

# Fiche Action collective

## Soirée "développer l'estime de soi"



### Objectifs



- **Cultiver la confiance et l'estime de soi** des jeunes
- **Proposer un lieu sécurisant** où les jeunes se sentent écouté-e-s et soutenu-e-s
- **Favoriser le lien social** entre les jeunes



### Publics visés

Ce type de soirée s'adresse à **tou-te-s les jeunes de la résidence** qui souhaitent développer leur estime de soi à travers un atelier précis.



### Contenu et déroulement

#### 1ère phase

1 mois avant la date  
de la soirée

- **Communiquer sur la soirée** à l'aide d'affiches, communication groupe Whatsapp...

#### 2ème phase

2 semaines avant la  
date de la soirée

- **Installer une fiche d'inscription** sous forme de tableau/feuille pour que ceux-elles qui souhaitent y participer puissent s'inscrire
- **Imprimer le jeu "action ou vérité"** en amont de l'atelier

#### 3ème phase

Le jour de la  
soirée

- **Accueil** des participant-e-s
- **Petite présentation** de l'atelier (rappeler l'importance de renforcer l'estime de soi, respect, bienveillance)
- Créer deux piles distinctes des cartes **action** et **vérité**
- Chaque participant-e **lance le dé** et **pioche la carte correspondante**
- Le-la jeune **lit la carte** et **réalise l'action ou la vérité** piochée
- A la fin de l'atelier, proposer un **temps d'échange** avec les questions suivantes : Comment vous sentez-vous après cet atelier ? Qu'avez-vous appris sur vous-même ou sur les autres ?
- Terminer par un **temps de remerciements**

### Moyens

#### Matériels

- Matériel de **communication** pour **promouvoir la soirée estime de soi** (affiches, QR code...), le jeu "action ou vérité" à imprimer, dé, feuilles, stylos...

