Activité Sens et Foi
Plus être

75'



Une animation Sens et Foi débute par une **expérience** vécue par tous, nourrit la **réflexion**, crée une **connexion** avec le quotidien et le monde, puis mène au **réinvestissement** par l'action.

Ambition Guide

Aider chaque Aventure à construire sa personnalité en développant des valeurs intérieures authentiques plutôt qu'en se définissant par ce qu'il possède.

Enrichissement complémentaire

- Questionner les pratiques de (sur)consommation dans notre société
- Renforcer l'estime de soi
- Réfléchir à ses valeurs
- Mieux comprendre ses besoins profonds

Objectifs et matériel

Expérience 25 minutes	Je fais des choix et je renonce à certaines choses pour avancer.
	Des cartes variées (annexe 1 à imprimer en plusieurs exemplaires)
Réflexion 20 minutes	Je prends conscience que certains choix ne sont pas évidents et que « avoir plus » ne correspond pas toujours à ce qui me rend heureux.
	/
Connexion 15 minutes	Je fais le lien entre mes choix dans le jeu et ma vie quotidienne, et j'identifie ce qui compte vraiment pour moi.
	/
Réinvestissement 20 minutes	Je choisis un petit pas concret pour développer le « plus être » dans mon quotidien.
	• *Carnet de l'Aventure* ou un carnet personnel • De quoi écrire
Clôture 5 minutes	/
	• Affiche à imprimer (annexe 2) • D'autres citations ou support inspirants (optionnel)

Posture d'animation

Accorde une attention particulière au temps de réflexion, essentiel pour permettre aux Aventures de faire du lien avec leur vécu.

Veille à ne pas orienter les réponses ou les choix et à préserver un espace de réflexion libre et calme.

Encourage un petit pas concret pour ancrer le « plus être » dans le quotidien.

Si tu le souhaites, tu peux proposer cette activité en petit groupe ou en Patrouille.

Expérience

Le sac à dos

Cette phase demande du temps pour être vécue pleinement. Ralentis le rythme si nécessaire et laisse des silences pendant les choix.

Préparation

Télécharge sur le site Internet des Guides (guides.be) l'annexe « Sens et Foi – Plus être – Aventures – cartes sac à dos ». Le document compte quarante cartes (objets, qualités, relations, etc.).

Le jeu demande que chaque Aventure prenne au maximum huit cartes. Imprime donc l'annexe plusieurs fois pour en avoir en suffisance.

Mise en situation

1. « Imagine… Tu pars pour un long voyage. Pas un simple voyage… un voyage qui va durer longtemps, peut-être toute ta vie. Tu ne sais pas exactement ce qui t'attend, mais tu sais que tu ne pourras pas faire demi-tour. Tu as un sac à dos et tu peux y mettre ce qui est important pour toi, ce qui va t'aider à avancer. Mais attention : ton sac a une limite, tu ne peux pas tout emporter. »

Propose à chacun de choisir entre six et huit cartes. Invite-les à ne pas trop réfléchir, ni discuter et laisse un temps de choix.

2. « Après quelques jours de marche, tu te rends compte que ton sac est trop lourd. Le chemin est plus difficile que prévu… Ça monte, c'est fatigant. Si tu gardes tout, tu n'iras pas très loin. Tu dois alléger ton sac… »

Pour cette première contrainte, demande à chaque Aventure de ne garder que cinq cartes.

3. « Le voyage continue… Une situation imprévue arrive : la météo change et les conditions deviennent plus difficiles. Tu dois traverser une zone compliquée et tu ne peux pas porter autant. Pour continuer à avancer, tu dois faire un choix encore plus difficile… »

Cette nouvelle contrainte impose de ne garder que trois cartes.

4. « Après avoir longtemps voyagé, tu comprends quelque chose : ce qui compte vraiment ne prend pas forcément beaucoup de place dans un sac… Regarde ce que tu as gardé. Est-ce que tout ce qui est important pour toi est là ? »

Aucune carte n'est rejetée, mais une petite minute de silence est utile afin de préparer la réflexion.

Réflexion

Partage en groupe

Ce temps est essentiel : veille à ne pas le raccourcir trop rapidement, même si l'expérience a pris du temps. Cette phase permet de faire émerger ce qui est essentiel et secondaire ou même la différence entre le besoin et l'envie. Prends le temps d'accueillir les réponses sans les corriger et relance-les pour les approfondir si nécessaire.

Invite les Aventures à partager, sans les obliger.

Propositions de questions

- Était-ce difficile de faire des choix ?
- À quel moment était-ce le plus dur ?
- Qu'as-tu gardé dans ton sac à dos jusqu'au bout ?
- De quoi as-tu eu du mal à te séparer ?
- Certaines choses te semblaient-elles importantes au début… et moins ensuite ?
- As-tu choisi avec la tête ou avec le cœur ?
- Qu'est-ce que ces choix disent de toi ?

Connexion

Ce que j'emmène vraiment…

Cette phase permet de mettre en mots les observations des Aventures, d'approfondir leur réflexion et de les relier au Projet des Guides. Prends le temps de laisser émerger les réponses avant d'apporter le principe pédagogique.

1. Commence par t'appuyer sur ce que les Animés viennent de vivre et de partager. Ensuite, amène-les à expliciter leurs choix.
   - Qu'avez-vous tenu à garder en priorité ?
   - Était-ce plutôt des objets, des avoirs ? ou des éléments qui font partie de vous, des qualités, etc. ?
   - Certaines choses importantes ne pouvaient-elles pas être mises dans le sac ?

Reformule ce qui émerge : « … donc certaines choses importantes ne sont pas des objets. »

2. Fais le lien avec le projet pédagogique en introduisant explicitement le huitième principe : chez les Guides, on souhaite « donner la priorité au "plus être" plutôt qu'au "plus avoir" ».

Invite les jeunes à expliquer ce principe avec leurs mots. Exemple : ne pas se définir par ce qu'on possède, mais surtout par ce que l'on est et la manière dont on est en relation avec les autres.

3. Approfondis le lien avec leur réalité en posant des questions ouvertes comme :
   - Dans votre vie quotidienne, vous pousse-t-on à avoir plus, ou à être plus ?
   - Est-ce facile de vivre ce principe de « plus être » aujourd'hui ?
   - Peut-on avoir beaucoup et manquer de l'essentiel ?
   - À l'inverse, peut-on avoir peu et se sentir riche ?

Laisse des temps de réponse et accueille les différentes visions.

Réinvestissement

Choisir ce que je mets dans mon sac

Prévois un temps calme et personnel. Tu peux l'accompagner avec une musique douce pour favoriser l'intériorité.

« Dans le jeu, vous avez choisi ce que vous gardiez dans votre sac. Dans la vie aussi, on est amené à faire des choix. »

Afin de garder une trace, demande à chacun de prendre son *Carnet de l'Aventure* et de le compléter avec les quatre éléments suivants :

- note une chose que tu veux garder comme importante dans ta vie ;
- inscris une qualité que tu veux développer en toi ;
- identifie une chose qui prend peut-être trop de place dans ton quotidien ;
- choisis un petit pas concret que tu peux faire cette semaine (un petit pas simple, réalisable et concret).

Choisissez ensemble ce qu'ils font du feuillet (le garder dans leur *Carnet de l'Aventure*, le plier et le garder sur eux, le déposer dans une boite à trésors, etc.).

Clôture

Clore cette animation Sens et Foi avec une citation ou une chanson peut vraiment donner de la profondeur et marquer émotionnellement le moment. Tu peux aussi choisir de diffuser un morceau de musique durant la phase de réinvestissement et terminer par une citation, ou en distribuer une à chacun.

Retrouve ci-dessous quelques propositions adaptées à l'intention « plus être que plus avoir », avec des styles différents pour que tu choisisses selon ton Groupe. Prends le temps de poser la citation ou de laisser la musique se terminer dans le calme, sans précipiter la fin.

« Le bonheur ne dépend pas de ce que tu possèdes, mais de ce que tu es. » – Bouddha (citation attribuée)

« On ne voit bien qu'avec le cœur. L'essentiel est invisible pour les yeux. » – Antoine de Saint-Exupéry, *Le Petit Prince*

« La vraie richesse d'un homme est le bien qu'il fait autour de lui. » – Khalil Gibran

« Il y a plus de trésors dans un cœur que dans tous les coffres du monde. » – Victor Hugo

« Là où est ton trésor, là aussi sera ton cœur. » – Évangile selon Matthieu (6,21)

« Deviens ce que tu es. » – Friedrich Nietzsche

« Ce n'est pas ce que nous avons, mais ce que nous sommes qui fait notre richesse. » – John Ruskin

La chanson *Avoir et être* – Yves Duteil

La chanson *Foule sentimentale* – Alain Souchon

La chanson *Maintenant* – Vianney et Renaud

La chanson *Je veux* – Zaz

Activité Sens et Foi - Annexe 1 : les cartes sac à dos

Plus être

Un smartphone	L'humour	Une montre connectée
De l'argent	La capacité d'aimer	Une télévision géante
Une maison confortable	L'écoute	Des chaussures de collection
Des vêtements de marque	La patience	Un drone
Une voiture	La créativité	Une trottinette électrique
Une console de jeux	La bienveillance	Une piscine
Des bijoux	La persévérance	Un home cinéma
Un ordinateur	La liberté intérieure	Une chambre très grande
Un sac rempli d'objets utiles	Des souvenirs heureux	Les derniers gadgets à la mode
Une valise pleine de souvenirs matériels	Des épreuves traversées	Des vêtements de luxe
Des amis proches	Des voyages vécus	Une collection d'objets rares
Ta famille	Des moments de joie	Partir en vacances plusieurs fois par an
Une personne qui t'aime	Des moments difficiles qui t'ont fait grandir	Aller souvent au restaurant
Quelqu'un à qui parler	Des relations qui ont compté pour moi	Avoir un chauffeur personnel
Une équipe / un groupe	La popularité	Voyager en avion quand on le souhaite
Des personnes qui comptent sur toi	La réussite	Être célèbre sur les réseaux sociaux
Une relation de confiance	Le regard des autres	Être toujours à la mode
Des moments partagés	La liberté	Avoir beaucoup d'abonnés sur les réseaux sociaux
La confiance en toi	Le pouvoir	Être populaire
Le courage	La reconnaissance	Posséder les objets les plus récents


LES GUIDES
LA VIE EN VRAI
« Le bonheur ne dépend pas de ce que tu possèdes, mais de ce que tu es. »
Bouddha