



Failfish



Thématiques abordées : Gérer les échecs		Durée : En continu
Matériel nécessaire : Inclus dans le MindSet : <ul style="list-style-type: none">• Poisson scout arc-en-ciel Matériel à fournir : <ul style="list-style-type: none">• deux marqueurs de couleurs différentes		Remarque:
Objectif L'objectif est d'arriver à gérer les mésaventures, les échecs et les pépins, avec humour sans oublier les succès et les réussites.		
Déroulement Le « Failfish » (poisson scout arc-en-ciel) ci-joint est accroché à un endroit accessible uniquement aux responsables. Des Edding de différentes couleurs sont placés à côté du poisson. Chaque fois qu'il arrive une mésaventure à quelqu'un ou qu'un succès est vécu, une écaille du poisson peut être coloriée. Au préalable, la maîtrise définit la signification de chaque couleur.		





Les personnes racisées dans le scoutisme



Thématiques abordées :    Ressources personnelles, échange en groupe & amitié	Durée : 20 minutes
Matériel nécessaire : Inclus dans le MindSet : <ul style="list-style-type: none">• Set de cartes "People of color" Matériel à fournir : <ul style="list-style-type: none">• Ouverture et tolérance	Remarque:
Objectif L'objectif est d'aborder la thématique "des personnes racisées" dans le mouvement scout (de Suisse). Le jeu de cartes est le résultat d'un projet Gilwell réalisé par Twister et Pitchou. Les cartes représentent des situations vécues par des personnes racisées au sein du mouvement scout.	
Déroulement Parcourez le jeu de cartes et prenez connaissance des exemples. Le mouvement scout (de Suisse) se définit comme tolérant envers toutes les cultures et toutes les couleurs de peau et pourtant, de telles situations peuvent se produire. Pourquoi ? Discutez en équip de ce que vous pensez de la situation représentée. Comment a-t-elle pu se présenter? Comment pourrait-elle être évitée ?	





Forêt-Noire aveugle



Thématiques abordées : Échange en équipe & découverte	 	Durée : 20 à 30 minutes
Matériel nécessaire : Matériel à fournir : <ul style="list-style-type: none">• 1x fond de biscuit au chocolat (génoise)• 1x crème fouettée• 1x cerises dénoyautées• 1x pépites de chocolat• Différentes épices (sel, poivre, chocolat en poudre, etc.)	<ul style="list-style-type: none">• 1x banane• 2x couteaux• 2x planches à découper• 2x cuillères• 1x moule à gâteau• Autres faux ingrédients• 1x minuteur / téléphone portable	
Objectif		
Chaque équipe crée une Forêt-Noire en 15 minutes. Cela se fait les yeux bandés. Des ingrédients corrects et incorrects sont à disposition. Chaque équipe décide elle-même de ce qu'elle met dans son gâteau.		
Préparation		
Le ou la responsable du jeu doit préparer au préalable les différents ingrédients (voir liste ci-dessus). Après que tou-te-s les membres de l'équipe se sont bandé-les yeux, le-la responsable apporte les ingrédients au à l'équipe.		
Déroulement		
Chaque équipe doit créer le plus rapidement possible sa propre Forêt-Noire. Après 15 minutes, les différentes Forêt-Noires sont présentées aux autres et mangées en équipe.		





Love Letters



Thématiques abordées : Estime de soi & amitié		Durée : 20 minutes
Matériel nécessaire : Inclus dans le MindSet : <ul style="list-style-type: none">• Enveloppe• Cartes postales «Comment vas-tu ?» Matériel à fournir : <ul style="list-style-type: none">• Stylos• Papier		Remarque: Il est préférable de commencer cette activité au début du camp. Elle peut ensuite se dérouler tout au long du camp ou du cours.
Objectif Les Love Letters permettent aux membres de la maîtrise de se témoigner mutuellement de l'estime et, après le camp / cours, d'atténuer la nostalgie des responsables.		
Déroulement Chaque responsable reçoit une enveloppe et y inscrit son nom. Les enveloppes écrites sont ensuite accrochées au mur ou placées à un autre endroit défini en commun. Le papier fourni peut être utilisées pour écrire une lettre aux autres responsables. En option, chacun-e peut s'écrire une lettre à soi-même avec la carte postale "Comment ça va ?".		
Thèmes / questions possibles Notre meilleur souvenir aux scout-e-s, ce que j'apprécie chez toi, ce qui fait de toi un-e responsable super, une anecdote drôle ou une expérience particulière vécue ensemble, le point fort de la semaine, ta plus grande qualité, comment on s'est connu etc.		





Baromètre d'humeur

<p>Thématiques abordées :  </p> <p>Ressources personnelles & Échange en équipe</p>	<p>Durée : En continu</p>
<p>Matériel nécessaire : Inclus dans le MindSet :</p> <ul style="list-style-type: none">• Baromètre d'humeur• Pincés à linges en bois <p>Matériel à fournir :</p> <ul style="list-style-type: none">• Feutres ou marqueurs	<p>Remarque: Début du camp</p>
<p>Objectif</p> <p>Encourager les responsables à communiquer leur état d'esprit. En outre, le baromètre d'humeur donne la possibilité de représenter visuellement l'ambiance générale de l'équipe.</p>	
<p>Déroulement</p> <p>Le baromètre d'humeur doit être accroché à un endroit accessible uniquement à la maîtrise. Chaque responsable dispose d'une pince à linge sur laquelle il-elle inscrit son nom. Pendant le camp/le cours, les responsables peuvent déplacer leur pince à linge en fonction de leur humeur.</p>	





Pauses



<p>Thématiques abordées :   </p> <p>Ressources personnelles, Échange en équipe & activité physique</p>	<p>Durée : 5 minutes</p>
<p>Matériel nécessaire : Inclus dans le MindSet :</p> <ul style="list-style-type: none">• Gommettes de couleur <p>Matériel à fournir :</p> <ul style="list-style-type: none">• Picasso A3 ou A4• Crayons	<p>Remarque : Début du camp/du cours et/ou en continu</p>
<p>Objectif</p> <p>Les pauses peuvent être délibérément choisies et effectuées par la maîtrise.</p>	
<p>Déroulement</p> <p>Chaque responsable reçoit un ou deux autocollants (ou plus) sur lesquels il doit inscrire son nom. Chaque responsable peut marquer sur le picasso une à deux (selon la capacité de la maîtrise) matinées/après-midis/blocs isolés où il-elle souhaite faire une pause.</p> <p>Selon la taille de la maîtrise, il convient de limiter le nombre de responsables autorisé-e-s à prendre une pause en même temps.</p>	





Kit d'urgence



<p>Thématiques abordées :  </p> <p>Accepter de l'aide et surmonter les crises & Gérer le stress</p>	<p>Durée : 30 minutes</p>
<p>Matériel nécessaire : Inclus dans le MindSet :</p> <ul style="list-style-type: none">• Panneaux avec questions• Chocolat <p>Matériel à fournir :</p> <ul style="list-style-type: none">• Bougies à réchaud• Allumettes	<p>Remarque :</p> <p>Une ou deux personnes doivent allumer les bougies juste avant le lancement de l'activité et les distribuer avec les questions.</p>
<p>Objectif</p> <p>Remotiver la maîtrise, la réunir ou la rapprocher et lui donner une nouvelle énergie. Une Veillée Route doit permettre d'atteindre cet objectif.</p>	
<p>Préparation</p> <p>Des bougies réchaud sont distribuées à l'extérieur (s'il fait beau), accompagnées chacune de l'une des panneaux.</p>	
<p>Déroulement</p> <p>Des groupes de 2 personnes sont formés pour discuter des différentes questions. Chaque question peut être abordée aussi longtemps que nécessaire et répétée autant de fois que souhaité. Il est préférable d'organiser cette activité le soir après la séance de maîtrise, afin que chaque groupe puisse prendre le temps qu'il souhaite ou dont il a besoin.</p>	





Situations de crise



Thématiques abordées : Accepter de l'aide et surmonter les crises	Durée : Selon les besoins			
Matériel nécessaire : Inclus dans le MindSet : <ul style="list-style-type: none">• Enveloppe d'accompagnement	Remarque :			
Objectif Aider un·e responsable lorsque lui-elle-même ou une personne de son entourage proche se trouve en crise.				
Déroulement				
Helpline scout 	Crise psychique - Que faire? 	Comment vas-tu? Remplis le questionnaire! 	Nous parlons de tout. Aussi de santé et de maladies psychiques 	Conseils pour en parler 





Lettre d'accompagnement

Chèr·e·s scout·e·s,

Nous sommes heureux·euses que tu t'intéresses au MindSet et souhaitons te présenter ici un premier aperçu de son contenu. Le MindSet consiste à mettre des activités à disposition des maîtrises de camps ou de cours, afin qu'elles puissent elles aussi vivre de bons moments au travers de petits instants de détente.

Développement du MindSet :

Le MindSet a été développé par Fuchur, Känga et Merlin dans le cadre de notre projet Gilwell. Un grand merci à nos collègues scouts Gonolek et Filzo, qui nous ont aidés pour les traductions. Nous remercions également Kodack, Gämschi, les scouts de Zurich et en particulier Timido ainsi que notre responsable Axel et tous les autres amis pour leur soutien.

Généralités :

Le contenu du MindSet est conçu pour un maximum de 15 personnes par camp / cours. Huit activités sont contenues dans la boîte. La boîte est disponible en français, allemand et italien.

Distribution:

Les cantons (ou, dans les grandes associations cantonales, les régions) s'occupent de l'envoi. Deux mois avant le camp / cours, les boîtes doivent être commandées auprès des cantons afin qu'elles puissent être remplies et renvoyées à temps. Les boîtes sont ensuite envoyées par la poste à l'adresse indiquée une à deux semaines avant le camp / cours. Après le camp / cours, tu renvoies les boîtes au point d'expédition à l'aide des étiquettes de renvoi.





Lettre d'accompagnement Pfadi SZüri

Matériel		
	Vous devez apporter vous-même le matériel suivant au camp / au cours :	
<p>Pour toutes les activités, il y a une fiche avec une description du thème, le matériel, sa préparation et son déroulement. Certains articles de matériel sont inclus dans la boîte, d'autres (qui se conservent moins longtemps ou que vous avez de toute façon au camp) sont fournis par vos soins.</p> <p>Le matériel utilisé (cartes que vous avez annotées, etc.) peut être gardé. Tous les autres contenus (par exemple les cartes descriptives, le matériel d'usage courant et le matériel non utilisé) doivent être rendus avec la boîte.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Marqueurs de différentes couleurs• Différents stylos (y compris feutres)• Picasso du camp / cours en A3 ou A4• Papier• Bougies à réchaud• Allumettes	<p>Par groupe de 5 personnes :</p> <ul style="list-style-type: none">• 1x fond de biscuit au chocolat (génoise)• 1x crème fouettée• 1x cerises dénoyautées• 1x pépites de chocolat• Différentes épices (sel, poivre, chocolat en poudre, etc.)• 1x banane• 2x couteaux• 2x planches à découper• 2x cuillères• 1x moule à gâteau• Autres ingrédients incorrects• 1x minuteur / téléphone portable
Gestion du temps : Afin que vous puissiez intégrer au mieux le MindSet dans votre camp, nous vous avons préparé un petit récapitulatif des activités, de leur durée et du meilleur moment et lieu pour les réaliser.		
Contact : Si vous avez des questions ou des remarques, vous pouvez nous contacter à l'adresse e-mail mindeset@pfadizueri.ch . Nous vous souhaitons d'ores et déjà un bon camp / cours. BPMG Fuchur, Känga et Merlin		





Aperçu des activités



Thématiques abordées	Titre	Durée	Réalisation
Gérer les échecs 	Failfish	En continu	Au début + de manière continue
Ressources personnelles, échange en équipe & amitié 	Les personnes racisées dans le MSdS	20 minutes	
Échange en équipe & découverte 	Forêt-Noire aveugle	20 à 30 minutes	Prévoir des créneaux avant le camp
Estime de soi & amitié 	Love Letters	20 minutes	
Ressources personnelles & échange en équipe 	Baromètre d'humeur	En continu	Au début + de manière continue
Ressources personnelles, échange en équipe & activité physique 	Pauses	5 minutes	Au début du camp (en parler lors de la séance)
Accepter de l'aide et surmonter les crises & gérer le stress 	Kit d'urgence	30 minutes	
Accepter de l'aide et surmonter les crises 	Situations de crise	Selon les besoins	En cas de besoin
 Ressources personnelles, échange en équipe, activité physique, créativité, découverte, gérer le stress & accepter de l'aide et surmonter les crises	Kit de méthodes <ul style="list-style-type: none">• Comment vas-tu ? Remplis le questionnaire !• Pâte à modeler• ABC des émotions• Aigre ou doux• « Dans ma valise, je mets... »• Safari des nuages	5 à 10 minutes 5 minutes 5 à 10 minutes 5 à 10 minutes 10 minutes 5 à 10 minutes	





Kit d'urgence



Comment trouves-tu
le camp/le cours
jusqu'à présent ?





Kit d'urgence



Quel est ton point fort
personnel jusqu'à
présent dans le
camp/le cours ?





Kit d'urgence



Y a-t-il quelque chose
qui te pose problème
ou qui te surcharge
dans le camp ?





Kit d'urgence



Comment trouves-tu
l'ambiance au sein de
la maîtrise ?





Kit d'urgence



À ton avis, quelle est la
dynamique de groupe
entre les participant·e·s
?





Kit d'urgence



Qu'est-ce que tu as
toujours préféré dans
les camps/cours en
tant que participant·e ?





Kit d'urgence



Y a-t-il des choses que tu n'aimais pas du tout faire dans les camps/cours ?
Pourquoi?





Kit d'urgence



Quelle est ton
expérience scoute la
plus
marquante ?





Kit d'urgence



Qu'est-ce que tu as
toujours préféré en tant
qu'éclaireur·euse /
louveteau·vette dans les
camps/cours ?





Kit d'urgence



Comment se passe ta
vie en dehors du
scoutisme ?





Kit d'urgence



Où te vois-tu dans 5
ans ?







Kit d'urgence



Quel a été le plus grand
défi dans ta vie, qui t'a
rendue plus forte et qui a
fait de toi ce que tu es
aujourd'hui ?





Kit d'urgence



Si tu trouvais CHF
100.- dans la rue, que
ferais-tu avec ?





Kit d'urgence



Quels sont tes autres
objectifs dans ta
carrière scout ?





Kit d'urgence



Es-tu plutôt une
personne introvertie ou
extravertie ?

