

Séance outils : Les nouveaux jeux / outils CPS enfance jeunesse

Promotion Santé Pays de la Loire a pour mission d'accompagner les professionnels et bénévoles dans la mise en œuvre d'actions d'éducation pour la santé et de promotion de la santé.

Parce que l'éducation pour la santé s'appuie sur des concepts qu'il est intéressant de découvrir et de comprendre au regard de sa pratique et de façon simple, parce que les outils pédagogiques et les techniques d'animation sont une aide précieuse dans nos projets, les séances outils s'inscrivent dans une démarche d'appui auprès des professionnels et bénévoles de l'éducation et de la promotion de la santé.

Elles ont pour objectifs de permettre aux participants de découvrir et d'expérimenter de nouveaux outils d'intervention au service de leurs projets et adaptés à leur public.

Public concerné

Professionnels ou bénévoles qui travaillent auprès d'enfants ou de jeunes qui souhaitent animer (en cours ou à venir) des séances de renforcement des CPS

Date, horaires

Le 9 juin 2026 de 14h à 17h, Hôpital Saint Jacques, 85 rue Saint-Jacques, 44000 Nantes Salle Jules Vallès


Contact

Jefferson Turquaud, chargé de projet en promotion de la santé : jturquaud@promotionsante-pdl.org

Objectif

Proposer un panel d'outils pédagogiques sur la thématique des CPS, et faciliter l'expérimentation en petit groupe.

Outils et jeux présentés



★ Ajouter à ma sélection

Jeu

A la conquête de soi

Public Cible : Adolescents (12 à 15 ans) ; Adultes ; Enfants (7 à 11 ans) ; Jeunes (16 à 20 ans) ; Personnes en situation de handicap ; Tout public

Année : 2024

Auteur(s) : Edita

Éditeur : Cesson-Sévigné : Éditions La Pulpe

Contenu de l'outil : 61 cartes : 6 cartes "Emotions primaires", 40 cartes "Emotions et sentiments secondaires", 15 cartes "Situations" - 1 notice de jeu

Thématique : D1 (CPS : généralités, émotions, estime de soi...)

Ce jeu de développement socio-affectif est destiné à identifier, explorer et comprendre les émotions, les sentiments, les situations qui les déclenchent et les besoins associés. Il s'adresse à un large public : enfants à partir de 8 ans, adolescents, jeunes, adultes, familles, mais aussi aux personnes en situation de handicap ou confrontées à des difficultés sociales. Il est composé de 61 cartes illustrées avec au recto, l'illustration visuelle d'une émotion, d'un sentiment ou d'une situation, et au verso, une définition, accompagnée des ressentis et des besoins associés. Ses objectifs sont de guider les personnes afin de :

- Identifier et comprendre les émotions, les sentiments et les besoins associés.
- Comprendre les situations qui les déclenchent.
- Ouvrir et renforcer le dialogue et la communication.
- Inciter à exprimer et à comprendre les émotions, les sentiments et les besoins.
- Encourager la coopération et l'empathie envers les émotions d'autrui.
- Aider à vivre ensemble et à vivre tout simplement.

Il peut être utilisé en famille, entre amis, en classe, en atelier ou en cabinet... La notice du jeu La notice du jeu offre des instructions détaillées sur la façon de jouer et d'utiliser les cartes pour maximiser les bénéfices éducatifs et pédagogiques.

HAUT ▲



★ Ajouter à ma sélection

Jeu

#Distavie junior

Public Cible : Enfants (7 à 11 ans)

Année : 2024

Auteur(s) : [L. Barriault](#) | [M.-E. Bergeron-Gaudin](#) | [S. Bourque](#) | [C. Gaumont](#)

Éditeur : [Québec \(Canada\) : Éditions Placote](#)

Contenu de l'outil : 125 cartes-questions - 7 cartes « Miroir » - 7 cartes « Mensonge » - 7 cartes « Poubelle » - 1 guide d'accompagnement - 1 règles du jeu

Thématique : [DI \(CPS : généralités, émotions, estime de soi...\)](#)

#Distavie junior permet aux enfants de 8 ans à 12 ans de s'exprimer sur des sujets variés qui les concernent. Le jeu les amène ainsi à développer des habiletés sociales. En jouant, les enfants s'exercent à partager leur point de vue, à écouter et à respecter le point de vue des autres, mais aussi à s'exprimer sur des sujets variés tels des sujets de société, d'identité ou portant sur les relations, l'avenir ou les souvenirs. Le jeu comprend 125 cartes-questions réparties en 5 catégories (avenir, identité, relations, société, souvenirs) et plusieurs cartes spéciales permettant d'esquiver des questions. Il laisse ainsi place à la stratégie et au hasard pour créer un contexte de discussion permettant aux parents d'échanger avec leur jeune, de découvrir son point de vue et de mieux comprendre comment leur enfant se définit. Une version de l'outil existe également pour les adolescents et les jeunes adultes.

Nouveauté



★ Ajouter à ma sélection

Cartes Photo/Dessin

É.mot.ion. Mes croyances limitantes

Dans : "É.mot.ion. Jeu-outil de connaissance de soi"

Public Cible : Adolescents (12 à 15 ans) ; Adultes ; Jeunes (16 à 20 ans) ; Tout public

Année : 2024

Auteur(s) : [S. Laflèche](#)

Éditeur : [Bromont \[Canada\] : Les Éditions Émotion](#)

Collection : [É.mot.ion](#), num. 9

ISBN/ISSN/EAN : 754083370139

Contenu de l'outil : 1 feuillet explicatif - 11 cartes explicatives - 9 cartes croyances personnelles - 9 cartes croyances relationnelles - 9 cartes croyances performatives - 9 cartes croyances victimisantes - 9 cartes croyances systémiques

Thématique : [DI \(CPS : généralités, émotions, estime de soi...\)](#)

Cette série de cartes illustrées s'adresse aux professionnels de la relation d'aide, elle permet de nommer et d'explorer les différentes croyances limitantes classées en 5 catégories : les croyances personnelles, liées à l'image de soi - les croyances relationnelles, qui se rapportent aux manières d'être en relation - les croyances performatives, qui concernent ce que l'on perçoit de nos contributions dans une tâche ou une activité - les croyances systémiques, liées à la culture dans laquelle nous évoluons, qui abordent les stéréotypes et normes sociales - les croyances victimisantes, qui provoquent des sentiments d'impuissance ou d'incapacité. Cet outil permet de démêler ces croyances, en questionnant leur force et leur fréquence, en les mettant en question grâce aux dos des cartes qui stimulent la réflexion. Une fois la ou les croyances dominantes identifiées, il est possible de travailler sur les freins rencontrés dans un projet, dans les relations, ou dans un contexte de vie. Cette série de cartes pourra s'utiliser seule ou combinée avec d'autres séries de cartes de la collection É.mot.ion. [D'après résumé d'auteur]

Nouveauté



★ Ajouter à ma sélection

Cartes Photo/Dessin

É.mot.ion. Mes peurs précises

Dans : "É.mot.ion. Jeu-outil de connaissance de soi"

Public Cible : Adolescents (12 à 15 ans) ; Adultes ; Jeunes (16 à 20 ans) ; Tout public

Année : 2023

Auteur(s) : [S. Laflèche](#)

Éditeur : [Bromont \[Canada\] : Les Éditions Émotion](#)

Collection : [É.mot.ion](#), num. 8

Contenu de l'outil : 1 feuillet explicatif - 8 cartes "explicatives" - 21 cartes "peurs relationnelles" - 15 cartes "peurs fondamentales" - 12 cartes "peurs croyances"

Thématique : [DI \(CPS : généralités, émotions, estime de soi...\)](#)

Cette série de cartes illustrées s'adresse aux professionnels de la relation d'aide qui accompagnent des personnes ne se sentant pas à l'aise dans leurs relations aux autres, elle aborde les peurs ressenties face à des situations relationnelles stressantes. Cette série contient 48 peurs précises illustrées. Elle permet de mettre des mots sur les situations relationnelles du quotidien qui sont une source de stress et d'insécurité, tout en départageant ce qui est imputable à la réalité, une menace présente, de ce qui est alimenté par l'imaginaire. Cette série concerne uniquement les peurs relationnelles, elle ne concerne pas les phobies, ou les troubles liés à l'anxiété. Cette série pourra s'utiliser seule ou en complément d'autres séries de cartes de la collection É.mot.ion. [D'après résumé d'auteur]

A-

A

A+

HAUT



★ Ajouter à ma sélection

Cartes Photo/Dessin

É.mot.ion. Mes sensations corporelles

Dans : "É.mot.ion. Jeu-outil de connaissance de soi"

Public Cible : Adolescents (12 à 15 ans) ; Adultes ; Enfants (7 à 11 ans) ; Jeunes (16 à 20 ans) ; Personnes en situation de handicap ; Professionnels ; Tout public

Année : 2023

Auteur(s) : [S. Laflièche](#)

Éditeur : [Bromont \[Canada\] : Les Éditions Émotion](#)

Collection : [É.mot.ion](#), num. 7

Contenu de l'outil : 52 cartes illustrées - 4 cartes "instructions"

Thématique : [D7 \(CPS : approches et techniques corporelles\)](#)

Cette série de cartes illustrées permet d'explorer les sensations corporelles avec un large public. L'outil est un support à l'identification, l'expression et la discussion sur le thème des sensations. Il a pour objectifs de développer l'attention aux sensations et de se familiariser avec le vocabulaire pour les exprimer. L'outil est composé de 21 cartes présentant des sensations corporelles globales (raideur, lourdeur, chaleur, frissons, etc.) et de 31 cartes présentant des sensations corporelles plus précises (mâchoires crispées, souffle coupé, cœur qui bat fort, poings serrés, sourcils plissés, etc.). Des pistes d'animation sont proposées, permettant notamment de faire le lien entre les émotions et les sensations corporelles. Ce boîtier pourra s'utiliser seul ou en complément d'une autre série de cartes de la collection É.mot.ion. HAUT ▲



★ Ajouter à ma sélection

Emoi et moi

Public Cible : Adolescents (12 à 15 ans) ; Enfants (7 à 11 ans) ; Parents ; Professionnels

Année : 2024

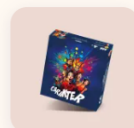
Auteur(s) : [Codase \(Comité Dauphinois d'Action Socio Éducative\)](#)

Éditeur : [Grenoble : Comité Dauphinois d'Action Socio Éducative](#)

Contenu de l'outil : 1 notice - 1 plateau de jeu "quartier" - 1 plateau "situation" - 9 tuiles "décoration" - 15 tuiles "liens" - 5 tuiles "bonus" - 26 cartes "acteur" - 10 cartes "témoin" - 54 (9x6) cartes "émotion" - 23 cartes situation "loisirs/social" - 15 cartes situation "famille" - 17 cartes situation "santé" - 20 cartes situation "école/travail" - 1 roue des réactions

Thématique : [K5 \(Famille, parentalité\)](#)

Ce jeu de plateau est une alternative ludique aux entretiens familiaux dans le cadre de la protection de l'enfance. Il permet aux enfants et parents accompagnés d'exprimer leurs émotions pour mieux se comprendre. Il invite à dialoguer autrement avec les enfants et leurs familles. Il aborde des thèmes tels que la famille, la santé, le travail, la vie sociale, des problématiques de la vie quotidienne. Sans aborder des événements traumatisants, le jeu sert de médiation et permet de parler des sujets de manière décalée. Le jeu s'adresse aux enfants à partir de 8 ans, il est coopératif. Les joueurs doivent se comprendre les uns les autres pour récolter un maximum de décorations pour leur quartier. Face à une carte situation tirée de la vie quotidienne, agréable ou douloureuse, vécue par un personnage, les joueurs doivent se mettre dans la peau du témoin, et deviner son émotion ressentie et sa réaction, puis imaginer des solutions collectivement. Les règles peuvent évoluer en fonction des participants et des objectifs du travailleur social qui anime le jeu. Il donne également l'occasion pour le travailleur social, témoin du fonctionnement familial, de compléter l'évaluation de la situation de l'enfant. HAUT ▲



★ Ajouter à ma sélection

Jeu

Carakter

Public Cible : Tout public

Année : 2025

Éditeur : [Nantes : Ho'Oponopono Games](#)

Contenu de l'outil : 38 cartes personnages - 65 situations - 20 contraintes - 1 règle du jeu

Thématique : [D1 \(CPS : généralités, émotions, estime de soi...\)](#)

CARAKTER est un jeu d'improvisation pensé pour tous les publics. À travers des mises en situation du quotidien, des personnages à incarner et des contraintes inattendues, il permet de favoriser l'expression émotionnelle en respectant le rythme et les capacités de chacun, de détecter certains troubles (langage, comportement, interaction), de renforcer la cohésion et l'inclusion dans les groupes et de soutenir le travail pluridisciplinaire (éducateurs spécialisés, psychologues, orthophonistes, AES...). Ce jeu cherche à valoriser la diversité des réactions sociales, en partant du principe que la meilleure réponse dépend souvent de qui nous sommes et de à qui nous nous adressons afin d'encourager les habiletés sociales. Il place les joueurs dans des situations sociales courantes, inattendues ou absurdes, et les invite à explorer différentes façons d'y répondre selon un point de vue extérieur au leur. Cela permet de travailler l'écoute active (comment les autres réagissent), la flexibilité sociale (tester plusieurs façons de répondre), l'adaptation à l'interlocuteur (qui suis-je en face ?) et la régulation émotionnelle (exprimer une émotion choisie). Les cartes règles du jeu proposent de compléter avec des variantes thérapeutiques et une adaptation au handicap à télécharger. HAUT ▲

A-

A

A+

A-

A

A+

A-

A

A+



★ Ajouter à ma sélection

Les émotions Hewel

Public Cible : Adolescents (12 à 15 ans) ; Adultes ; Enfants (7 à 11 ans) ; Famille/Aidants/Association de patient ; Jeunes (16 à 20 ans) ; Patients ; Tout public

Année : 2024

Auteur(s) : [M. Husson](#)

Éditeur : [Redon : Hewel](#)

Format : 37 cartes

Contenu de l'outil : 37 cartes

Thématique : [DI \(CPS : généralités, émotions, estime de soi...\)](#)

Ce jeu propose une palette qui couvre les 4 grandes familles d'émotions : joie, tristesse, peur et colère, et leurs diverses facettes. Et aussi, une 5e famille avec quelques cartes pour parler du calme, de la sérénité, de la tranquillité, ces moments où l'on se rapproche d'une forme de stabilité émotionnelle. En contexte personnel, associatif, ou professionnel, passer par l'image pour parler des émotions peut permettre d'échanger sur le sujet de façon plus facile, et ainsi de mieux réguler et prévenir les conflits. Ce jeu est aussi utilisé dans un contexte de soin en psychiatrie pour amener les patients à mieux reconnaître et exprimer leurs émotions ou pour essayer de "mimer" différentes émotions et de se connecter à une plus grande palette de ressentis.

HAUT

A-

A

A+



★ Ajouter à ma sélection

Kit

Ensemble de Gestion de la colère : activités qui aident les enfants à contrôler et gérer leur colère

Public Cible : Enfants (7 à 11 ans) ; Jeunes enfants (0 à 6 ans) ; Parents

Année : 2024

Auteur(s) : [Open the joy](#)

Éditeur : [Open the joy](#)

Contenu de l'outil : 5 cartes d'instructions - 2 contenants de pâte à sécher à l'air libre - 1 paquet de 55 cartes de gestion de la colère - 25 feuilles de papier origami de couleurs assorties - 1 catapulte en bois (19 pièces) - 1 bloc-notes anti-mauvaise humeur (30 feuilles) et instructions pour l'adulte et pour l'enfant

Thématique : [DI \(CPS : généralités, émotions, estime de soi...\)](#)

L'ensemble de gestion de la colère d'Open The Joy est un ensemble complet qui propose stratégies, ressources et activités afin d'identifier, contrôler et comprendre la colère de façon ludique. La trousse guide par le biais de 5 étapes faciles : reconnaître sa colère, contrôler ses émotions, comprendre les causes, faire face à ses problèmes et réfléchir à ses attitudes. Chaque étape est associée à une activité amusante comprenant un projet de construction, un projet de "monstre de la colère" en argile, des projets d'origami, un bloc-notes pour l'autoréflexion et des cartes de gestion de la colère qui proposent des techniques de respiration, des méthodes pour se recentrer et des exercices de relaxation. [D'après résumé d'éditeur]

HAUT

A-

A

A+



★ Ajouter à ma sélection

Le fil - Le lien. Jeux de cartes Hewel

Public Cible : Adultes ; Patients ; Tout public

Année : 2024

Auteur(s) : [M. Husson](#)

Éditeur : [Redon : Hewel](#)

Contenu de l'outil : 1 jeu de cartes "Le Fil" : 34 cartes - 1 jeu de cartes "Le Lien" : 35 cartes - 1 carte "Règles du jeu"

Thématique : [DI \(CPS : généralités, émotions, estime de soi...\)](#)

Ces 2 jeux de cartes pédagogiques sont destinés de façon transversale à tous les professionnels de la facilitation, de l'animation, de l'accompagnement, de l'éducation, de la formation, de la coordination de projet, du soin... Chaque carte du premier jeu "Le Fil", met en scène un petit personnage dans une situation différente, en interaction avec un fil jaune. On peut utiliser les cartes indépendamment... ou bien se servir du fil pour les associer les unes aux autres en construisant un parcours ou une histoire. Ce fil est une métaphore qui peut représenter le temps, une situation, un sujet, un projet... Les situations vécues par les personnages permettent d'aller sur le champ de l'émotion et des ressentis, mais aussi de l'action ou de la réaction face à une situation. Le second jeu, "Le Lien", est une déclinaison collective qui reprend le même principe du fil jaune avec lequel interagissent les personnages, mais cette fois en y mettant en interaction, "en lien" plusieurs personnages, et donc plusieurs lignes. Rencontre, coopération, séparation, opposition, soutien... de nombreuses nuances existent dans notre manière de nous relier. Ce jeu permet de les conscientiser, de les explorer, et de les partager en groupe, pour mieux éclaircir nos besoins et notre chemin collectif. Comme pour "Le fil", il est possible de relier les cartes les unes aux autres pour raconter une histoire ou pour que toutes les personnes du groupe mettent en regard leurs ressentis. Très complémentaires, ces 2 jeux peuvent s'utiliser ensemble. Une petite règle du jeu est fournie avec les cartes. Des pistes d'utilisation sont également proposées sur le site de présentation des jeux : En Photo-expression, partage de vision : demander à un groupe de personnes de choisir chacune une carte pour mieux s'exprimer sur un sujet ! (exemple : choisissez la carte qui représente le mieux votre relation avec telle situation, tel objectif, telle thématique...); En Storytelling, accompagnement individuel : demander à une personne ou un groupe de raconter son parcours ou son histoire en choisissant et en associant les cartes les unes aux autres ; EnMétéo du jour, bilan d'équipe : demander à un groupe de personnes de choisir une carte pour mieux s'exprimer sur son énergie du matin, ses émotions, ce qu'il a vécu, ce qu'il aimerait bien vivre... [D'après résumé d'éditeur]

HAUT

A-

A

A+



★ Ajouter à ma sélection

Jeu

Cartes pour répandre la gentillesse : 56 gestes simples pour faire un monde plus gentil

Public Cible : Enfants (7 à 11 ans) ; Jeunes enfants (0 à 6 ans) ; Parents

Année : 2021

Auteur(s) : [Open the joy](#)

Éditeur : [Open the joy](#)

Contenu de l'outil : 56 cartes "conversation" - 3 cartes "utilisation"

Thématique : [DI \(CPS : généralités, émotions, estime de soi...\)](#)

Les cartes pour répandre la gentillesse s'adressent aux enfants à partir de 5 ans. La cinquantaine de cartes invite à réaliser des actions/missions de gentillesse pour répandre la joie autour de soi. Ces cartes visent à développer l'empathie, l'attention aux autres ainsi que la confiance en soi et la gratitude. Sur chacune des cartes se trouve une action pour faire plaisir à quelqu'un avec un indicateur de temps qui permettra de prévoir la durée nécessaire (de 30 secondes à 1 journée). HAUT ▲

A-

A

A+



★ Ajouter à ma sélection

Cartes pour renforcer la confiance en soi

Public Cible : Enfants (7 à 11 ans) ; Jeunes enfants (0 à 6 ans)

Année : 2021

Auteur(s) : [Open the joy](#)

Éditeur : [Open the joy](#)

Contenu de l'outil : 52 cartes "qualités, activités, discussions" - 3 cartes "utilisation"

Thématique : [DI \(CPS : généralités, émotions, estime de soi...\)](#)

Les cartes pour renforcer la confiance en soi comprennent 100 activités et affirmations amusantes pour renforcer la confiance en soi des enfants, à partir de 5 ans. Le recto des 52 cartes est constitué, d'une affirmation positive illustrée faisant appel à une qualité, par exemple : je suis honnête, je suis responsable, je suis sociable...

L'affirmation peut être répétée comme un mantra pour accroître l'estime et la confiance en soi. Le verso comprend 1 activité en lien avec la qualité mentionnée sur le recto (joue aux 2 vérités et 1 mensonge, par exemple) avec un indicateur de durée pouvant aller de 30 secondes à 60 minutes ainsi que 3 sujets de discussion également en lien avec la qualité mentionnée au recto (Pourquoi est-il important d'être honnête ? Que se passe-t-il lorsque tu n'es pas honnête avec les autres ? Que ressens-tu lorsque les gens ne sont pas honnêtes avec toi ?, par exemple). Les cartes peuvent être adaptées pour un groupe ou en individuel, en rituel ou dans le déroulé d'un programme. Elles permettront aux enfants de développer leurs compétences psychosociales notamment pour apprendre à mieux se connaître, découvrir leur personnalité, leurs qualités, l'estime et la confiance en soi. HAUT ▲

A-

A

A+



★ Ajouter à ma sélection

Jeu

Appétences : comment remplacer le besoin par l'envie ?

Public Cible : Adultes ; Jeunes (16 à 20 ans)

Année : 2024

Auteur(s) : [A. ConstanCIAS](#) | [Dufour G.](#) | [M. de Sousa](#)

Éditeur : [Paris : Souriez vous Jouez Paris : Be & Lead](#)

ISBN/ISSN/EAN : 978-2-490-43920-1

Contenu de l'outil : 1 livret d'utilisation - 66 cartes (50 cartes "besoins" - 4 cartes "questionnement" - 4 cartes "game play" - 4 cartes "jauge" - 2 cartes "utilisation du jeu")

Thématique : [DI \(CPS : généralités, émotions, estime de soi...\)](#)

Appétences est un jeu de développement personnel à destination des thérapeutes, formateurs, enseignants, éducateurs... Il est composé de cartes illustrées, réparties en 5 thématiques (besoin d'amour et d'appartenance - besoin de sécurité - besoin d'accomplissement - besoin physiologique - besoin d'estime de soi) et peut être utilisé individuel ou en groupe avec un public de jeunes adultes, adultes. Il permet d'identifier et d'exprimer ses besoins, d'évaluer leur degré de satisfaction selon 4 niveaux : pas du tout, un peu, moyennement ou beaucoup, tant sur le plan professionnel que personnel. Il invite à questionner ses envies sous-jacentes et donne des pistes pour passer du besoin à l'envie. Le jeu s'inspire des travaux d'Abraham Maslow sur la psychologie positive et de Edward Deci et Richard Ryan sur la théorie de l'autodétermination. Le guide d'utilisation donne des repères théoriques et conseils pour animer le jeu de différentes manières (seul ou à plusieurs, pour une utilisation simple ou approfondie, selon quels objectifs, etc.). HAUT ▲

A-

A

A+



★ Ajouter à ma sélection

Jeu

A la conquête de soi

Public Cible : Adolescents (12 à 15 ans) ; Adultes ; Enfants (7 à 11 ans) ; Jeunes (16 à 20 ans) ; Personnes en situation de handicap ; Tout public

Année : 2024

Auteur(s) : [Edita](#)

Éditeur : [Cesson-Sévigné : Éditions La Pulpe](#)

Contenu de l'outil : 61 cartes : 6 cartes "Emotions primaires", 40 cartes "Emotions et sentiments secondaires", 15 cartes "Situations" - 1 notice de jeu

Thématique : [D1 \(CPS : généralités, émotions, estime de soi...\)](#)

Ce jeu de développement socio-affectif est destiné à identifier, explorer et comprendre les émotions, les sentiments, les situations qui les déclenchent et les besoins associés. Il s'adresse à un large public : enfants à partir de 8 ans, adolescents, jeunes, adultes, familles, mais aussi aux personnes en situation de handicap ou confrontées à des difficultés sociales. Il est composé de 61 cartes illustrées avec au recto, l'illustration visuelle d'une émotion, d'un sentiment ou d'une situation, et au verso, une définition, accompagnée des ressentis et des besoins associés. Ses **HAUT** objectifs sont de guider les personnes afin de : ▲

- Identifier et comprendre les émotions, les sentiments et les besoins associés.
- Comprendre les situations qui les déclenchent.
- Ouvrir et renforcer le dialogue et la communication.
- Inciter à exprimer et à comprendre les émotions, les sentiments et les besoins.
- Encourager la coopération et l'empathie envers les émotions d'autrui.
- Aider à vivre ensemble et à vivre tout simplement.

Il peut être utilisé en famille, entre amis, en classe, en atelier ou en cabinet... La notice du jeu La notice du jeu offre des instructions détaillées sur la façon de jouer et d'utiliser les cartes pour maximiser les bénéfices éducatifs et pédagogiques.



★ Ajouter à ma sélection

On like ou pas ? : 25 cartes pour débattre du bon usage de nos écrans !

Public Cible : Adolescents (12 à 15 ans) ; Adultes ; Enfants (7 à 11 ans) ; Jeunes (16 à 20 ans) ; Parents ; Tout public

Année : 2024

Auteur(s) : [Minus](#) | [Mogul](#)

Éditeur : [Lille : Minus Édition](#)

Collection : [5 Minutes De Moments Complices](#)

ISBN/ISSN/EAN : 3760024990523

Contenu de l'outil : 25 cartes "questions" - 1 carte "objectif" - 1 fiche lexicale à imprimer

Thématique : [D4 \(Éducation au bon usage du numérique\)](#)

Ce jeu, à base de cartes questions, permet de débattre des usages numériques avec bonne humeur, dès l'âge de 6 ans. Il comprend 5 catégories de questions : T'y crois ou pas, C'est quoi le pire, Qui de nous, Pour ou contre, Ça s'est fait ou pas ? Il donne la parole à toutes les générations pour discuter des écrans, des jeux en ligne, de la futilité ou de l'utilité des réseaux... 45 questions pleines d'humour pour mieux se comprendre en famille, en collectivité avec **HAUT** des questions du type : Pour ou contre poster son assiette de coquillettes ? Poster des photos des autres sans leur permission ? Qui de nous a déjà cru à une fake news ?... pour faire réfléchir sur sa propre utilisation des écrans sans jugement. Pas de bonne ou de mauvaise réponse. L'objectif est de discuter, de s'interroger sur ses pratiques, de prendre conscience des avantages et des inconvénients des écrans afin d'accompagner dans l'éducation aux écrans et d'en permettre des usages équilibrés. Simple d'utilisation, il fait partie de la collection "5 min de moments complices" qui vise à développer la communication, et l'interconnaissance au sein des familles. Il s'adapte plus globalement à tout public. Il développe différentes compétences psychosociales, et peut s'utiliser en animation collective, comme en séance individuelle (1 professionnel avec 1 enfant par exemple). La durée s'adapte aux besoins et objectifs du professionnel, de manière courte et ritualisée en début ou fin de séance ou sur une seule séance de manière plus longue. En l'absence de règle de jeu, de conseils d'animation, il reviendra au professionnel de définir ses objectifs, la durée... ▲

Pour compléter les outils présentés lors de cette séance

[Consulter notre portail documentaire en santé](#)



Cette séance est soutenue et financée par l'Agence Régionale de Santé des Pays de la Loire.

Evaluation satisfaction - Séance
nouveaux outils CPS enfance jeun
esse (9 Juin 2026)

