

Projet « L'estime de soi » 2020

« Une bonne estime de soi pour une meilleure relation à l'autre »

L'estime de soi est une attitude intérieure qui consiste à se dire qu'on a de la valeur, qu'on est unique et important.

C'est se connaître et s'aimer, avec ses qualités et ses limites.

C'est s'apprécier et s'accepter tel que l'on est.

Un projet phare pour l'accueil de loisirs Tournesol (4^{ème} édition) né de constats partagés entre animateurs et quelques familles. Nous avons remarqué que de plus en plus d'enfants, notamment sur le groupe des 7/10 ans étaient affectés dans leur estime de soi de différentes manières :

- La relation à l'autre : communication agressive entre enfants, manque de respect vis-à-vis d'autrui, moqueries récurrentes.
- La peur de ne pas réussir ce qui engendre une non-participation aux activités notamment manuelles.
- Mauvaise image d'eux-mêmes, dénigrement de ce qu'ils sont.

Aussi, nous avons pensé qu'il nous appartenait, au moins sur les différents temps d'accueils du centre de loisirs, de mettre en place un projet et des actions visant à valoriser leur potentiel.

Au travers des différents supports que nous leur proposerons : temps d'échanges et de discussion, activités artistiques et créatives, ateliers d'expression... les enfants pourront exprimer à un moment ou un autre leur capacité à agir, trouver un épanouissement personnel qui leur permettra de cheminer vers un mieux-être.

Objectifs spécifiques :

- Aider les participants à se connaître (eux-mêmes), à identifier leurs émotions, à s'écouter
- Permettre aux participants de s'exprimer.
- Mettre en valeur le potentiel de chacun.
- Donner la possibilité à l'enfant d'exprimer ses émotions à ses parents lorsque cela s'avère difficile pour lui.

Le projet se déroulera en 3 phases, du mercredi 5 février au vendredi 15 mai 2020 :

- **Phase de sensibilisation** (mercredis de février) : Présentation du projet et de la démarche aux enfants (récolte de la matière) / Jeux d'improvisation (expression de la matière) / Débats d'après des courts métrages autour de la matière récoltée sur les temps précédents.
- **Phase de réalisation** (mars et avril) : Des ateliers d'écriture seront animés par un intervenant artiste/ Rappeur (Jonathan Caplanne « Tiwanka ») et l'équipe d'animation proposera sous forme d'ateliers des activités en lien avec la thématique.
- **Phase de valorisation** (mai) : Un temps fort sera mis en œuvre afin de mettre en valeur l'expression des enfants.

Effets induits :

Augmenter son estime de soi pour :

- Etre plus à l'aise dans les relations avec autrui.
- Avoir une meilleure tolérance à la vie, aux frustrations.
- Acquérir une perception plus réaliste de nos aptitudes, de nos qualités.
- Avoir une meilleure connaissance de nous-même, de nos capacités et nos limites.



Ce logo identifiera les activités du programme en lien avec le projet