

# A quoi servent ces cartes ?

Ces cartes aident pendant les séances.

Pour certaines personnes, c'est plus simple de les utiliser pour montrer :

J'ai besoin de ça.

Ou : je me sens ainsi.

Les cartes aident aussi la modération.

## Important

Il y a beaucoup de cartes.

Il n'y a pas besoin d'utiliser toutes les cartes.

Il faut choisir les cartes adaptées pour votre séance.

Il faut peut-être commencer avec seulement quelques cartes.

Par exemple 2 ou 3 cartes.

Expliquez bien à quoi servent les cartes pendant la première séance.

Ainsi, les participants peuvent s'habituer aux cartes.

Vous pouvez ajouter d'autres cartes plus tard.



## Besoins

Ces cartes servent à montrer;

Voilà de quoi j'ai besoin maintenant. Pour me sentir bien.

Les cartes aident pendant la séance.



## Sentiments

Ces cartes servent à montrer:

Voilà comment je me sens. Voilà comment je vais.

Ces cartes sont pratiques à utiliser au début ou à la fin de la séance.

Par exemple pour demander: comment tu te sens aujourd'hui?



## Décisions

Ces cartes servent à voter.

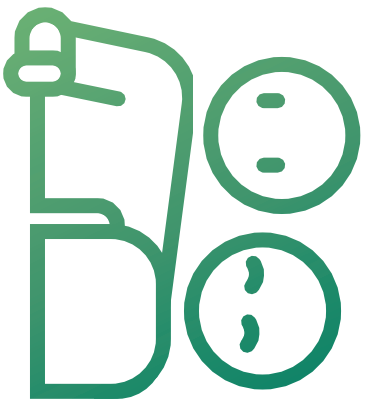
Avec, on peut dire «je suis pour» ou «je suis contre ».

Ou alors : je ne suis pas sûr. J'ai encore des questions.



**La Boîte**  
pour plus de participation

**Mode d'emploi**



**J'ai besoin d'aide.**



**Écoutez-moi, merci.**



**J'ai besoin d'une pause.**



**J'ai besoin d'une explication.**



**La Boîte**  
pour plus de participation



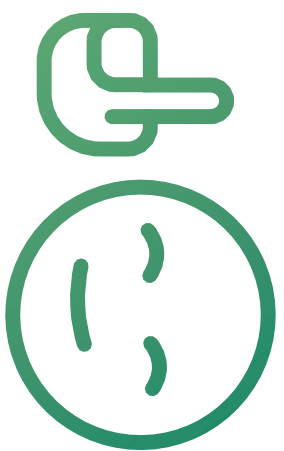
**La Boîte**  
pour plus de participation



**La Boîte**  
pour plus de participation



**La Boîte**  
pour plus de participation



**Je peux faire ça moi-même.**



**Stop !  
Silence.  
Besoin d'aide.**





**La Boîte**  
pour plus de participation



**La Boîte**  
pour plus de participation



**La Boîte**  
pour plus de participation



**La Boîte**  
pour plus de participation





**La Boîte**  
pour plus de participation



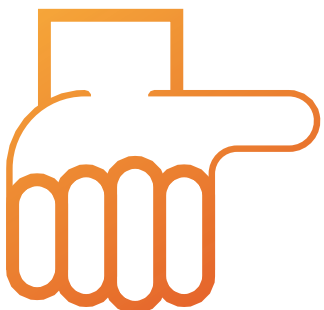
**La Boîte**  
pour plus de participation



**La Boîte**  
pour plus de participation



**La Boîte**  
pour plus de participation



**Je suis pour.**



**J'ai encore des questions.**



**Je suis contre.**



**La Boîte**  
pour plus de participation



**La Boîte**  
pour plus de participation



**La Boîte**  
pour plus de participation