

L'autodétermination, c'est une dynamique triple :

- l'**introspection** : la compréhension des éléments de son histoire et de son environnement à l'origine de ses croyances limitantes, de ses préjugés et de ses choix
- la **projection** : l'identification de ses véritables aspirations et ses choix d'orientations scolaire et professionnelle
- l'**action** : l'acquisition d'outils de communication, d'esprit critique, de motivation intrinsèque et de confiance en soi.

Les **Ateliers d'Envol** animés par Tous Albatros utilisent l'expérience, le jeu et l'interactivité pour :

- stimuler l'intérêt, la **curiosité** et la **participation** des jeunes
- favoriser l'**expression de soi** et l'émergence de la **parole du groupe**
- transmettre des **clés de compréhension** de soi, de l'autre et de son environnement.



*Chaque albatros a un potentiel
qui attend d'être révélé*

Tous Albatros, c'est l'histoire de trois femmes qui s'associent pour créer une méthode croisant leurs différentes spécialités : l'accompagnement social, l'animation socio-éducative et le coaching en développement personnel.

Tous Albatros est une association loi 1901 dont le but est de promouvoir l'**autodétermination** de la jeunesse, notamment grâce à la stimulation de leur **curiosité**, à l'apprentissage de l'**autodidaxie**, au développement de l'**esprit critique** et de l'**autonomie** ainsi qu'à la révélation de leurs **potentiels** propres.



**ACTIONS
EDUCATIVES
2023-2024**

Interventions conçues et animées par

**Tous
Albatros**

RENCONTRONS-NOUS !

✉ contact@tousalbatros.fr

🌐 tousalbatros.fr



financées à 100% par



LA VIOLENCE & MOI

Prévention de la violence en milieu scolaire

2 ateliers de 2 heures, niveau 4ème

Atelier 1 : De ta violence à ma violence

- 1. Moi aussi je le fais** : jeu « qui a déjà... ? » sur des comportements de violence ordinaire
- 2. Moi aussi je le vis** : expressions anonymes sur les formes de violence vécues
- 3. Moi aussi je le ressens** : photo-expression et tour de parole sur les conséquences psychiques

Atelier 2 : De l'isolement à la solidarité

- 1. Entre toi et moi** : expériences autour de la confiance et du regard de l'autre
- 2. De moi à toi** : saynète (impro) victime-écoutant
- 3. De moi à nous** : théâtre forum sur le triangle de l'abus

CHACUN SON REGARD

Éducation aux médias d'information et aux bons usages des réseaux sociaux

1 atelier de deux heures, tous niveaux

- 1. Chacun une image de soi** : photo-expression
- 2. Chacun son information** : discussion collective et expériences sur l'interprétation et les rumeurs
- 3. Chacun son pouvoir critique** : photographies à compléter, sur les détournement d'images
- 4. Chacun son droit à l'image** : espace de parole libre notamment sur le cyberharcèlement

ADOLESCENTS & CONSENTEMENTS

Santé et développement de soi

2 ateliers de 2 heures, tous niveaux

Atelier 1 : Ma bulle adolescente

- 1. Mon adolescence** : discussion introductive puis photo-expression et tour de parole
- 2. L'autre & moi** : débat mouvant sur le rapport au regard de l'adulte et d'autrui
- 3. Mon identité** : exercice d'écriture personnelle

Atelier 2 : Ma bulle d'intimité

- 1. Ton regard et ma bulle** : expériences sur les concepts d'intimité, consentement et limite
- 2. Mes limites et ressentis** : photo-expression, tour de parole et débat mouvant sur les émotions
- 3. A l'écoute des « non »** : saynètes-témoignages puis débat sur le jugement vs. l'écoute

DE L'ADDICTION À LA LIBÉRATION

Prévention des addictions

1 atelier de deux heures, niveau 5ème

- 1. Refuge ou addiction ?** : jeu de la ligne puis discussion sur la définition d'addiction
- 2. Pourquoi je le fais ?** : photo-expression (sensations, besoins & émotions) sur les facteurs et enjeux de la dépendance
- 3. Fuite de soi et/ou de l'autre ?** : expériences sensibles sur l'isolement et la confiance, puis présentation des dispositifs d'accueil et d'écoute.

L'ATELIER

Nos activités, de durées variables, alternent :

- **temps d'expérience sensible** (mouvement, jeux, supports visuels...)
- **temps de discussion** (demi-groupe, débat, tour de parole...).

L'**expérimentation** permet de se projeter dans des situations illustrant les concepts, ce qui favorise leur **assimilation** et le **pouvoir d'agir**.

LE SUIVI

Nous concluons l'atelier par un **temps d'évaluation écrit et anonyme** afin d'évaluer la qualité de l'intervention.



POUR EN SAVOIR PLUS

Rendez-vous sur le site du CD13