animateur

Attitudes et formulations à privilégier

- Employer un ton détendu et bienveillant, sans jamais ridiculiser ni dramatiser les réponses
- Parler de « moment pour soi » plutôt que de « choses interdites »
- Valoriser la curiosité naturelle et replacer le plaisir corporel dans un cadre d'intimité
- Être attentif aux signes de gêne ou de honte : reformuler avec des mots neutres, ramener à la normalité
- En cas de confiance, prendre le temps de discuter avec l'enfant en individuel

Points de vigilance

- Ne pas nommer explicitement la masturbation, mais rester ouvert si un enfant y fait allusion ; reformuler calmement : « Oui, découvrir et connaître ce qui fait du bien à son corps, c'est normal mais c'est quelque chose qu'on fait tout seul, dans un endroit tranquille. »
- Si un comportement problématique est évoqué (gestes inappropriés entre enfants, par ex.), en parler entre adultes après l'activité, pas devant le Groupe
- L'objectif n'est pas de moraliser, mais de poser un repère collectif sur l'intimité et le respect

Variante ou adaptation

Si le groupe est plus mûr, on peut ajouter une quatrième zone : « ça dépend », pour ouvrir à la nuance (ex. : « se laver » dans le cas des douches de collectivité).



Titre de l'activité	OK ou pas OK ?
Objectif de l'activité	Comprendre que la découverte de soi et la sexualité sont naturelles mais privées, et développer le respect de la vie privée des autres.
Durée	40 minutes
Matériel nécessaire	<ul style="list-style-type: none">• Cerceaux, cordes ou foulards (une par jeune, pour symboliser les bulles)• Cartes situations (vie de groupe, moments d'intimité, rumeurs, curiosité, etc.)
Déroulement	
<p>1. Introduction (5 min) Le Staff introduit : « Dans un groupe, on partage plein de choses : les repas, les jeux, les tentes... Mais il y a aussi des choses qui nous appartiennent, que l'on garde pour nous. Ces choses-là, c'est notre bulle, notre vie privée. Comme on vit ensemble, il faut apprendre à respecter la bulle de tout le monde. » Chaque jeune place autour de son corps un cerceau (ou corde) qui matérialise sa bulle. Le Staff demande : « Qu'est-ce qu'on garde dans notre bulle ? Qu'est-ce qu'on peut partager avec les autres ? » Les notions d'intimité, de respect et de limites sont identifiées (voir lexique page 145 de cet outil).</p> <p>2. Quel est mon besoin d'intimité ? (10 min) Le Staff énonce des situations : se changer ; se laver ; se masturber ; parler de ses sentiments amoureux ; se doucher ; parler de ses rapports sexuels ; etc. Les jeunes indiquent si, pour eux, c'est une bulle personnelle et privée (à faire seul) ou une bulle partagée (avec qui et dans quel contexte ?). Le Staff questionne : <ul style="list-style-type: none">• « Pourquoi certaines choses sont dans ta bulle personnelle ? »• « Comment réagiras-tu si quelqu'un entrait dans ta bulle sans demander ? »Les notions de consentement, respect et espace intime sont discutées (voir lexique page 145 de cet outil).</p> <p>3. Jeu des situations : OK ou pas OK ? (20 min) Le Staff lit ou montre une série de situations typiques de vie de groupe. Les jeunes lèvent une main (ou se déplacent d'un côté) pour dire « OK » ou « Pas OK », puis expliquent pourquoi.</p>	

Exemples de situations

- Des rumeurs circulent sur « qui sort avec qui ».
- Un jeune raconte être rentré dans la tente lorsqu'un autre se changeait.
- Quelqu'un pose des questions intimes à une autre devant tout le monde.
- Deux jeunes parlent de leurs relations amoureuses.
- Le Staff s'annonce avant de rentrer dans les dortoirs/tentes.
- Un jeune dit avoir regardé quelqu'un se changer par les interstices de la tente et pris une photo.
- Deux jeunes décident ensemble de dormir dans la même tente.
- Trois jeunes plus âgés discutent devant les plus jeunes de leurs expériences sexuelles.

Après chaque situation, le Staff relance : « Pourquoi c'est OK ou pas OK pour vous ? », « Qu'est-ce que ça peut faire à la personne concernée ? Aux personnes autour ? » et « Comment pourrait-on réagir si l'on est témoin de cette situation ? »

L'objectif est d'identifier les comportements qui franchissent les limites de l'intimité, sans juger personne.

4. Conclusion (5 min)

Le Staff conclut : « Découvrir son corps ou parler de relations, c'est normal. Mais certaines choses appartiennent à ton intimité, et d'autres doivent rester dans le respect des bulles de chacun. »

Posture de l'Animateur

Attitudes et formulations à privilégier

- Ne pas banaliser ni dramatiser les comportements : l'objectif est la prise de conscience, pas la honte
- Utiliser des termes comme « vie privée », « respect », « intimité » ; le mot « sexualité » n'est pas un tabou, mais d'autres termes peuvent être utilisés s'il crée un malaise
- Reformuler calmement en cas de gêne ou de rire : « C'est normal que ça fasse rire, mais restons dans une attitude respectueuse. »
- Accueillir toute question sans jugement, et écouter si une situation est révélée
- Si le Groupe est trop grand, faire deux ou trois petits groupes

Points de vigilance

- S'assurer que le cadre du jeu reste bienveillant : aucune situation réelle du Groupe ne doit être évoquée
- Si une situation préoccupante émerge, se référer au cadre légal (voir page 145 de cet outil) et en parler avec une personne responsable

Variantes ou adaptations

- En camp, refaire l'activité en début de séjour, avec des situations spécifiques à la vie en tente
- En non-mixité, le Staff propose un court moment « vrai / faux / je ne sais pas » pour discuter de ce que les jeunes ont déjà entendu : « On doit tous avoir déjà fait l'amour à 14 ans » ; « Les règles rendent agressive » ; « Un garçon doit toujours avoir envie », etc.
- L'objectif est de repérer la pression que ces idées créent, de comprendre d'où elles viennent et de les remplacer par des informations plus justes et plus apaisantes.





Titre de l'activité	Les absents du générique
Objectif de l'activité	Aborder la vision tronquée du sexe dans les médias et la pornographie.
Durée	75 minutes
Matériel nécessaire	<ul style="list-style-type: none">• Feuilles/flipchart + feutres• Papier + crayons
Déroulement	
1. Introduction et cadre (5 min) <p>Le Staff pose le contexte et le cadre : « On voit beaucoup de représentations du sexe et du corps dans les médias ou les vidéos en ligne. Très souvent, ce n'est pas la réalité. Aujourd'hui, on va analyser ce qui cloche, ce qui est présenté, ce qui est caché ou absent, et pourquoi ça compte. »</p> <p>Il est essentiel de poser ensuite les règles pour la discussion qui va suivre : respect, écoute, non jugement et confidentialité.</p>	
2. Réflexion critique (20 min) <p>En petits groupes, les jeunes répondent aux questions :</p> <ul style="list-style-type: none">• Qu'est-ce que la pornographie ?• Quelle image du sexe / du corps / de la relation est donnée ?• Quelle image de la femme / de l'homme est donnée ?• Qu'est-ce qui est absent ou invisible ?• Si quelqu'un croit que c'est ainsi que ça doit être, qu'est-ce que ça peut provoquer ? <p>Chaque groupe prend note de ses réflexions.</p>	
3. Débat/réflexion (15 min) <p>En grand groupe, les jeunes sont invités à discuter de ce qu'ils ont noté.</p> <p>Le Staff relance avec des questions telles que :</p> <ul style="list-style-type: none">• « Est-ce que ce que l'on voit dans les médias/pornographie peut devenir une "norme" que l'on se met à reproduire ? »• « Quelle influence cela a-t-il sur les attentes, le corps, les rôles sexuels, le consentement, l'image de soi... ? »• « Comment est-ce que je réagis personnellement à ces images ? Est-ce que ça m'influence ? »• « Que peut-on faire pour ne pas subir ces images mais les questionner ? »	
4. L'univers parallèle (25 min) <p>Par petits groupes, les jeunes réfléchissent à un scénario « cliché » inspiré de scènes vues dans les médias (exemples : une femme qui refuse d'être abordée et qui finit par « céder » au rapport sexuel, un homme à tout faire qui vient réparer quelque chose chez une femme qui le drague ouvertement, etc.)</p>	

Ils doivent réécrire la scène de manière « réaliste », en intégrant :

- les émotions possibles des personnages dans cette situation ;
- le consentement des personnes ;
- les imperfections des corps ;
- la communication entre les partenaires.

Chaque groupe raconte ou joue ensuite sa courte « scène réaliste » devant les autres (exemple : l'homme nomme son excitation, demande le consentement à la femme, elle ne le donne pas, il accepte et le couple finit par jouer aux cartes).

5. Conclusion et pistes (10 min)

Le Staff conclut : « Le sexe, le corps, le désir sont naturels. Mais ce que nous montrent souvent les médias ou la pornographie, ce sont des images tronquées : peu de respect, beaucoup de performance, peu de diversité, peu de consentement.

Gardez à l'esprit qu'il est nécessaire de développer un regard critique, de choisir ce que vous acceptez comme modèle, et ne pas laisser ces images définir vos propres désirs ou votre corps. »

Posture de l'Animateur

Attitudes et formulations à privilégier

- Aborder la thématique sans culpabilisation : curiosité et critique plutôt que tabou ou alarmisme
- Veiller à ce que les jeunes ne se sentent pas jugés s'ils ont déjà vu de la pornographie ou des vidéos explicites, mais également s'ils n'en ont jamais vu
- Être prêt à accueillir des émotions, des questions imprévues
- Encadrer les échanges de façon à ce que les plus jeunes ne se sentent pas submergés par des propos trop explicites

Points de vigilance

- Ne pas montrer de contenus pornographiques explicites
- Ne pas laisser les échanges dégénérer en partages détaillés d'expériences sexuelles personnelles
- Veiller aux différences de maturité dans le Groupe : certains peuvent être très exposés, d'autres pas du tout
- Prévoir un adulte référent pour les jeunes qui manifestent un malaise ou le besoin d'un échange privé après l'activité

Variante ou adaptation

Éviter les saynètes si le Groupe est mal à l'aise : faire réaliser une BD ou un script de scénario et laisser les groupes les découvrir sous forme d'exposition.

Violences

Présentation synthétique

Les violences peuvent être physiques, verbales, psychologiques, symboliques ou structurelles. Elles ne sont pas toujours visibles ni reconnues comme telles, surtout entre jeunes. Dans la vie de groupe, repérer les comportements violents, poser un cadre clair et garantir à chaque personne un espace sûr sont des responsabilités fondamentales pour le Staff.

Où et comment ça se joue en animation

- Dans les blagues, surnoms ou jeux où une même personne est toujours la cible
- À travers l'exclusion d'un jeune sans raison claire ou en raison d'une de ses caractéristiques/identités
- Dans des comportements humiliants déguisés en « second degré » ou en « jeu »
- Quand un jeune montre de la peur, évite le groupe ou fuit certaines activités

Posture et vigilance du Staff

- Poser le cadre dès le départ : moqueries, intimidation et contraintes n'ont pas leur place
- Ne pas minimiser les violences dites « banales » : elles ont un réel impact
- Rester vigilant dans certaines activités formelles ou informelles qui incitent à la moquerie (jeux où une personne est tournée en ridicule devant le groupe, Totémisations qui ne respectent pas le *Code Guide*, attribution automatique de certaines tâches aux plus jeunes, etc.)
- Prévoir des temps de régulation (expression libre, retour collectif, médiation)
- Orienter et soutenir un jeune victime ou témoin vers les relais adaptés

À retenir

La tolérance zéro s'applique aux violences. Le rôle du Staff est d'instaurer un cadre protecteur et d'agir dès les premiers signes.

Au-delà de ton rôle d'animation

Certaines situations dépassent le cadre de l'animation. Dans ces cas-là, **passer le relai fait partie de ta responsabilité** et constitue déjà une action à part entière.

Il est nécessaire de solliciter un relai lorsque tu es face à :

- un cas de suspicion ou de révélation de violences graves (physiques, sexuelles, psychologiques) sur un enfant ou jeune, surtout si cela met en danger sa sécurité ou sa santé mentale ;
- un jeune qui exprime des idées suicidaires, des troubles sévères du comportement ou une situation familiale à risque majeur ;
- une situation qui nécessite une intervention légale ou médico-sociale (signalement à la protection de l'enfance, police, services sociaux).

Dans ces cas, oriente la personne concernée vers un **Chef d'Unité, la Cellule de Crise, ou des professionnels externes** (médical, psychosocial, juridique) selon la situation (voir liste p. 152).

Passer le relai, ce n'est ni abandonner ni échouer : c'est **agir à ton niveau**, protéger les jeunes et respecter le cadre de ton rôle.

Rappel du cadre

Les adultes du Mouvement (Animateurs, Chefs d'Unité, Cadres de Région, Cadres de Formation, membres de l'Équipe Fédérale, personnes-ressources de la Cellule de Crise, permanents du Carrick) **ne sont pas des professionnels de l'EVRA**.

Il n'est pas attendu de leur part d'être des experts en la matière, mais bien de **se tourner vers les professionnels, associations extérieures ou partenaires spécifiques** quand une situation dépasse les moyens internes au Mouvement.

La liste de ces ressources extérieures se trouve en page 152 de cet outil.

Ressources pour aller plus loin

- *Cultive le bien-être dans ton Groupe* – Les Guides
- Centres de Prise en charge des Violences Sexuelles (CPVS). (n.d.). *Informations destinées aux personnes de soutien*. Extrait de <https://tr.ee/rF55JF>
- Direction de l'Égalité des Chances – Fédération Wallonie-Bruxelles. (s.d.). *Lutte contre les violences*. Extrait de <https://tr.ee/bzbrz0>
- Moro, M. R. (2015). *La violence envers les enfants, approche transculturelle* (Temps d'arrêt / Lectures, n° 79) [PDF]. Yapaka – Fédération Wallonie-Bruxelles. Extrait de <https://tr.ee/ibQSF3>
- O'YES ASBL. (2025, aout). *BDT_fpd_Planches* [PDF]. Extrait de <https://tr.ee/9caXra>



Nutons (5-7 ans)

Un signal : Dans la Chaumière, des Nutons se poussent ou se crient dessus pour être ensemble dans une activité ou un coin précis.

Une clé : Les enfants apprennent encore à gérer leurs émotions et à partager l'espace. Les conflits naissent souvent de la difficulté à exprimer leurs besoins avec des mots. Poser un cadre rassurant et des règles simples aide à apaiser les tensions.

Un geste : Intervenir rapidement, séparer calmement si nécessaire, et nommer ce qui se passe (« Tu es fâché car tu voulais être ici »). Proposer une alternative (alterner les places, changer d'activité) et encourager les gestes de réconciliation.

Lutins (7-11 ans)

Un signal : Lors d'un jeu en grand groupe, deux Lutins reçoivent régulièrement des surnoms humiliants de la part de camarades.

Une clé : Les enfants comprennent l'impact des mots, mais utilisent parfois les moqueries pour gagner une place dans le groupe. Ces comportements peuvent blesser et fragiliser la cohésion.

Un geste : Intervenir rapidement en rappelant que les surnoms blessants sont inacceptables. Parler individuellement avec les enfants concernés. Proposer un jeu ou un atelier autour du respect et de la gentillesse pour renforcer la bienveillance.

Aventures (11-15 ans)

Un signal : Un jeune subit du chantage affectif et se sent isolé, craignant d'être rejeté s'il ne cède pas aux demandes du groupe.

Une clé : Le besoin d'appartenance rend les jeunes vulnérables aux pressions et au chantage. Ces dynamiques doivent être reconnues et encadrées pour protéger l'affirmation de soi et le respect des choix individuels.

Un geste : Offrir un espace sécurisé pour que le jeune s'exprime. Intervenir auprès du groupe pour rappeler les valeurs de respect. Proposer des activités d'affirmation de soi et de gestion de conflits. Si nécessaire, accompagner individuellement pour renforcer la confiance en soi.

Horizons (15-17 ans)

Un signal : Sur le groupe WhatsApp de la Chaine, des montages ou messages moqueurs visent une Horizon. Certains rient, d'autres se taisent, d'autres ne savent pas comment réagir. Le malaise s'installe dans le Groupe.

Une clé : Le cyberharcèlement ne passe pas toujours par une insulte directe : une « blague » répétée, un screen partagé, un silence gêné peuvent aussi blesser. À cet âge, la réaction des pairs (rire, laisser faire, soutenir) a plus d'impact que le message lui-même.

Un geste : Ouvrir un temps de parole sécurisé pour questionner ce qui s'est passé, sans désigner de coupable. Nommer le rôle des témoins et rappeler que « ne rien faire » peut renforcer la violence. Proposer un soutien individuel à la personne visée et informer les responsables ou les familles.

Rappel du cadre

Ces repères donnent des pistes concrètes dans ton rôle d'animation.

Si tu observes une souffrance émotionnelle intense ou durable (dépression, automutilation, idées suicidaires...), oriente-toi vers ton Chef d'Unité, ton Cadre de Région ou la Cellule de Crise.

Certaines situations nécessitent de passer le relai à des professionnels de santé ou des associations spécialisées.



Titre de l'activité	La tortue tranquille
Objectif de l'activité	Apprendre à exprimer ses besoins autrement que par les cris ou les coups.
Durée	30 minutes
Matériel nécessaire	<ul style="list-style-type: none"> • La représentation d'une tortue (image, peluche) • De quoi créer un espace calme et chaleureux (coussins, plaids) • Feuilles + crayons/marqueurs • Musique d'ambiance douce

Déroulement

1. L'histoire de la tortue (5 min)

Le Staff introduit la thématique : « Aujourd'hui, nous allons discuter de la colère et de ce qu'elle crée comme sensation à l'intérieur de nous. Pour cela, je vais vous raconter une histoire. »

La tortue tranquille et le feu de colère

Tina la petite tortue vit dans une grande prairie, entourée de ses amis les animaux. La plupart du temps, elle est calme et souriante, mais parfois, quand quelqu'un lui prend sa feuille de salade ou la bouscule sans faire exprès, elle sent un feu qui brûle dans son ventre.

Ce feu, c'est sa colère. Quand il devient trop fort, Tina a envie de crier très fort ou de taper de la patte.

Un jour, son amie la grenouille la regarde et lui dit : « Ta colère, elle est normale, Tina. Elle te dit que quelque chose ne va pas, mais si tu veux qu'elle ne te brûle pas, il faut apprendre à la calmer.

– Et comment je fais ça ? lui demande Tina, étonnée.

– Quand ton feu devient trop grand, rentre dans ta carapace. Croise tes pattes, ferme les yeux et respire doucement trois fois », répond la grenouille en souriant.

Tina essaye. Elle croise ses pattes, rentre sa tête, ferme les yeux et fait : inspire... souffle... Inspire... souffle... Inspire... souffle...

Petit à petit, le feu dans son ventre devient tout petit, tout doux. Quand elle sort la tête de sa carapace, elle se sent plus calme, prête à parler. « Je suis fâchée parce que tu m'as bousculée », dit-elle d'une voix claire.

La grenouille hoche la tête : « Bravo Tina, tu as dit ce que tu ressens sans crier. »

Depuis ce jour-là, quand Tina sent le feu revenir, elle se souvient qu'elle peut être en colère. C'est une émotion normale qu'elle peut apaiser en respirant profondément, pour ensuite exprimer ce qu'elle ressent avec ses mots. Parfois, ses amis l'imitent aussi. On les voit tous, dans la prairie, faire la tortue tranquille pour retrouver le calme avant de se parler.

2. Questions et discussion (10 min)

Le Staff demande aux enfants :

- « À votre avis, pourquoi la tortue est-elle fâchée ? »
- « Est-ce que vous aussi, vous avez déjà senti ce feu dans le ventre ? »
- « Qu'est-ce qu'on pourrait dire quand on est fâché au lieu de frapper ou de s'énerver ? »

Note sur une feuille intitulée « Les mots de la tortue » ce que les Nutons proposent au lieu de se fâcher. Exemples : « Stop, je n'aime pas ça », « je suis fâchée », « j'ai besoin d'aide », etc.

3. La technique de la tortue (5 min)

Tous les Nutons et le Staff apprennent à faire la tortue tranquille : (1) croiser les bras ; (2) baisser la tête ; (3) fermer les yeux ; (4) respirer lentement trois fois.

Ensuite, chacun sort sa tête et dit calmement une phrase inscrite sur l'affiche des mots de la tortue.

4. Création collective (10 min)

Les Nutons dessinent leur propre feu de colère (un volcan, une flamme, une couleur) et notent ou dessinent à côté ce qu'ils peuvent faire pour l'apaiser (souffler, aller dans le coin « calme-tortue », parler à une personne du Staff, dire stop).

Affiche les dessins dans le local ou dans le coin « calme » comme rappel.

Posture de l'Animateur

Attitudes et formulations à privilégier

- Rappeler que toutes les émotions sont normales
- Utiliser un ton calme

Points de vigilance

- Ne pas ridiculiser ni minimiser la colère
- Ne pas forcer un enfant à « faire la tortue » s'il ne veut pas
- Ne jamais utiliser cette technique comme punition

Variante ou adaptation

Créer le coin « calme-tortue » lors de ton camp ou pour tes réunions afin que les Nutons aient un endroit calme où se poser s'ils veulent rester seuls ou retrouver leur sérénité (une « safe place »).



Titre de l'activité	L'arbre des mots
Objectif de l'activité	Comprendre que les mots peuvent blesser et qu'on peut choisir des paroles soutenantes plutôt que blessantes.
Durée	35 minutes
Matériel nécessaire	<ul style="list-style-type: none">• Un contenant (sac ou autre) pour mettre les phrases à piocher• Phrases bienveillantes, neutres et blessantes (annexes à télécharger sur la page Guides.be/evras ; voir code QR ci-dessous)  <ul style="list-style-type: none">• Dessin d'un grand arbre pour coller les phrases bienveillantes dans les feuilles• Feuille avec un arbre dessiné pour chaque Lutin• Colle ou papier collant, crayons, etc.
Déroulement	
<p>1. Introduction (5 min) Le Staff introduit la thématique : « Aujourd'hui, nous allons découvrir la force des mots. Certains peuvent faire du bien, d'autres peuvent faire mal. Pour comprendre tout ça, nous allons jongler avec des phrases et construire notre arbre des mots gentils. »</p> <p>2. Pioche les phrases (10 min) Chaque enfant pioche une phrase une à une et, ensemble, le Groupe décide si elle est bienveillante, neutre ou blessante. Les phrases bienveillantes vont dans l'arbre, les neutres et les blessantes autour de l'arbre. Il est possible que certains Lutins aient une interprétation différente de celle de la majorité, par exemple une phrase jugée neutre par le collectif qu'ils estiment bienveillantes. Si tout le monde est d'accord avec leurs arguments, les phrases sont déplacées dans une autre catégorie.</p>	

3. L'arbre collectif (15 min)

Le Staff demande pour chaque phrase blessante :

- « Qu'est-ce qui est blessant ? Quels mots font mal ? »
- « Comment pourrait-on la reformuler pour transmettre du respect, du soutien ou de la gentillesse ? »

Les phrases reformulées sont collées dans l'arbre des mots bienveillants.

4. L'arbre personnel (10 min)

Les Lutins créent leur propre arbre personnel avec les mots qui leur font plaisir et leur donnent de la force. Ensuite, ils les accrochent dans le local pour former une grande forêt d'arbres bienveillants que tout le monde peut admirer et lire.

5. Conclusion (5 min)

Le Staff conclut : « Avec cette activité, nous espérons que vous avez pris plaisir à découvrir la force des mots. On a vu que certains peuvent faire mal, mais que d'autres peuvent réchauffer le cœur. Choisir des mots gentils, c'est plus chouette et ça rend les relations encore plus belles entre nous. »

Posture de l'Animateur


Attitudes et formulations à privilégier

- Utiliser des phrases et des mots bienveillants pour montrer l'exemple
- Encourager les Lutins à rester à l'écoute des autres

Points de vigilance

- Éviter les attaques personnelles



Titre de l'activité	Ma bulle, mes limites
Objectif de l'activité	Repérer les situations de harcèlement, de pression ou de chantage affectif et apprendre à s'affirmer.
Durée	50 minutes
Matériel nécessaire	<ul style="list-style-type: none">• Cartes situations (annexes à télécharger sur la page Guides.be/evras ; voir code QR ci-dessous)  <ul style="list-style-type: none">• Des craies ou de la ficelle pour délimiter un espace personnel (la bulle)
Déroulement	
<p>1. Introduction (5 min) Le Staff introduit : « Aujourd'hui, nous allons parler de ce qui nous met à l'aise ou pas dans nos relations avec les autres. Chacun a sa propre bulle, son espace personnel et ses limites. À travers un jeu, nous allons apprendre à mieux les reconnaître et à oser dire quand quelque chose ne nous convient pas. ».</p> <p>2. Éveil (10 min) Invite les Aventures à réfléchir à ce que signifie se sentir bien avec quelqu'un.</p> <ul style="list-style-type: none">• « C'est quoi une relation saine ? »• « À quel moment vous sentez-vous mal à l'aise avec quelqu'un ? » . <p>3. Le jeu de la bulle (20 min) Chaque Aventure trace ou construit au sol sa bulle/son espace personnel. Le Staff lit les cartes situations et les jeunes se placent à l'intérieur ou à l'extérieur de leur bulle selon qu'ils se sentent à l'aise ou non avec la situation. Si une situation franchit une limite personnelle, ils sont invités à expliquer pourquoi.</p> <p>4. Discussion par groupe (20 min) En petits groupes, les Aventures choisissent chacun une situation et imaginent comment réagir autrement (que dire ? ; que faire ? ; à qui en parler ?). En grand groupe, le Staff organise une mise en commun pour échanger et recueillir les réactions de tout le monde.</p>	

5. Conclusion (5 min)

Le Staff conclut : « Avec cette activité, nous espérons que vous avez pris conscience que connaître ses limites, c'est important pour se sentir bien et en sécurité. Chacun a le droit de dire non, de poser ses propres règles et de se faire respecter. De plus, quand on respecte celles des autres, on construit des relations plus justes et plus saines. »

Posture de l'Animateur

Attitudes et formulations à privilégier

- Créer un cadre qui garantit un climat de confiance et de respect
- Rappeler que toute pression, chantage ou moquerie est une forme de violence

Points de vigilance

- Veiller à ne pas banaliser les situations évoquées
- Ne pas juger les paroles de chacun

Variante ou adaptation

Si l'espace de jeu ne permet pas que chaque bulle soit représentée, faire voter les Animés avec des cartons « à l'aise / pas à l'aise » ou encore avec leur pouce.



Titre de l'activité	Derrière l'écran : décrypter et agir
Objectif de l'activité	Comprendre les enjeux des violences en ligne (cyberharcèlement), réfléchir à leurs conséquences et apprendre à agir pour protéger soi-même et les autres.
Durée	90 minutes
Matériel nécessaire	<ul style="list-style-type: none">• Cartes de cas de cyberharcèlement (annexes à télécharger sur la page Guides.be/evras ; voir code QR ci-dessous)  <ul style="list-style-type: none">• Feuilles, marqueurs, etc.
Déroulement	
<p>1. Introduction et cadre (5 min) Le Staff introduit la thématique : « Aujourd'hui, nous allons parler de ce qui se passe sur les réseaux et en ligne. Parfois, sans s'en rendre compte, certains mots, images ou partages peuvent blesser. Ensemble, nous allons réfléchir à ce qu'est le cyberharcèlement, à ses conséquences et à ce que chacun peut faire pour prévenir ou réagir face à ces situations. »</p> <p>2. Et toi, tu ferais quoi ? (40 min) Par petits groupes, chacun reçoit une carte décrivant une situation de cyberharcèlement (voir annexes) et les Horizons discutent à propos de ces questions :</p> <ul style="list-style-type: none">• « Que se passe-t-il dans la situation lue ? »• « Quelles sont les conséquences possibles ? »• « Que pourrait-on faire (en tant que victime, témoin, ami, adulte de confiance) ? » <p>Ensuite, chaque groupe partage sa réflexion en grand groupe afin de discuter des conséquences du cyberharcèlement et des attitudes qui peuvent aider.</p> <p>3. Création d'un message de prévention (30 min) Chaque groupe d'Horizons crée un slogan, une affiche, une story fictive pour les réseaux ou une vidéo courte afin de montrer qu'ils ont compris les attitudes à adopter pour prévenir ou réagir. Les créations peuvent ensuite être affichées dans le local.</p>	

4. Création d'un message de prévention (30 min)

Le Staff anime une discussion ouverte à partir de ces questions :

- « Qu'est-ce qui vous a le plus marqué ? »
- « Quelles attitudes vous semblent aidantes ? »
- « Que feriez-vous si un ami vivait ça ? »

Le Staff termine l'activité en présentant des ressources d'aide comme le 103 (SOS enfants), le 1712 (numéro d'aide en cas de cyberharcèlement), un adulte de confiance (membre du Staff, responsable d'Unité, parents, professeur).

Posture de l'Animateur

Attitudes et formulations à privilégier	<ul style="list-style-type: none">• Créer un climat de confiance et de respect• Valoriser la parole de chacun sans jugement• Rester attentif aux émotions
Poînts de vigilance	<ul style="list-style-type: none">• Éviter de minimiser les situations• Se garder de forcer les témoignages personnels

Variante ou adaptation

Inviter un intervenant spécialisé dans la prévention du cyberharcèlement.

Consentement

Présentation synthétique

Le consentement, c'est le droit de choisir ce qu'on accepte ou non pour soi dans une situation donnée. Il doit être libre, éclairé, sans pression, exprimé clairement, et peut être retiré à tout moment. Il ne concerne pas seulement la sexualité : il traverse la vie de groupe dans les jeux, les gestes affectifs, les discussions et les activités collectives. Chez les jeunes, c'est une compétence à développer autant qu'un droit à respecter.

Où et comment ça se joue en animation

- Dans les jeux physiques où chacun n'a pas le même confort avec le contact
- Lors des gestes affectifs spontanés (câlins, main sur l'épaule, dormir à côté)
- Pendant les temps calmes ou non-encadrés (veillées, dortoirs, trajets)
- Dans la pression implicite du groupe à « faire comme les autres » ou à ne pas dire non

Posture et vigilance du Staff

- Poser un cadre clair : on a toujours le droit de dire non à un jeu, un contact ou une conversation
- Prêter attention aux signes de malaise ou aux « oui » forcés, et les nommer sans jugement
- Valoriser le choix personnel : « Tu peux faire autrement », « Tu peux arrêter sans problème »
- Éviter les injonctions (« Allez, fais un effort ») qui renforcent la pression implicite
- Montrer l'exemple : demander avant de toucher, reformuler ce que tu observes, poser des questions ouvertes

À retenir

Le consentement n'est pas une formalité : c'est une compétence et un droit. Le rôle du Staff est de le rendre visible et respecté dans toutes les dimensions de la vie de groupe.

Au-delà de ton rôle d'animation

Certaines situations dépassent le cadre de l'animation. Dans ces cas-là, **passer le relai fait partie de ta responsabilité** et constitue déjà une action à part entière.

Il est nécessaire de solliciter un relai lorsque tu es face à :

- des confidences ou suspicion d'agression sexuelle ou de harcèlement ;
- la circulation d'images ou de contenus sexuels non consentis ;
- un cas nécessitant un accompagnement psychologique spécialisé ou un signalement légal.

Dans ces cas, oriente la personne concernée vers un **Chef d'Unité, la Cellule de Crise, ou des professionnels externes** (médical, psychosocial, juridique) selon la situation (voir liste p. 152).

Passer le relai, ce n'est ni abandonner ni échouer : c'est **agir à ton niveau**, protéger les jeunes et respecter le cadre de ton rôle.

Rappel du cadre

Les adultes du Mouvement (Animateurs, Chefs d'Unité, Cadres de Région, Cadres de Formation, membres de l'Équipe Fédérale, personnes-ressources de la Cellule de Crise, permanents du Carrick) **ne sont pas des professionnels de l'EVRAIS**.

Il n'est pas attendu de leur part d'être des experts en la matière, mais bien de **se tourner vers les professionnels, associations extérieures ou partenaires spécifiques** quand une situation dépasse les moyens internes au Mouvement.

La liste de ces ressources extérieures se trouve en page 152 de cet outil.

Ressources pour aller plus loin

- Amnesty International. (2020). #jdiwi [Campagne de sensibilisation]. Extrait de <https://tr.ee/XdWAm7>
- Latitude Jeunes. (2022, novembre). *Hypersexualisation : Guide de réflexion* [PDF]. Extrait de <https://tr.ee/SNYUST>
- Maëlle Challan-Belval COMITYS. (2017, 27 novembre). *Le consentement expliqué aux enfants* [Vidéo]. YouTube. Extrait de <https://tr.ee/63xCP1>
- May, E., & Blue Seat Studios. (2015, 13 mai). *Tea Consent* [Vidéo]. YouTube. Extrait de <https://tr.ee/IPZKld>
- Meidani, A., & Collectif Master AGÂPÉS. (n.d.). *La roue du consentement* [Application Web]. Roue du Consentement. Extrait de <https://www.roueduconsentement.com/>
- O'YES ASBL. (2025, août). *On y va ou pas ?* [PDF]. Extrait de <https://tr.ee/Bxre19>
- Sensoa. (n.d.). *Reactiewijzer Vlaggensysteem : Reageren op seksueel gedrag (Guide de réaction du système de drapeaux : Réagir face à un comportement sexuel)*. Extrait de <https://tr.ee/iicyiP>
- Vermont, C. (2023). *Corps, amour, sexualité : Y'a pas d'âge pour se poser des questions !* Paris : Albin Michel.



Nutons (5-7 ans)

Un signal : Lors des jeux où les enfants doivent s'attraper ou se faire des câlins, un Nuton se retire, évite le contact physique et semble mal à l'aise quand on insiste.

Une clé : Les enfants découvrent leurs limites corporelles et leur besoin d'espace personnel. Le respect du consentement s'apprend à travers l'écoute des signaux et des règles simples sur le contact.

Un geste : Observer et respecter les réactions de l'enfant. Rappeler aux autres que toucher quelqu'un nécessite toujours son accord. Proposer des jeux où le contact est optionnel, ou des alternatives comme un high five ou un sourire.

Lutíns (7-11 ans)

Un signal : Un enfant de 9 ans touche les fesses de son Animatrice, malgré ses rappels à respecter son espace personnel.

Une clé : À cet âge, les enfants testent encore les limites entre privé et public, sans en saisir les conséquences. Il est essentiel de poser un cadre clair et d'expliquer ce qui est acceptable et ce qui ne l'est pas.

Un geste : Intervenir calmement et fermement au moment du geste. Expliquer que le corps de chacun est personnel et doit être respecté. Prendre un temps individuel pour comprendre ce qui motive le comportement, sans culpabiliser, et assurer un suivi cohérent avec le Staff.

Aventures (11-15 ans)

Un signal : Au camp, certains jeunes miment des scènes sexuelles non consenties vis-à-vis d'autres jeunes dans les tentes, parfois filmées et partagées, ce qui crée du malaise.

Une clé : La frontière entre jeu, provocation et violence peut être floue, surtout sous le regard des pairs. Mais tout acte, même mimé, nécessite un consentement explicite, et le partage non consenti peut causer un préjudice réel.

Un geste : Arrêter immédiatement les comportements et rappeler le cadre légal et éthique. Organiser une discussion sur le respect des limites et les conséquences du partage non consenti. Offrir un accompagnement individuel et impliquer les responsables si nécessaire.

Horizons (15-17 ans)

Un signal : Lors d'une discussion informelle, une Horizon de 15 ans découvre que son baiser échangé avec un intendant de 19 ans pourrait être considéré comme un acte à caractère sexuel sans consentement légal puisque celui-ci bénéficie « d'une position reconnue de confiance, d'autorité ou d'influence » sur elle.

Une clé : La prise de conscience des limites légales peut être brutale. Les jeunes peuvent se sentir vulnérables ou incompris. Il est essentiel de rappeler que ces règles existent pour protéger et qu'elles coexistent avec le respect des émotions.

Un geste : Créer un espace sécurisé pour exprimer ses émotions et poser ses questions. Clarifier les principes du consentement légal et moral, sans jugement. Encourager un dialogue de groupe pour promouvoir une culture de respect et d'écoute. Proposer un accompagnement individuel si besoin.

Rappel du cadre


Ces repères donnent des pistes concrètes dans ton rôle d'animation.

Si tu observes une souffrance émotionnelle intense ou durable (dépression, automutilation, idées suicidaires...), oriente-toi vers ton Chef d'Unité, ton Cadre de Région ou la Cellule de Crise.

Certaines situations nécessitent de passer le relai à des professionnels de santé ou des associations spécialisées.

Activités de sensibilisation



Titre de l'activité	C'est moi qui décide !
Objectif de l'activité	Faire comprendre aux enfants qu'ils ont le droit de dire non et que les autres doivent respecter leur choix.
Durée	30 à 45 minutes
Matériel nécessaire	<ul style="list-style-type: none">• Une peluche ou une marionnette• Des cartes avec des situations et des réponses (annexes à télécharger sur la page Guides.be/evras ; voir code QR ci-dessous) 

Déroulement

1. Introduction (5 min)

Le Staff introduit la thématique : « Puck est un Nuton qui ne sait pas toujours s'il peut dire non. Il vous demande de l'aide pour apprendre à reconnaître quand il peut dire oui ou non. »

Exemple : « Puck veut jouer, mais son ami veut lui faire un câlin. Puck n'en a pas envie. Que peut-il faire ? »

2. Jeu « Je veux / Je ne veux pas » (10 min)

Demande à un enfant de tirer une carte illustrée (voir annexes) et de la partager avec le Groupe.

Un autre enfant choisit alors une réponse qu'il aurait envie de lui faire.

Invite un autre enfant à répondre avec une seconde carte réponse (voir annexes).

Ouvre la discussion :

- « Pourrais-tu expliquer ton choix ? »
- « Est-ce que c'est toujours pareil ? »
- « Est-ce que ça peut changer ? »

Que la réponse soit positive ou négative, il peut être intéressant d'attirer l'attention des enfants sur le fait que tout le monde ne réagit pas de la même manière et que d'explicitier sa réponse peut aider l'autre à respecter son choix.

Exemple : l'un a envie d'un câlin, mais l'autre dit non. Il n'aime pas qu'on le touche. C'est légitime.

3. Saynètes / jeux de rôle (15 min)

Par deux ou trois, les enfants jouent de petites scènes : demander un câlin ; proposer un jeu ; emprunter un objet. En alternant les réponses positives et négatives, l'objectif est d'apprendre à demander, à écouter la réponse, et à respecter le non.

4. Le chant du « NON » (5 min)

Inventez ensemble une petite chanson ou un refrain qui reprend les idées clés du consentement (le droit de dire non, le respect de la réponse, mon corps m'appartient, le changement d'avis possible, l'écoute et la gentillesse).

Exemple de refrain :

« Si je dis NON, c'est que c'est NON,

Et toi tu dis OK, c'est bon !

Mon corps est à moi, je choisis

Et toi tu respectes, merci ! »

Posture de l'Animateur

Attitudes et formulations à privilégier	<ul style="list-style-type: none">• Utiliser des phrases simples et affirmatives : « Tu as le droit de dire non. » ; « Ton corps t'appartient. » ; « Quand quelqu'un dit non, on respecte. »• Valoriser les enfants qui expriment leurs limites• Reformuler sans juger : « Tu n'en as pas envie, c'est ton choix. »
Points de vigilance	<ul style="list-style-type: none">• Éviter de minimiser un refus : « Allez, fais un effort... » ; « Ce n'est pas grave, c'est juste un câlin. »• Ne pas forcer une interaction physique (ex. : bisous, câlins)• S'abstenir de rendre le « non » négatif ou honteux



Titre de l'activité	C'est mon choix
Objectif de l'activité	Différencier les gestes amicaux des gestes intrusifs, apprendre à poser ses propres limites et reconnaître les signes de non-respect.
Durée	50 minutes
Matériel nécessaire	<ul style="list-style-type: none">• Des cartes « Ça me va / Ça me gêne / Je dis STOP » (ou cartons verts/oranges/rouges)• Un panneau « Mur des limites » (papier ou tableau)• Des post-it
Déroulement	
<p>1. Introduction (5 min) Interroge les Lutins :</p> <ul style="list-style-type: none">• « Est-ce qu'il vous est déjà arrivé de ne pas aimer quelque chose qu'un ami a dit ou fait ? »• « C'est quoi pour vous une limite ? »• « Et en ligne, est-ce qu'on peut aussi poser des limites ? » <p>Introduis la notion de limite physique, émotionnelle et numérique (voir lexique page 145 de cet outil).</p> <p>2. Jeu des cartes « Ça me va / Ça me gêne / Je dis STOP » (15 min) Le Staff lit des situations (réelles ou numériques) :</p> <ul style="list-style-type: none">• « Quelqu'un me touche sans demander. »• « Quelqu'un me fait une blague sur mon apparence. »• « On me demande une photo que je ne veux pas envoyer. »• « On me dit que je suis "trop sensible" quand je dis que je n'aime pas une blague. »• « On me taquine tous les jours. »• « Un adulte me demande un bisou pour dire bonjour. »• « Quelqu'un insiste pour que je joue à un jeu violent. »• « Quelqu'un me dit : "C'est juste pour rire, t'as pas d'humour." »• « Quelqu'un m'envoie des messages tous les jours même si je ne réponds pas. » <p>Les enfants réagissent avec une carte et expliquent leur choix.</p>	

3. Mur des limites (15 min)

Chaque Lutin écrit ou dessine une limite personnelle sur un post-it (ex. : « Je n'aime pas qu'on me pousse », « Je veux qu'on me demande avant de m'ajouter à un groupe », « Je n'aime pas les blagues sur moi »).

Demande aux Lutins de coller les post-it sur le mur. Ensemble, observez les différences et points communs.

4. Conclusion : « Ma voix compte ! » (10 min)

Répétez ensemble des phrases clés :

- « Je peux dire non. »
- « Je peux bloquer quelqu'un. »
- « Je parle si je ne me sens pas bien. »
- « Je respecte les limites des autres. »

Posture de l'Animateur

Attitudes et formulations à privilégier

- Encourager les enfants à nommer leurs ressentis
- Valoriser les réponses affirmées : « Tu as bien fait de dire stop. »
- Créer un climat de confiance : « Ici, on peut parler sans être jugé. »

Points de vigilance

- Éviter de minimiser les situations en ligne : « Ce n'est qu'un message, ignore-le », « C'est juste pour rire », etc.
- Ne pas forcer la participation : « Tu dois répondre comme les autres. »
- Ne pas banaliser le refus : un « non » est toujours à respecter



Titre de l'activité	Stop ou encore ?
Objectif de l'activité	Identifier ses propres limites et savoir les communiquer clairement dans une relation.
Durée	60 minutes
Matériel nécessaire	<ul style="list-style-type: none">• Situations de départ à réaliser par le Staff• Cartons de couleur : « OK », « pas OK » et « Je ne sais pas »• Cartes situations à réaliser par le Staff• Papier et feutres• Espace où les jeunes peuvent se déplacer librement
Déroulement	
<p>1. Brise-glace « Le feu tricolore » (10 min) Chaque jeune reçoit trois papiers de couleur : vert (OK), rouge (pas OK), orange (je ne sais pas / ça dépend). Le Staff lit des situations simples (ex. : « Quelqu'un me fait un câlin », « On me demande de prêter mon téléphone », « Un ami me prend en photo et la publie sur les réseaux » ; etc.). Les jeunes lèvent la couleur qui correspond à leur ressenti. L'objectif est de montrer que chacun a ses propres limites, et que c'est normal.</p> <p>2. Jeu de rôle : « Stop ou encore ? » (30 min) Forme de petits groupes de trois ou quatre jeunes et distribue-leur des cartes avec des situations :</p> <ul style="list-style-type: none">• une amie veut lire mes messages ;• quelqu'un me caresse les cheveux sans demander ;• on me propose un défi gênant dans un jeu ;• un ami insiste pour que je fasse quelque chose que je n'ai pas envie de faire. <p>Au sein du petit groupe, laisse les jeunes discuter ensemble : « Qu'est-ce que je ressens ? Est-ce que je suis à l'aise ? Comment je peux le dire ? ».</p> <p>Invite-les à présent à jouer la situation en intégrant dans la mise en scène l'expression claire de leurs limites.</p>	

5. Débrief collectif (20 min)

Installe le Groupe en cercle pour permettre l'échange :

- « Qu'est-ce qui a été facile ou difficile ? »
- « Est-ce que c'est toujours évident de dire non ? »
- « Comment réagir quand quelqu'un ne respecte pas mon "non" ? »

Introduis la notion de « consentement clair, libre, éclairé, enthousiaste et réversible ».

Le consentement n'est pas simplement l'absence de refus, mais une affirmation active et volontaire.

- **Libre** : il est donné sans pression, menace ou contrainte.
- **Éclairé** : il est basé sur une information complète et honnête.
- **Spécifique** : chaque acte nécessite un consentement distinct.
- **Réversible** : il peut être retiré à tout moment, même en cours d'interaction.
- **Enthousiaste** : c'est un vrai « oui », exprimé clairement et volontairement.

Posture de l'Animateur

Attitudes et formulations à privilégier	Utiliser des phrases comme : <ul style="list-style-type: none">• « Tu as le droit de dire non, et on doit respecter ton non. »• « Si quelqu'un ne respecte pas ton non, ce n'est pas normal. »• « Tu peux en parler à un adulte de confiance. »
Points de vigilance	<ul style="list-style-type: none">• Minimiser les situations : « C'est juste pour rire. », « Il ne faut pas trop y penser. »• Blâmer la victime : « Tu aurais dû être plus clair. », « Tu l'as peut-être provoqué. »

Variante ou adaptation

Proposer une fiche « Je dis STOP » à la fin de l'activité :

- ce que je n'aime pas qu'on me fasse ;
- comment puis-je le dire ?
- à qui puis-je en parler si on ne m'écoute pas ?



Titre de l'activité	Est-ce vraiment mon choix ?
Objectif de l'activité	Analyser les facteurs (pression sociale, émotions, inégalités) qui influencent le consentement et apprendre à les reconnaître.
Durée	90 à 120 minutes
Matériel nécessaire	<ul style="list-style-type: none">• Post-it ou petites cartes• Feutres• Fiches situation relationnelle à réaliser par le Staff• Un tableau ou paperboard• Espace pour se retrouver en petits groupes
Déroulement	
<p>1. Introduction (10 min)</p> <p>Pose cette question ouverte : « Qu'est-ce que le consentement pour vous ? »</p> <p>Note les mots-clés sur un tableau ou une affiche.</p> <p>Ensuite, identifie avec eux les cinq critères du consentement : libre, éclairé, enthousiaste, clair, réversible.</p> <p>Le consentement n'est pas simplement l'absence de refus, mais une affirmation active et volontaire.</p> <ul style="list-style-type: none">• Libre : il est donné sans pression, menace ou contrainte.• Éclairé : il est basé sur une information complète et honnête.• Spécifique : chaque acte nécessite un consentement distinct.• Réversible : il peut être retiré à tout moment, même en cours d'interaction.• Enthousiaste : c'est un vrai « oui », exprimé clairement et volontairement. <p>2. Atelier en groupes (30 min)</p> <p>Chaque Groupe reçoit une fiche avec une situation relationnelle. Exemples :</p> <ul style="list-style-type: none">• Tu es en couple depuis peu, et ton/ta partenaire veut aller plus loin physiquement.• Tu as bu ton premier verre d'alcool en soirée car on t'a lancé un pari.• Tes amies te poussent à envoyer une photo intime pour prouver ta confiance.• Quelqu'un te drague en soirée, tu n'es pas sûr de ce que tu veux.• Le groupe fait tourner une cigarette et tu t'es senti obligé d'essayer.• Tu ressens une pression à dire oui pour ne pas passer pour une personne coincée.	

Chaque groupe doit tenter d'identifier :

- ce que la personne ressent ;
- ce qui pourrait influencer sa décision (pression, peur, envie de plaire, etc.) ;
- ce qui pourrait l'empêcher de dire non.

Ensuite, chaque groupe partage ses réflexions.

3. Débat mouvant (30 min)

Propose quelques affirmations liées au consentement :

- « Dire oui, c'est toujours un vrai choix. »
- « On peut dire non même si on a déjà dit oui une fois. »
- « La peur de perdre quelqu'un peut fausser le consentement. »

Les jeunes se déplacent dans l'espace et se rassemblent selon leur avis (d'accord / pas d'accord / mitigé) et peuvent expliquer leur position.

Guide ensuite les échanges pour faire émerger les facteurs invisibles : émotions, dépendance affective, normes sociales, etc.

4. Conclusion (15-20 min)

Discute avec le Groupe :

- « Comment reconnaître quand mon choix est influencé ? »
- « Comment puis-je me reconnecter à ce que je veux ? »
- « À qui puis-je parler si je me sens mal à l'aise ? »

Le Staff conclut : « Le consentement, ça n'est pas seulement dans un cadre de relation sexuelle. Il est la base de toute relation ».

Posture de l'Animateur

Attitudes et formulations à privilégier

- Créer un espace de confiance : confidentialité, non-jugement
- Utiliser des formulations comme :
 - « Tu as le droit de changer d'avis. »
 - « Ce n'est pas parce que tu es en couple que tu dois dire oui. »
- Encourager les jeunes à nommer leurs émotions et à identifier les pressions

Points de vigilance

- Minimiser les situations : « Ce n'est pas si grave. », « Tu verras avec le temps. »
- Donner des conseils trop normatifs : « Tu devrais dire non dans ce cas. »
- Faire des suppositions sur les expériences des jeunes

Lexique

Agence : personne s'identifiant comme n'ayant pas d'identité de genre.

Asexualité : orientation sexuelle qui se rapporte aux personnes qui ne ressentent pas ou peu d'attirance sexuelle envers d'autres personnes, ou seulement dans certaines conditions. L'asexualité est un spectre contenant une diversité d'identités.

Attirance romantique : désigne l'envie de partager une intimité avec une personne, sans que cela soit forcément lié à une activité sexuelle.

Attirance physique et sexuelle : désigne le désir physique qu'une personne ressent envers d'autres personnes et/ou son envie d'engager des relations physiques et sexuelles avec celles-ci.

Bigenre : personne s'identifiant comme étant une combinaison de deux genres.

Bisexualité : attirance physique et/ou romantique qui n'est pas limitée à un seul genre.

Cisgenre : personne qui se sent en accord avec le genre qui lui a été attribué à la naissance.

Coming out : acte par lequel une personne révèle son attirance ou son identité de genre à son entourage.

Consentement : fait d'exprimer, librement et de son plein gré, sa volonté d'accepter quelque chose. C'est donner l'autorisation à quelqu'un pour que celui-ci effectue un acte. Selon la définition du Plan SACHA¹, le consentement doit être :

- **enthousiaste** : il se manifeste par une envie marquée et non-hésitante. L'enthousiasme peut se caractériser par une parole formelle, comme le fait de donner son accord ou dire « oui », mais il peut également être exprimé à travers des gestes, des signes... En cas de doute, il est toujours préférable de demander une confirmation verbale en plus du langage corporel ;
- **éclairé** : la personne ne peut consentir pleinement que si elle dispose de toutes les informations nécessaires à sa prise de décision ;
- **libre** : la décision de consentir doit se faire librement, en pleine possession de ses moyens, sans contrainte, pression sociale, manipulation, ruse, violence ou chantage. La consommation de psychotropes, la présence d'un rapport de hiérarchie ou d'un handicap mental constituent des obstacles à ce que le consentement soit libre ;
- **réversible** : une personne a le droit de ne plus avoir envie de continuer un acte qui a déjà été entrepris, elle peut donc retirer son consentement à tout moment ;
- **spécifique** : cela signifie que consentir pour une pratique ne signifie pas consentir automatiquement pour une autre. Il est important de s'assurer du consentement de sa/son/ses partenaire(s) (et de soi-même) à chaque nouvelle pratique.

¹ Plan SACHA (2022). *Les critères du consentement*.

Culture : dans son sens le plus large, ensemble des traits distinctifs, spirituels et matériels, intellectuels et affectifs qui caractérisent une société ou un groupe social. Elle englobe, outre les arts et les lettres, les modes de vie, les droits fondamentaux de l'être humain, les systèmes de valeurs, les traditions et les croyances.

Cyberharcèlement : harcèlement par le biais des nouvelles technologies de communication (Internet, smartphone...).

Discrimination : action (acte verbal ou comportement négatif) à l'égard d'une personne ou d'un groupe. Cette action vise à rejeter quelqu'un sur la base de ses origines, couleur, sexe, langue, religion, opinion politique, âge, attirance sexuelle, etc.

Émotions : réactions spontanées à une situation. Elles peuvent entraîner des manifestations physiques (pâleur, rougissement, agitation, accélération des battements cardiaques et du rythme respiratoire, transpiration, etc.) et psychologiques (pensées négatives ou positives, changement d'humeur) qui durent peu de temps.

Émotions primaires : émotions innées et universelles.

Émotions secondaires : émotions plus complexes qui sont le résultat de notre croissance, de l'interaction avec les autres et de la combinaison de plusieurs émotions primaires.

Espace intime : espace strictement personnel et généralement tenu secret, préservé des curiosités indiscrètes, le plus souvent par pudeur.

Expression de genre : ensemble des caractéristiques extérieures d'une personne (vêtement, coiffure, langage, attitudes...) traditionnellement associées à un genre en particulier et sur lesquelles les autres se basent (consciemment ou non) pour supposer son genre. Elle ne dit rien des attirances et n'est pas forcément liée à l'identité de genre de la personne. Ex. : féminité, androgynie, masculinité, etc.

Gay : terme couramment employé pour parler d'un homme homosexuel.

Gender fluid : personne qui ne se sent pas obligée de s'inscrire dans un genre particulier. Elle peut mettre l'accent sur l'un ou l'autre en fonction du moment.

Genre : construction sociale attribuant des caractéristiques à quelqu'un en raison de son sexe biologique.

Guide pour l'EVRAS : outil de soutien de référence à la généralisation de l'EVRAS, comprenant les balises communes à tous les intervenants pour favoriser l'autonomie des enfants et des jeunes et soutenir la formulation de choix éclairés dans leur vie relationnelle, affective et sexuelle. Ce *Guide* est à destination des acteurs de l'éducation à la vie relationnelle, affective et sexuelle (centres de planning familial, organisations de jeunesse, services d'Accueil en Milieu Ouvert (AMO), associations thématiques, centres PMS, services PSE, etc.), qui interviennent auprès des enfants et des jeunes en matière d'EVRAS, ainsi que les centres de documentation et les points d'appui EVRAS.

Ce *Guide* peut également intéresser les équipes éducatives, dans le cadre des collaborations qu'elles construisent pour développer l'EVRAS dans leur établissement.

Harcèlement : répétition de mêmes faits, tels que des surnoms, moqueries, coups, insultes, une mise à l'écart du groupe. Ces faits durent dans le temps, ont pour intention de nuire et existent dans le cadre d'un rapport de force disproportionné.

Hétérocentrisme, hétérosexisme ou hétéronormativité : conception selon laquelle l'hétérosexualité est la manière normale de vivre, la seule façon de vivre ses rapports amoureux et physiques.

Hétéroparentalité : situation familiale dans laquelle les enfants sont élevés par un couple hétérosexuel.

Hétérosexualité : attirance physique et/ou romantique pour une personne de l'autre sexe.

Homophobie : rejet des personnes homosexuelles ou bisexuelles. Les actes homophobes peuvent se traduire par des insultes, des coups et parfois l'assassinat de quelqu'un en raison de son homosexualité.

Homosexualité : attirance physique et/ou romantique pour une personne du même sexe.

Identité de genre : genre ressenti par une personne, auquel elle s'identifie. Selon les situations et les moments, les personnes s'identifient au genre assigné à leur naissance, à un autre genre, ou à aucune genre en particulier. Ex. : femme, homme, agendre, non-binaire, etc.

Intersexe ou intersexué(e) : personne dont le sexe biologique présente des variantes qui sortent de la norme médicosociale mâle et femelle.

Intimité : vie privée propre à chaque individu, ce qui est strictement personnel et généralement préservé des curiosités indiscretes. Partie généralement cachée de l'anatomie d'une personne, notamment les parties génitales.

Lesbienne : terme couramment employé pour parler d'une femme homosexuelle.

Limites émotionnelles : limites relatives aux sentiments, au confort, à l'intimité d'une personne. Ce que cette personne est prête à partager ou pas sur ses émotions, ses relations, ses secrets ; ce qui la fait se sentir en sécurité émotionnellement ou pas.

Limites numériques : limites relatives à la vie connectée d'une personne. Ce que cette personne est prête à partager et avec qui (images, informations, conversations...). Ce qu'elle accepte que les autres voient d'elle et comment elle veut qu'ils interagissent avec elle en ligne.

Limites physiques : limites relatives au corps d'une personne. Ce qu'elle est d'accord de faire avec son corps ou de laisser les autres lui faire.

Norme : règles de conduite fondées sur des valeurs et qui marquent l'appartenance d'un individu à la société ou à un groupe social. Elles peuvent être formelles (inscrites dans un règlement) ou informelles (relevant des habitudes) de sorte qu'il convient de s'y conformer pour ne pas être exclu du groupe ou être sanctionné. S'arrêter à un feu rouge est une norme formelle, être poli est une norme informelle.

Outing : une personne est « outée » quand quelqu'un révèle à sa place son attirance sexuelle ou son identité de genre, sans son consentement.

Pansexualité : attirance physique et/ou romantique pour une autre personne, quel que soit son sexe ou son genre.

Préjugé : jugement envers un groupe ou une personne, souvent négatif, mais qui peut aussi être positif, il est basé sur un stéréotype. Ex : Je ne fais pas confiance aux hommes parce qu'ils ne savent pas s'occuper des enfants.

Pudeur : propension à se retenir de montrer, d'observer, de faire état de certaines parties de son corps, principalement celles de nature sexuelle, ou de montrer, d'observer, de faire état de choses considérées comme étant plus ou moins directement d'ordre sexuel ; disposition, propension à se retenir de montrer, d'observer, de faire état de ce qui touche à la vie intime de quelqu'un.

Polyamour : fait d'aimer plusieurs personnes et de maintenir plusieurs relations amoureuses et sexuelles à la fois, avec le consentement des partenaires impliqués.

Queer : insulte anglaise (signifiant « bizarre, étrange ») qui a été réappropriée de manière fière et militante pour revendiquer sa différence et son refus des normes hétérosexuelles et cis-genres.

Respect : considération ou égard envers quelqu'un ou quelque chose.

Sentiments : état affectif durable qui évolue avec le temps. Ainsi, les sentiments naissent, grandissent et finissent parfois par disparaître.

Sexe biologique (assigné à la naissance) : fait référence aux différences biologiques entre les femmes et les hommes.

Sexualité (selon l'Unesco) : dimension essentielle de l'être humain qui comprend : la compréhension du corps humain et la relation à celui-ci, l'attachement émotionnel et l'amour, le sexe, le genre, l'identité de genre, l'orientation sexuelle, la sexualité, l'intimité sexuelle, le plaisir et la reproduction. La sexualité est complexe et comprend des aspects biologiques, sociaux, psychologiques, spirituels, religieux, politiques, juridiques, historiques, éthiques et culturels qui évoluent tout au long de la vie.

Stéréotype : image mentale, véhiculée au sein de la société. Tout le monde a des stéréotypes en tête, c'est normal et ça permet de se positionner dans la société. Un stéréotype n'est pas forcément vrai pour tout le monde. Ex : Les femmes ont l'instinct maternel.

Thérapie de conversion : ensemble de traitements pseudo-scientifiques utilisés dans le but controversé de changer l'orientation sexuelle.

Transphobie : rejet des personnes trans. Elle se peut se traduire par des violences verbales (insultes...), psychologiques (outing...), physiques (coups, viols, meurtres...).

Valeur : principe qu'un groupe ou une personne considère comme un idéal, comme quelque chose de juste. Par exemple, le respect de la vie ou l'égalité sont des valeurs.

Xénophobie : haine, hostilité envers les étrangers.

Cadre légal autour de la sexualité

La Loi belge fait des différences en fonction de l'âge

En Belgique, la majorité sexuelle est fixée à 16 ans, mais l'autorité parentale, qui permet aux parents d'avoir un contrôle sur les relations de leur enfant, demeure.

Cela signifie qu'à partir de 16 ans, un jeune peut légalement avoir des relations sexuelles à condition que son ou sa partenaire ait également 16 ans minimum et qu'il (elle) soit consentant(e).

Une exception à la majorité sexuelle est prévue pour tenir compte d'un développement sexuel normal entre des mineurs. En effet, entre 14 et 16 ans, il est possible de consentir à des actes sexuels pour autant que la différence d'âge entre les deux partenaires ne soit pas supérieure à trois ans.

Toutefois, si la différence d'âge entre les partenaires est supérieure à trois ans et que les personnes sont toutes les deux mineurs, la Loi considère que les partenaires peuvent quand même consentir à une relation sexuelle (ex. : une relation entre deux jeunes de 14 et 17 ans et demi). En résumé : le consentement n'est pleinement possible que vis-à-vis d'une personne qui a moins de trois ans de plus que celui qui l'émet. Si les deux personnes sont mineures, il n'y a toutefois pas d'infraction.

Si la personne a moins de 14 ans, la Loi considère que la personne ne peut pas avoir légalement une relation sexuelle même si la personne est consentante. Toute pénétration sera considérée comme un viol et tout acte à caractère sexuel sera considéré comme une atteinte à l'intégrité sexuelle.

Il s'agit de la législation entrée en vigueur en date du 1^{er} juin 2022.

En bref

Les relations sexuelles au sens large (et donc pas uniquement la pénétration) avec un partenaire de moins de 16 ans, qu'elles soient consenties ou non, peuvent faire l'objet de poursuites. Entre 16 et 18 ans, il est possible pour les parents de faire intervenir le service d'aide à la jeunesse ou de porter plainte dans le cadre d'une relation consentie par le mineur puisqu'ils exercent encore l'autorité parentale. Un Animateur sera regardé comme une personne bénéficiant « d'une position reconnue de confiance, d'autorité ou d'influence sur le mineur », position qui empêche un consentement libre si elle est utilisée dans le cadre d'un acte à caractère sexuel, y compris vis-à-vis d'un mineur qui a entre 16 et 18 ans. Toute relation sexuelle au sens large qui n'est pas librement consentie peut faire l'objet de poursuites, et ce, quel que soit l'âge du partenaire.

Notion de consentement

« Le consentement suppose que celui-ci a été donné librement. Ceci est apprécié au regard des circonstances de l'affaire. Le consentement ne peut pas être déduit de la simple absence de résistance de la victime. Le consentement peut être retiré à tout moment avant ou pendant l'acte à caractère sexuel. Il n'y a pas de consentement lorsque l'acte à caractère sexuel a été commis en profitant de la situation de vulnérabilité de la victime due notamment à un état de peur, à l'influence de l'alcool, de stupéfiants, de substances psychotropes ou de toute autre substance ayant un effet similaire, à une maladie ou à une situation de handicap, altérant le libre arbitre. En tout état de cause, il n'y a pas de consentement si l'acte à caractère sexuel résulte d'une menace, de violences physiques ou psychologiques, d'une contrainte, d'une surprise, d'une ruse ou de tout autre comportement punissable. En tout état de cause, il n'y a pas de consentement lorsque l'acte à caractère sexuel a été commis au préjudice d'une victime inconsciente ou endormie. »¹

Les infractions

S'il n'y a pas de consentement (ou présomption de non-consentement), il y a infraction. Il y a deux infractions principales : l'atteinte à l'intégrité sexuelle (anciennement appelé attentat à la pudeur) et le viol.

¹ Service public fédéral Justice Belgique. (2022, 21 mars). *Loi modifiant le Code pénal en ce qui concerne le droit pénal sexuel*. Art. 417/5. Moniteur belge, 30 mars 2022.

L'atteinte à l'intégrité sexuelle « consiste à accomplir un acte à caractère sexuel sur une personne qui n'y consent pas, avec ou sans l'aide d'un tiers qui n'y consent pas, ou à faire exécuter un acte à caractère sexuel par une personne qui n'y consent pas. Cette infraction est punie d'un emprisonnement de six mois à cinq ans. Est assimilé à l'atteinte à l'intégrité sexuelle le fait de faire assister une personne qui n'y consent pas à des actes à caractère sexuel ou à des abus sexuels, même sans qu'elle doive y participer. L'atteinte existe dès qu'il y a commencement d'exécution. »¹

Il s'agit donc de tout acte sexuel qu'une personne normale et raisonnable considère comme inapproprié.

Est considéré comme un **viol** « tout acte qui consiste en ou se compose d'une pénétration sexuelle de quelque nature et par quelque moyen que ce soit, commis sur une personne ou avec l'aide d'une personne qui n'y consent pas. Cette infraction est punie de la réclusion de dix ans à quinze ans. »²

La pénétration ne doit pas être nécessairement complète, elle peut également être partielle. En outre, le consentement peut être retiré pendant l'acte. Il est également question de viol lorsque la victime est utilisée comme instrument, par exemple lorsqu'une personne est obligée de se pénétrer ou de pénétrer une autre personne.

D'autres infractions à caractère sexuel existent.

Le voyeurisme : situation dans laquelle une personne peut raisonnablement considérer qu'elle est à l'abri des regards indésirables, alors qu'elle est observée ou fait l'objet d'enregistrements visuels ou audios à son insu. Si la victime avait su qu'elle était observée, elle ne se serait pas dénudée (partiellement ou totalement). Par exemple : regarder des filles qui se changent dans un vestiaire.

La diffusion non-consentie de contenus à caractère sexuel : fait de montrer, rendre accessible ou diffuser du contenu visuel ou audio d'une personne dénudée ou qui se livre à une activité sexuelle explicite sans son accord ou à son insu, même si la personne était d'accord pour leur réalisation. Par exemple : filmer une relation sexuelle avec son conjoint et la diffuser lors de la séparation pour se venger.

¹ Service public fédéral Justice Belgique. (2022, 21 mars). *Loi modifiant le Code pénal en ce qui concerne le droit pénal sexuel*. Art. 417/7. Moniteur belge, 30 mars 2022.

² Service public fédéral Justice Belgique. (2022, 21 mars). *Loi modifiant le Code pénal en ce qui concerne le droit pénal sexuel*. Art. 417/11. Moniteur belge, 30 mars 2022.

L'exploitation sexuelle de mineurs : approche d'un mineur à des fins sexuelles. L'exploitation sexuelle des enfants peut prendre différentes formes. Elle peut se dérouler dans différents contextes, tant dans la vie réelle qu'en ligne. Il s'agit, par exemple, d'images d'abus sexuels sur mineurs ; d'exploitation de mineurs dans le secteur de la prostitution ; d'exploitation de mineurs dans le secteur du tourisme ou des voyages ; de sexting (échange de messages, photos ou vidéos à caractère sexuel) ; de grooming (tentative d'établir un rapport de confiance avec un enfant en montrant de l'intérêt, en faisant des compliments afin de l'amener progressivement à des questions et à des actes à connotation sexuelle) ; de sextorsion (mentir sur sa personne afin d'établir un lien avec une autre personne dans l'objectif d'obtenir des photos intimes pour menacer, ensuite, la victime de les publier si elle ne fait pas ce qu'il lui est demandé).

Des facteurs aggravent la gravité de l'infraction :

- être un parent ou allié ;
- être une personne ayant une fonction publique ;
- être médecin ou faire partie du personnel médical ;
- commettre une infraction sur un mineur de moins de 10 ans ;
- commettre une infraction sur un mineur de moins de 16 ans précédé par une approche du mineur par l'auteur dans le but de commettre l'infraction ;
- commettre une infraction en présence d'un mineur ;
- commettre une infraction au nom de la culture, de la coutume, de la tradition, de la religion ou prétendu « honneur ».

Quels sont les risques en cas d'infraction ?

Si la personne qui commet l'infraction est majeure et que son ou sa partenaire n'a pas consenti ou a moins de 16 ans et qu'il ne fait pas partie des exceptions à la présomption de non-consentement, la personne risque d'être poursuivie devant le Tribunal correctionnel et pourrait être condamnée à une peine (amende, emprisonnement...).

Si la personne est mineure, on dit qu'elle commet un fait qualifié d'infraction. Elle risque d'être poursuivie devant le Tribunal de la Jeunesse et le Juge pourra lui imposer différentes mesures : suivi par le Service de protection de la jeunesse (SPJ), conditions, prestations d'intérêt général, suivi par un service particulier, placement en Institution publique de protection de la jeunesse (IPPJ)...

Personnes et associations à contacter en Belgique

- **Numéro d'urgence – 112** : Pour toute situation mettant en danger immédiat la vie ou la sécurité d'une personne (violences graves, agressions, accidents)
- **Police locale** : En cas de violences, harcèlement, abus ou situations nécessitant une intervention sécuritaire
- **Service d'aide à la jeunesse (SAJ)** : Pour les situations de maltraitance, négligence ou danger au sein de la famille, ou quand un suivi social est nécessaire
- **Écoute-Enfants (Nationale Ligne d'Écoute Enfants) – 103** : Ligne d'écoute anonyme et gratuite pour les enfants et adolescents en difficulté, offrant soutien et orientation
- **SOS Enfants** : Association spécialisée dans la prévention de la maltraitance et l'aide aux enfants victimes
- **Centres de planning familial (ex. : Vie Féminine, Le Planning Familial) – monplanningfamilial.be** : Pour tout ce qui touche à la santé sexuelle, à la contraception, aux violences sexuelles, et au soutien en santé reproductive
- **Associations LGBTQIA+ (ex. : Les Maisons arc-en-ciel, Prisme, Crible, Pixiels, Genres pluriels, Transkids)** : Pour accompagner les jeunes dans leurs questionnements d'identité de genre et d'attirance
- **Centre de Prise en charges des Violences Sexuelles (CPVS)** : Prise en charge médicale, médicolégale et psychologique des victimes de violences sexuelles en Belgique

Bibliographie

Bruller, H., & Zep. (2020). *Le guide du zizi sexuel* (nouvelle édition). Glénat Jeunesse.

Callebaut, M. (2018). *Les émotions au service du développement des compétences psychosociales* [Mémoire de master, Université du Mans]. Extrait de <https://tr.ee/Kyn14r>

Centre Hubertine Auclert. (2015). *C'est quoi le genre ?* [Vidéo]. YouTube. Extrait de <https://tr.ee/xTDeKF>

Centre National de Ressources Textuelles et Lexicales. (n.d.). Intime. Dans *Le Trésor de la langue française informatisé*. Extrait de <https://tr.ee/QInu02>

Communauté française – Service de la Jeunesse. (2020). *Brochure EVRAS 2020*. [PDF]. Extrait de <https://tr.ee/GRcpo5>

Communauté française. (2023, 7 septembre). *Décret portant assentiment à l'accord de coopération du 7 juillet 2023 entre la Communauté française, la Région wallonne et la Commission communautaire française relatif à la généralisation de l'éducation à la vie relationnelle, affective et sexuelle* (Décret n° 51714). [PDF]. Moniteur belge, 20 décembre 2023. Extrait de <https://tr.ee/rtKGWC>

Crible ASBL. (2025, février). *Ce n'est pas normal ! — Kit de déconstruction pour répondre aux idées reçues sur les personnes LGBTQIA+* [PDF]. Extrait de <https://tr.ee/YzUEJz>

Direction de l'Égalité des Chances – Fédération Wallonie-Bruxelles. (s.d.). *Lutte contre les violences*. Extrait de <https://tr.ee/QzEcQA>

Fédération des Centres Pluralistes de Planning Familial (FCPPF). (2024). *Puberté : tout le monde y passe – NUMERIQUE* [Outil numérique]. FCPPF. Extrait de <https://tr.ee/imylg9>

Fédération des Centres Pluralistes de Planning Familial (FCPPF). (n.d.). *Des femmes et des hommes* [PDF]. Extrait de <https://tr.ee/5vEXm9>

Fédération des Centres Pluralistes de Planning Familial (FCPPF). (n.d.). *L'en« jeu » des rôles sociaux* [PDF]. Extrait de <https://tr.ee/KeD2AW>

Fédération des Centres Pluralistes de Planning Familial (FCPPF). (n.d.). *Préliminaires du porno* [PDF]. Extrait de <https://tr.ee/bDiqXv>

Fédération Laïque de Centres de Planning Familial – CEDIF. (2024). *La puberté* [Brochure]. Extrait de <https://tr.ee/ndx9o0>

Gouvernement fédéral belge. (2022, 21 mars). *Loi modifiant le Code pénal et relative à la compétence d'ester en justice, en ce qui concerne le droit pénal sexuel*. [PDF]. Moniteur belge, 30 mars 2022. Extrait de <https://tr.ee/GH7oHR>

Guide pour l'EVRAS. *Balises et apprentissages*. (2023). Stratégies Concertées EVRAS [PDF]. Extrait de <https://tr.ee/fMeHAU>

Infor Jeunes Mons. (2018). *Les préjugés, c'est pas mon genre ! Sexe, genre, orientation sexuelle : petit manuel d'ouverture d'esprit* [PDF]. Extrait de <https://tr.ee/DZ1FhG>

Infor Jeunes. (2025, 5 novembre). *La loi et la sexualité*. Extrait de <https://tr.ee/0zYLYX>

Institute for Reproductive Health & Family Health International 360. (2003). *My Changing Body: Fertility Awareness for Young People* (version française). Extrait de <https://tr.ee/7h5LX5>

Latitude Jeunes. (2022, novembre). *Hypersexualisation : Guide de réflexion* [PDF]. Extrait de <https://tr.ee/SNYUST>

Moro, M. R. (2015). *La violence envers les enfants, approche transculturelle* (Temps d'arrêt / Lectures, n° 79) [PDF]. Yapaka – Fédération Wallonie-Bruxelles. Extrait de <https://tr.ee/6geTRZ>

Naître et grandir. (2023, mai). *Les émotions de nos enfants* [Dossier web]. Extrait de <https://tr.ee/PPz9jB>

O'YES ASBL. (2024). *RainbowGame_FDP 2024 – Planches* [PDF]. Extrait de <https://tr.ee/Yn8iZU>

O'YES ASBL. (2025, aout). *BDT_fpd_Planches* [PDF]. Extrait de <https://tr.ee/raD6cm>

O'YES ASBL. (2025, aout). *On y va ou pas ?* [PDF]. Extrait de <https://tr.ee/Bxre19>

O'YES ASBL. (2025, aout). *HumanBoxes_FPD – Planches* [PDF]. Extrait de <https://tr.ee/9RQ0J0>

PixiELS ASBL. (2019). *Guide jeunes LGBTQIA+ 2019-2020*. Extrait de <https://tr.ee/ph8kFi>

Service Droit des Jeunes. (2024, avril). *La vie affective et sexuelle du mineur* [Fiche PDF]. <https://tr.ee/xykkKL>

Service public fédéral Justice Belgique. (2022, 21 mars). *Loi modifiant le Code pénal en ce qui concerne le droit pénal sexuel*. Art. 417/5. Moniteur belge, 30 mars 2022.

Service public fédéral Justice Belgique. (2022, 21 mars). *Loi modifiant le Code pénal en ce qui concerne le droit pénal sexuel*. Art. 417/7. Moniteur belge, 30 mars 2022.

Service public fédéral Justice Belgique. (2022, 21 mars). *Loi modifiant le Code pénal en ce qui concerne le droit pénal sexuel*. Art. 417/11. Moniteur belge, 30 mars 2022.

Sofélia. (2025). *Parlons transidentités : Stop aux idées reçues* [Campagne web]. Extrait de <https://tr.ee/PvkHrg>

Vermont, C. (2023). *Corps, amour, sexualité : Y'a pas d'âge pour se poser des questions !* Albin Michel.

Yapaka. (2023, aout). *Ta sexualité* [PDF]. Extrait de <https://tr.ee/iQrMSM>

Aide à la rédaction

Ce document a bénéficié d'un appui ponctuel d'outils d'intelligence artificielle pour la reformulation et la synthèse de certaines idées, dans un souci de clarté et de concision.

Nous remercions chaleureusement toutes les personnes qui ont participé de près ou de loin à ce projet, en particulier Manon Labonté (Pixiels) et Manon Galand (Fédération Nationale des Patros) pour leurs conseils et leur relecture active.

Qui sommes-nous ?

Les Guides est un mouvement de jeunesse reconnu par la Fédération Wallonie-Bruxelles, ouvert à tous dès l'âge de 5 ans. Notre mouvement compte plus de 23 000 membres et se donne pour mission de soutenir les jeunes dans leur développement personnel avec et par le groupe. Au travers de leurs activités, nos Animateurs offrent aux jeunes de tous âges une pause authentique, ancrée dans le réel, une fenêtre sur la vie. Par le jeu, la découverte et l'amusement, nous créons un espace propice à l'autonomie et l'épanouissement, où les émotions se vivent à fond et les amitiés se créent pour longtemps.

EVRAS en action

EVRAS en action est un outil qui t'aidera à aborder les différentes thématiques de l'EVRAS avec ton Groupe.

Il est composé de fiches thématiques, de repères pédagogiques pour ton animation et d'activités de sensibilisation, concrètes et adaptées à chaque âge. Une section « Au-delà de ton rôle d'animation » précise clairement les limites dans l'animation et les situations qui nécessitent de passer le relai à d'autres acteurs spécialisés.

Alors, lance-toi !



Nos publications appliquent les recommandations orthographiques de la Fédération Wallonie-Bruxelles. En application de la charte orthographique/grammaticale prévalant en FW-B, pour l'instant, nous utilisons une orthographe où le genre masculin s'utilise aussi pour les ensembles mixtes. Nous avons toutefois conservé les choix orthographiques des sources de cette publication quand ces dernières sont citées dans le texte.

Une publication des Guides Catholiques de Belgique asbl 2026.

Dépôt légal : D/2026/13.791/2.

Rue Paul-Émile Janson 35
1050 Bruxelles • Tél. +32 (0)2 538 40 70
www.guides.be • info@guides.be

Avec le soutien de la Fédération Wallonie-Bruxelles - Service de la Jeunesse

LES
GUIDES 
LA VIE EN VRAI

 FÉDÉRATION
WALLONIE-BRUXELLES