

# Créer le changement que nous souhaitons

Un guide pour renforcer les capacités des quartiers

Community  
Development  
Framework

Cadre de  
Développement  
Communautaire



Cadre de développement communautaire (CDC), Ottawa

TROISIÈME ÉDITION

# Créer le changement que nous souhaitons

Un guide pour renforcer les capacités des quartiers

Troisième édition, mars 2016

Nous remercions tout spécialement les membres de l'**Initiative : une ville pour toutes les femmes (IVTF)** – [www.cawi-ivtf.org](http://www.cawi-ivtf.org) – et du programme **Safe People** du Centre de santé communautaire Pinecrest-Queensway qui, mettant à profit leurs années d'expérience dans le domaine de l'éducation comme vecteur de changement, ont coordonné la rédaction de ce guide et joué un rôle de leadership clé dans sa révision.

Pour obtenir des exemplaires du guide, contactez :  
Tammy Corner, Facilitator, Facilitateur, Cadre de développement communautaire  
[t.corner@pqchc.com](mailto:t.corner@pqchc.com) | 613-762-4702

Ce guide, ainsi que les ressources de soutien, sont disponibles en format Word sur le site Web du CDC ([www.cdfcdc.ca](http://www.cdfcdc.ca)).

Nous vous encourageons à copier, utiliser et adapter les documents fournis. Nous vous demandons seulement de mentionner la source – le guide Créer le changement que nous souhaitons, CDC – ou la source originale citée dans le guide.

© Cadre de développement communautaire (CDC), Ottawa (Canada), 2016

# Table des matières

La production de ce guide .....	2
Pourquoi utiliser ce guide? .....	3
À qui s'adresse ce guide? .....	5
Comment utiliser ce guide .....	6
La création de votre propre atelier – un exemple .....	10
Conseils de cofacilitation .....	12
LES EXERCICES .....	15
Les exercices par thème .....	16
L'art d'être leader .....	18
Le ballot communautaire .....	20
Le casse-tête .....	22
La roue de la diversité .....	23
La sculpture vivante .....	26
La carte du temps .....	28
LES ATELIERS .....	31
Aperçu des ateliers .....	32
Renforcer notre quartier .....	35
Amener les gens du quartier à s'engager .....	43
Faire circuler notre message dans le quartier .....	51
Établir des liens positifs entre les gens du quartier .....	61
Prendre soin de soi et prendre soin les uns des autres .....	61
Défendre les intérêts de la communauté .....	83
Des réunions agréables et efficaces .....	107
Travailler ensemble .....	121
Planifier des actions .....	129
Annexe A : Historique .....	140
Annexe B : Glossaire .....	142
Annexe C : Formulaire d'évaluation des participantes et participants .....	144
Annexe D : Documents à distribuer .....	145
Annexe E : Ressources et références .....	147
Annexe F : Évaluation des cofacilitatrices/cofacilitateurs .....	148

# La production de ce guide

Nous nous sommes proposé d'appuyer le travail communautaire entrepris dans les quartiers d'Ottawa par des résidentes et résidents et par le personnel d'agences. Pour faire en sorte que cela se réalise, des résidentes et des résidents des quartiers ainsi que le personnel responsable du développement communautaire ont participé à la production de ce guide à chaque étape du processus : sa conception et sa rédaction, la formation sur son utilisation, le projet pilote de sa mise en œuvre dans des quartiers de l'ensemble de la ville, puis son évaluation et sa révision. Nous avons appris les uns des autres et découvert la puissance du travail commun.

Le **Cadre de développement communautaire (CDC, [www.cdfcdc.ca](http://www.cdfcdc.ca))** a réuni l'Initiative : une ville pour toutes les femmes (IVTF) et le programme Safe People du Centre de santé communautaire Pinecrest-Queensway pour coordonner la production, l'évaluation et la révision du guide. Pour plus d'information sur l'historique du Cadre de développement communautaire, consultez l'annexe A.

Les groupes de référence qui ont guidé la rédaction, l'évaluation et la révision du guide étaient composés de :

*Amanda Bigeau, résidente de Rochester Heights; Chris Ellis, résident d'Overbrook; Connie Shingoose, résidente du Centre-ville/IVTF; Emilie Hayes, Centre de santé communautaire Somerset Ouest; Geri Blinick, Centre de santé communautaire Côte-de-Sable; Gillian Keefe, Cadre de développement communautaire (CDC); Ginélise Edouard, résidente de Foster Farm/Safe People/ACORN; Linda Kinsella, IVTF; Lynne Moreau, résidente de Cameron Court/IVTF; Marcela Olavarria, étudiante au doctorat à l'Université d'Ottawa; Penny Knox, résidente de Morrison Gardens /Safe People; Roberta Della-Pica, résidente de Bayshore/IVTF; Salieusireh Jallow; Suzanne Doerge, IVTF; Sylvie Manser, Maison communautaire avenue Banff/Coalition des maisons communautaires d'Ottawa; Tammy Corner, Centre de santé communautaire Pinecrest-Queensway/Safe People; Tong Zhao-Ansari, résidente du Centre-ville/CDC/IVTF; Valérie Assoi, Centre de santé communautaire du sud-est d'Ottawa; Valerie Stam, Logement communautaire d'Ottawa (LCO); Zeinab Mohamed, résidente du Centre-ville/IVTF.*

Nous remercions les participantes autochtones du groupe de référence de nous avoir aidés à valoriser la culture autochtone et à l'intégrer. Nous remercions tous les participants et participantes de nous avoir aidés à rendre l'ensemble de la documentation pertinente pour la pleine diversité des résidents et résidentes des quartiers d'Ottawa.

**Financement :** Centraide Ottawa, Ville d'Ottawa, Logement communautaire d'Ottawa (LCO).

## **Partenaires dans l'élaboration du guide :**

Initiative : une ville pour toutes les femmes (IVTF), Safe People/CSCPQ, Coalition des centres de ressources et de santé communautaires, Coalition des maisons communautaires d'Ottawa, Logement communautaire d'Ottawa (LCO), Réseau des agent(e)s de développement communautaire.



# Pourquoi utiliser ce guide?

Le Cadre de développement communautaire (CDC) rassemble des résidentes et résidents, des responsables du développement communautaire, des agences, des fournisseurs de services et des membres du gouvernement municipal pour effectuer un changement positif dans les quartiers d'Ottawa. Ce guide a été élaboré pour aider les résidentes et les résidents à mener ce changement.

En facilitant les exercices et les ateliers contenus dans le guide, les résidentes et résidents des quartiers et le personnel responsable du développement communautaire dans ces quartiers élargiront leurs compétences dans les domaines suivants :

- faire participer les résidentes et les résidents au traitement de leurs préoccupations,
- mettre à profit les forces de la communauté,
- reconnaître les possibilités de changement, et
- passer à l'action.

Tous les individus et tous les quartiers possèdent des capacités : des compétences, des talents, des expériences et des perspectives. Des exemples de compétences sont le jardinage, l'art, l'artisanat, la cuisine et l'organisation d'événements. Ce sont nos atouts.

Toutefois, essayer d'améliorer la situation dans les quartiers où ils vivent et travaillent pose des défis aux résidentes et résidents et au personnel responsable du développement communautaire.

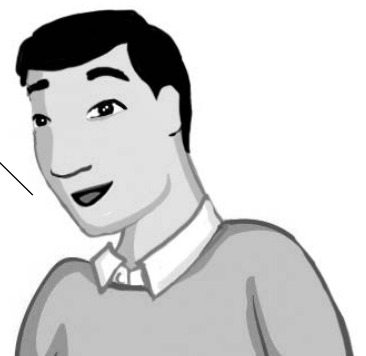
Les exercices, les ateliers et les documents contenus dans ce guide sont conçus pour aider les résidentes, les résidents et les quartiers à renforcer les capacités suivantes :

- être motivés et impliqués;
- reconnaître les forces de la communauté;
- valoriser la diversité;
- être accueillants envers tout le monde;
- prendre soin de soi et prendre soin les uns des autres;
- s'écouter les uns les autres;
- défendre les intérêts de la communauté;
- atteindre des résultats en collaboration avec le gouvernement et les fournisseurs de services;
- faciliter des réunions efficaces;
- encourager les leaders émergents;
- comprendre l'incidence des influences externes sur le quartier;
- travailler ensemble pour mettre les idées en pratique.

*Je ne vois plus ma communauté de la même manière. Auparavant, je ne voyais que les problèmes dans mon quartier, mais maintenant j'ai une meilleure idée de ce qui peut être fait et je sais par où commencer.*  
— Résidente de Hunt Club Park



*Parmi ces capacités, lesquelles observez-vous déjà dans le quartier où vous vivez ou travaillez?*



*Lesquelles aimeriez-vous renforcer?*

# L'éducation comme vecteur de changement

Ce guide utilise une approche basée sur l'éducation comme vecteur de changement. Cette approche peut renforcer les capacités énumérées ci-dessus chez les résidentes et les résidents pour les aider à devenir des agents de changement. Pour ce faire, l'approche valide l'expérience et les connaissances des gens et en tire parti.

Chacun des exercices et chacun des ateliers commence par une exploration des expériences des individus, les aide à apprendre les uns des autres (c.-à-d. à percevoir des tendances dans leurs expériences), présente ensuite de la matière nouvelle pour enfin planifier des actions et les mettre en pratique. La prochaine étape consiste à recommencer une exploration des expériences des participantes et participants. La spirale continue.

## « L'éducation comme vecteur de changement » est comme une spirale

6. Revenez à l'expérience et aux connaissances des participantes, et recommencez

5. Passez à l'action

2. Trouvez des tendances : inscrivez cette expérience dans un cadre commun

1. Commencez avec l'expérience et les connaissances des participantes

4. Planifiez les actions

3. Ajoutez la nouvelle information/théorie

Source : Arnold, Rick et coll., *Educating for Change* – Adapté par l'Initiative : une ville pour toutes les femmes dans *Tisser des fibres d'inclusion*

## Principes directeurs de l'éducation comme vecteur de changement :

- Reconnaît que nous avons tous des connaissances, et valide ce fait.
- Prend les expériences vécues comme point de départ.
- Célèbre et honore la culture et la diversité.
- Est participative, créative et valorisante.
- Est inclusive de tout le monde.
- Encourage la pleine et entière participation de tous les membres du groupe dans les discussions et la prise de décision.
- Nous sensibilise aux répercussions locales de ce qui se passe dans le vaste monde.
- Perçoit le conflit comme une opportunité naturelle de changement.
- Utilise aussi bien les défis que les forces.
- Fait participer le cœur, le corps, l'âme et l'esprit des gens.
- Reconnaît que certaines personnes ont plus de pouvoir que d'autres, et cherche à le répartir uniformément.
- Mène à un changement positif dans nos vies, dans nos communautés et dans notre monde.

– Adapté de : *Tisser des fibres d'inclusion*, IVTF, 2012

# À qui s'adresse ce guide?

Ce guide a été conçu expressément pour le personnel responsable du développement communautaire et les facilitatrices résidentes qui désirent cofaciliter des exercices et des ateliers dans les quartiers où elles vivent et travaillent.

Toutefois, quiconque désire faciliter des rencontres menant à un changement positif peut utiliser le guide. Nous vous invitons à puiser dans votre propre expérience et à adapter les outils pour répondre à vos besoins.

## Pourquoi collaborer à la planification et à la facilitation?

Les résidentes et les résidents, tout comme le personnel responsable du développement communautaire, ont des idées et des compétences à contribuer à l'avènement du changement positif. Par exemple, une résidente peut avoir une connaissance approfondie du quartier puisqu'elle y vit et y travaille comme bénévole, alors qu'un agent de développement communautaire peut détenir de l'information concernant une occasion pour les résidentes et résidents de soulever leurs préoccupations.

En reconnaissant les forces les uns des autres et en y faisant appel, les deux parties s'appuient et leur travail est plus efficace. Lorsque vous préparez une séance à cofaciliter, réfléchissez à ce que chaque membre de l'équipe apporte au processus :

- Une connaissance de la communauté
- Une connaissance de la question
- La capacité d'engager et d'attirer les résidentes et résidents
- Des informations plus complètes sur une culture spécifique
- L'accès à un lieu de rencontre
- De l'expérience en facilitation de réunions
- Des compétences linguistiques
- La capacité de créer un lieu sûr
- L'accès aux politiques et aux décisionnaires
- Des réseaux dans le quartier ou dans l'ensemble de la ville
- L'accès à des ressources externes

*Nous avons si bien travaillé ensemble qu'en regardant autour de moi, je ne savais plus qui était une agente de développement communautaire et qui était une résidente.*



*Nous démontrons l'utilité du travail collaboratif*

**Lorsque les résidentes et les résidents travaillent en collaboration avec le personnel responsable du développement communautaire...**

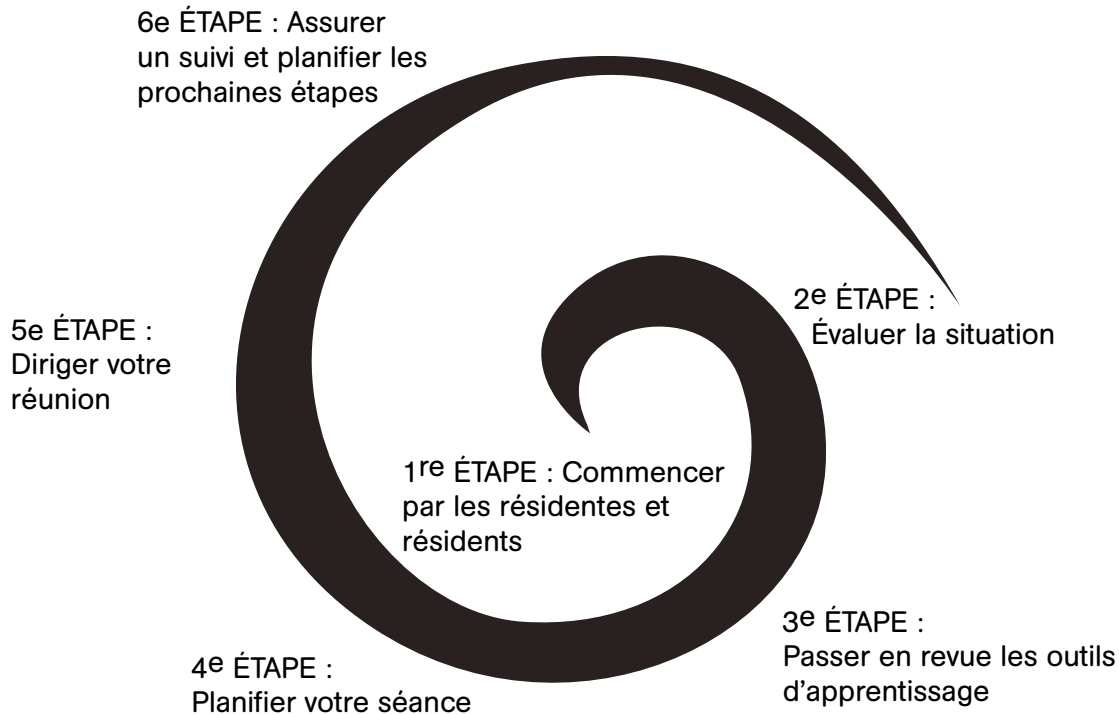
*Nous apprenons les uns des autres*

*Nous nous appuyons mutuellement*



# Comment utiliser ce guide

En tant que membres du personnel responsable du développement communautaire et facilitatrices résidentes/facilitateurs résidents, suivez ces étapes et utilisez les outils du guide dans le cadre de votre travail actuel dans le quartier.



## 1RE ÉTAPE : Commencer par les résidentes et résidents

Suivant l'approche de l'éducation comme vecteur de changement, commencez par l'expérience des résidentes et résidents :

- Qui sont les personnes intéressées? (p. ex. certains individus, un groupe de locataires, un groupe de voisins et voisines, un groupe existant ou un groupe tout juste en train de se former.)
- Quel problème ou quelle opportunité le groupe veut-il aborder?
- Quels atouts les membres du groupe apportent-ils?
- Quelles capacités ont le plus besoin d'être renforcées à ce moment-ci?





## 2E ÉTAPE : Évaluer la situation

Pour obtenir une image claire de ce qui se passe dans le quartier, vous pouvez rassembler des personnes intéressées pour qu'elles vous aident à répondre aux questions suivantes :

- Qu'est-ce qui a déjà été fait? Comment pouvez-vous mettre cela à profit?
- Que désirez-vous accomplir lors de cette rencontre?
- Pourriez-vous faciliter une séance dans un groupe déjà existant ou lors d'une rencontre déjà planifiée?
- De combien de temps disposez-vous?
- Quelles ressources sont disponibles? (p.ex. financement, bénévoles, espace)



## 3E ÉTAPE : Passer en revue les outils d'apprentissage

Tout en gardant à l'esprit ce que vous savez désormais des résidentes et résidents et de la situation, passez en revue les divers outils d'apprentissage contenus dans ce guide et ailleurs pour essayer de voir lesquels pourraient être efficaces.

- Vous espérez faciliter un ou deux exercices? Passez en revue *Les exercices par thème*, p.16.
- Vous planifiez faciliter un atelier? Passez en revue *Un aperçu des ateliers*, p. 32.
- Consultez les *Ressources*, à l'Annexe E, p.136.
- Demandez des suggestions d'exercices ou d'ateliers à des résidentes et résidents et à des partenaires communautaires.



## 4<sup>E</sup> ÉTAPE : Planifier votre séance

Voici des points importants à prendre en considération lorsque vous planifiez votre séance.



4<sup>e</sup>  
étape

### LES PARTICIPANTES ET PARTICIPANTS

- Qui sont vos participantes et participants prévus? Visitez *La roue de la diversité*, p. 25, pour considérer la diversité des gens.
- Que pouvez-vous faire pour encourager la participation de personnes qui ne s'impliquent pas habituellement? (Consultez le document *Amener les gens du quartier à s'engager*, p. 49)
- Comment pouvez-vous minimiser les obstacles à la participation? (p. ex., heure et lieu de la rencontre, garde d'enfants, accessibilité, niveau d'alphabétisation, considérations culturelles)
- Qui lancera l'invitation aux gens?

### LES OBJECTIFS ET LE TITRE

- Définissez entre un et trois objectifs qui contiennent les idées de la spirale de l'éducation comme vecteur de changement : commencer avec sa propre expérience, apprendre quelque chose de nouveau et passer à l'action.
- Choisissez un titre qui encouragera la participation des gens.

### LES EXERCICES OU LES ATELIERS

- Sélectionnez l'exercice (ou les exercices) ou l'atelier. Envisagez des façons de les adapter à vos besoins.
- Soyez créatives et créatifs! Créez votre propre séance en combinant des exercices. Examinez la façon dont un exercice prend appui sur un autre. Tenez compte des différents styles d'apprentissage. Vous trouverez un exemple d'atelier personnalisé à la p. 10-12.
- Si vous prévoyez faciliter plus d'un atelier du guide avec le même groupe, veuillez noter que certains ateliers prennent appui l'un sur l'autre. Par exemple, après avoir dirigé l'atelier *Renforcer notre quartier*, vous aurez cerné des difficultés clés à aborder, alors vous pourriez faciliter l'atelier *Planifier des actions* par la suite.

### L'ESPACE PHYSIQUE

- Choisissez un lieu qui est accessible à toutes vos participantes et tous vos participants; envisagez des façons d'adapter la salle pour la rendre plus accessible.
- Si la séance demande de l'espace sur un mur ou sur une table, ou encore suffisamment d'espace pour se déplacer dans la salle, réfléchissez aux façons de travailler dans l'espace disponible.

### LE TEMPS DONT VOUS DISEPOSEZ

- Ajustez les exercices ou l'atelier pour pouvoir les terminer dans le délai prévu.
- Prévoyez suffisamment de temps pour permettre aux gens d'arriver, de prendre des pauses et de repartir sans se presser.
- Réfléchissez aux parties que vous pouvez laisser tomber si vous manquez de temps.

### SE PRÉPARER À COFACILITER

- Utilisez la *Feuille de travail de cofacilitation* jointe à chacun des ateliers du guide.
- Passez en revue les Conseils de cofacilitation (p. 12) avec votre cofacilitatrice ou votre cofacilitateur, et répartissez-vous les rôles.

### SE PRÉPARER À ÉVALUER ET À FAIRE UN SUIVI

- Posez les questions suivantes au groupe : « *Qu'est-ce qui s'est bien passé? Que pourrions-nous améliorer?* »
- Si vous facilitez un atelier, demandez aux participantes et participants de remplir le *Formulaire d'évaluation des participantes et participants* (Annexe C).
- Songez au suivi que vous pourriez faire.

## 5<sup>E</sup> ÉTAPE : Diriger votre réunion

- Arrivez tôt pour installer votre matériel.
- Faites preuve de souplesse, car le résultat peut différer de vos attentes.
- Écoutez les participantes et les participants pour repérer le genre de suivi requis.
- Appuyez votre cofacilitatrice ou votre cofacilitateur, et faites le bilan ensemble après la rencontre.

5<sup>e</sup>  
étape



## 6<sup>E</sup> ÉTAPE : Assurer un suivi et planifier les prochaines étapes

- Fournissez les outils requis pour permettre un suivi (p. ex. notes de cours, accès à des gens/à des ressources/à un lieu de rencontre).
- Remplissez le formulaire Évaluation des cofacilitatrices/ cofacilitateurs à l'Annexe F, p.138, et envoyez-le à Gillian Keefe, [gilliank@seoche.on.ca](mailto:gilliank@seoche.on.ca)
- Célébrez vos succès!

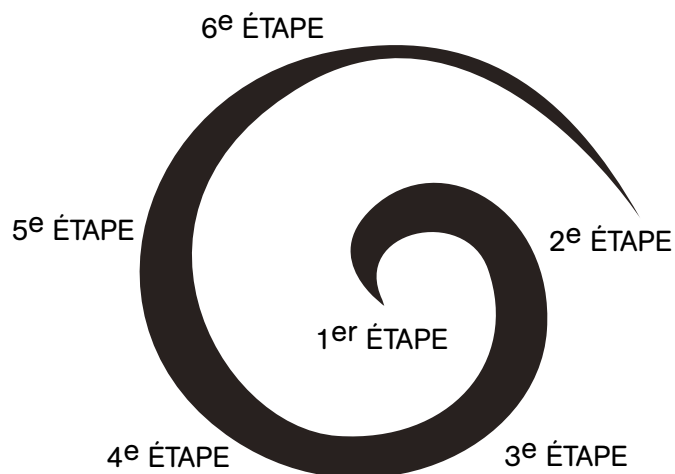
6<sup>e</sup> étape



# La création de votre propre atelier

## – un exemple

Les agents au service des locataires et des communautés et des résidentes et résidents de Logement communautaire d'Ottawa (LCO) ont adapté quelques-uns des ateliers de ce guide afin d'aborder certains besoins précis des résidentes et résidents. Zeinab Ibrahim Mohamed, qui était une résidente de LCO, était aussi une facilitatrice résidente pour la formation Créer le changement que nous souhaitons. Elle s'est jointe à Salieusireh Jallow et Natalie Drouin, deux employés de LCO, pour aborder, par le biais des outils proposés dans ce guide, certaines difficultés auxquelles étaient confrontés les résidentes et résidents du Centre-ville.



### Étape 1. Consulter les résidentes et résidents

Salieu et Michael Cairns, Gestionnaire du développement communautaire à LCO, ont commencé par parler aux locataires intéressés dans l'un des immeubles à logements individuels du Centre-ville. Le personnel de SALUS a fourni un soutien supplémentaire pour que Salieu puisse parler à un plus grand nombre de résidentes et résidents.

### Étape 2. Évaluer la situation

Leurs conversations leur ont révélé que les résidentes et résidents souhaitaient trouver des façons positives de travailler et de vivre ensemble. Le programme de soupe populaire et SALUS avaient déjà pris des mesures pour aborder cette question.

### Étape 3. Passer en revue les outils d'apprentissage

Salieu, Natalie et Zeinab ont consulté les ressources existantes (ce guide). Ils ont aussi cherché des exercices visuels supplémentaires à l'Internet.

### Étape 4. Planifier votre séance

Ils ont constaté que les outils contenus dans le guide seraient utiles pour atteindre les objectifs visés par les résidentes et résidents : 1) accroître la participation des locataires aux activités communautaires; 2) encourager un leadership inclusif à l'échelle communautaire; 3) redonner vie à un groupe (une association/un cercle) de locataires dans la communauté.

Ils ont utilisé des exercices tirés de différents ateliers pour personnaliser leur séance. Certains exercices ont été adaptés pour tenir compte des besoins linguistiques des locataires (p. ex., dans le jeu du téléphone, ils ont installé deux locuteurs mandarins entre les anglophones pour s'assurer que le message passe). LCO a fourni un soutien à l'accès au lieu de rencontre et au repas. Salieu et Zeinab se sont partagé les rôles en décidant qui faciliterait telle ou telle partie de l'atelier, puis en ont revu le contenu ensemble.

### Étape 5. Diriger votre séance

De nombreux résidents et résidentes ont assisté à l'atelier, ce qui a contribué à créer une atmosphère inclusive. Pendant la pause, les gens essayaient tous de se parler. À la fin, tout le monde voulait qu'il y ait plus d'ateliers de ce genre pour les aider à bâtir des relations positives et à travailler ensemble afin d'amener des changements dans leur communauté.

### Étape 6. Assurer un suivi et planifier les prochaines étapes

En guise de suivi à l'atelier, LCO a préparé des outils pour aider les résidentes et résidents à collaborer dans l'établissement de la priorité à accorder aux enjeux importants et dans la planification des actions pour les affronter.

# La création de votre propre atelier

## – un exemple

En combinant des exercices tirés de différents ateliers, Salieu et Zeinab ont produit un atelier qui rencontrait les besoins précis de leur groupe.

### OBJECTIFS :

- Accroître la participation des locataires aux activités communautaires.
- Encourager un leadership inclusif à l'échelle communautaire.
- Redonner vie à un groupe (une association/un cercle) de locataires dans la communauté.

## FEUILLE DE TRAVAIL DE COFACILITATION

OBJECTIF	ACTIVITÉ	FOURNITURES	RÔLES
Accueillir les gens <b>5 min</b>	<b>Activité 1 : Accueil</b> – Accueil et introduction du thème de l'atelier	– Tableau papier – Crayons-feutres	Zeinab
Pourquoi les gens sont venus à l'atelier; établir des liens entre les individus <b>10 min</b>	<b>Activité 2 : La toile</b> – Former une toile en lançant la laine – Les gens échangent sur ce qu'ils et elles souhaitent tirer de l'atelier	– Balle de laine	Salieu
Reconnaître et valoriser la diversité d'expériences que chaque personne apporte au groupe <b>25 min</b>	<b>Activité 3 : Le ballot communautaire</b> – Les participantes et participants apprennent les uns des autres	– Pièce de tissu – Objets apportés par les participantes et les participants – Carrés de papier – Stylos	Zeinab
Explorer l'importance de la communication <b>20 min</b>	<b>Activité 4 : Le jeu du téléphone</b> – Un message chuchoté fait le tour du cercle		Salieu
Créer un lieu inclusif <b>10 min</b>	<b>Activité 5 : Créer un lieu sûr</b> – Élaborer une entente de groupe	– Plumes rouges et vertes	Zeinab
Évaluer l'atelier <b>5 min</b>	<b>Activité 6 : Évaluation</b> – Écrire sur les panneaux	– Document : <i>Formulaire d'évaluation des participantes et participants</i>	Salieu

# Conseils de cofacilitation

Voici des conseils pour aider les résidentes et résidents et le personnel de développement communautaire à s'épauler mutuellement pendant la cofacilitation.



CAWI

## Avant de faciliter une séance :

- Rencontrer votre cofacilitatrice/cofaciliteur pour revoir vos objectifs et votre plan. Si vous facilitez un des ateliers, utilisez la *Feuille de travail de cofacilitation* pour cet atelier.
- Convenir à l'avance de la façon de vous épauler mutuellement :
  - Prendre en compte les situations personnelles ou les obstacles qui ont le potentiel de compliquer votre tâche de facilitation.
  - Décider qui fera l'animation et qui écrira sur le tableau papier
  - Vous sentez-vous à l'aise de permettre à l'autre d'ajouter ses commentaires, si vous omettez quelque chose?

**Conseil :** Veiller à ne pas intervenir trop vite pour permettre à votre partenaire de finir ce qu'il ou elle est en train de faire.

- Accordez-vous sur de façons de respecter l'horaire (mais soyez flexibles).
- Convenir des sujets que vous pouvez omettre ou abrégé si vous manquez de temps.

**Conseil :** Il est préférable de faire des réductions au milieu afin de pouvoir clore la séance.

- Déterminer quand vous ferez le bilan et fournirez votre rétroaction.

**Conseil :** Le mieux est de le faire tout de suite après l'atelier, si possible.

## Installation :

- Installer la salle de façon à ce que les deux facilitatrices/faciliteurs soient visibles, mais qu'il soit possible de se concentrer sur l'une ou l'un d'eux à la fois.
- S'assurer que l'espace de facilitation est accessible aux deux facilitatrices/faciliteurs; p. ex., réfléchir à la façon dont une facilitatrice en fauteuil roulant pourra utiliser l'espace réservé pour l'atelier.
- S'assurer que l'aménagement de la salle encourage la participation des gens.

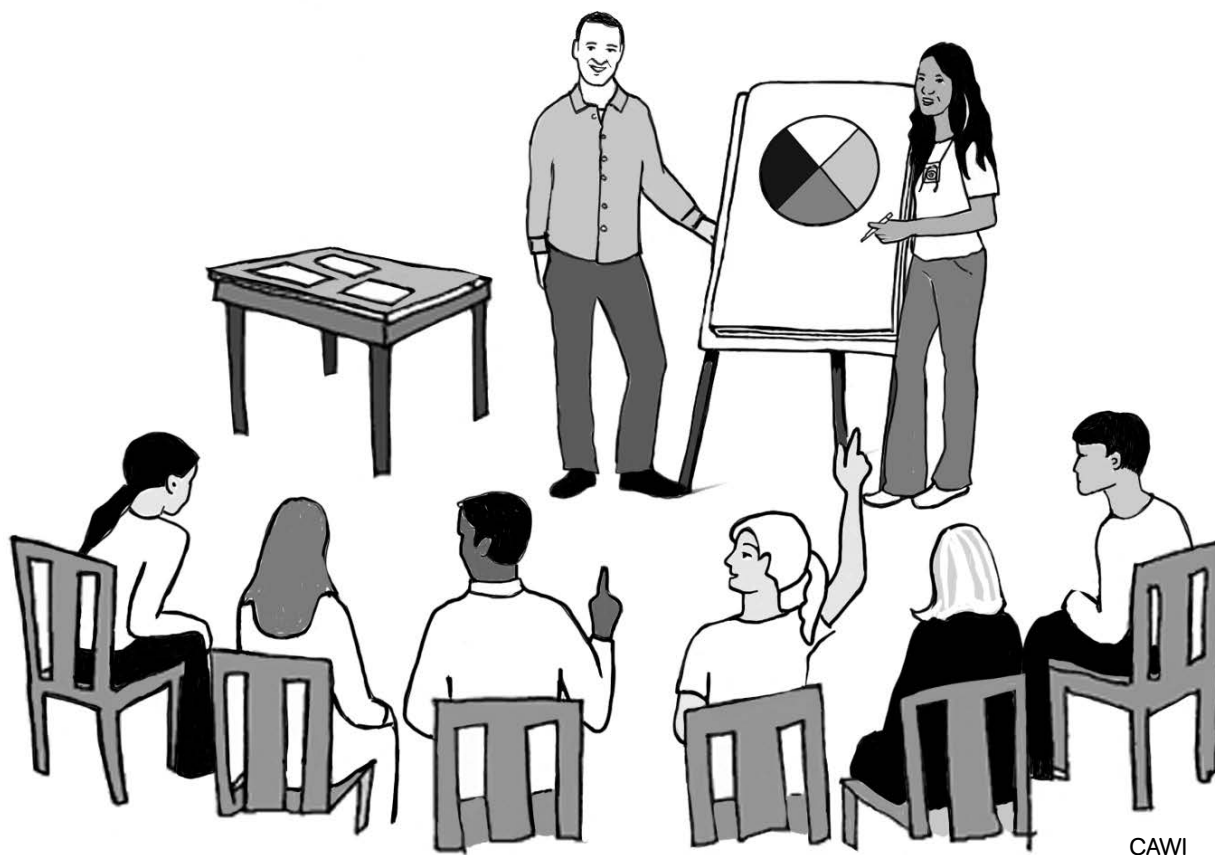
## Pendant la facilitation :

- Éviter d'intervenir quand c'est votre cofacilitatrice qui dirige l'activité, à moins qu'elle ne vous fasse signe de venir l'aider.
- Chercher des façons de valider les contributions de l'autre et d'apprendre l'une de l'autre.
- Aider l'autre à respecter l'horaire et demeurer flexible de façon à pouvoir ajuster l'horaire au besoin.
- Éviter de dire au groupe que vous êtes en retard, car c'est à vous de trouver un moyen de rattraper le temps perdu. Cependant, vous pouvez encourager les gens à être brefs ou expliquer qu'il est temps de passer à autre chose. Si vous devez omettre quelque chose, négociez une entente avec le groupe sur les changements au programme.
- Ne jamais importuner les participants avec les problèmes au sein de l'équipe, ni communiquer par des indices subtils qu'il existe des difficultés dans la relation.

## Après la séance de facilitation :

- Faire un bilan du déroulement de la séance, examiner comment vous avez travaillé ensemble et discuter de ce qu'il faudrait améliorer.
- Dégager les leçons clés.
- Faire un suivi avec le groupe.

– Adapté de : *Tisser des fibres d'inclusion*, IVTF, 2012





Our Hopes for Workshop/  
Nos Souhails d'apprendissage

- ideas of how to engage people<sup>+</sup>
- how to work together<sup>+</sup>
- how to Strengthen our Neighbourhood
- how to engage 2 communities
- urgent need to strengthen groups
- how to improve community
- how to facilitate community cohesion and buy-in to common need
- time to ponder workshop uses 😊



SELF-CARE LETTER

I commit to :

- Drink more water
- Start walking with a neighbour
- Letting go / Grieve
- Remember to breathe
- More honest + healthier relationships
- Recognize it's a process
- Time for myself
- Yoga
- Saying "no" when I need to



# Les exercices

L'art d'être leader

---

Le ballot communautaire

---

Le casse-tête

---

La roue de la diversité

---

La sculpture vivante

---

La carte du temps

# Les exercices par thème

Le tableau ci-dessous présente tous les exercices inclus dans le guide, dont certains que vous retrouverez sous forme d'activité dans le cadre d'un atelier. Chacun des exercices peut être utilisé seul ou combiné à d'autres pour créer votre propre atelier.

THÈME	EXERCICE	OBJECTIF	DURÉE	PAGE
<b>FAIRE PARTICIPER LES RÉSIDENTS ET RÉSIDENTES</b>	<b>La toile</b>	Constater que nous sommes tous liés	10 min	45
	<b>Conter son histoire</b>	Explorer pourquoi et comment les gens s'impliquent dans notre communauté	20 min	46
	<b>Niveaux d'implication</b>	Réfléchir à notre propre implication dans le but de cerner les obstacles et les circonstances opportunes	10 min	46
	<b>Visualiser l'implication dans notre quartier</b>	Explorer des moyens d'amener les gens à s'impliquer dans nos quartiers	30 min	47
<b>VALORISER L'INCLUSION ET LA DIVERSITÉ</b>	<b>Le ballot communautaire</b>	Reconnaître et valoriser la diversité d'expériences	40 min	20
	<b>La roue de la diversité</b>	Se servir de notre expérience pour apprendre à mobiliser des gens d'une diversité d'antécédents	30 min	23
<b>COMPRENDRE LE POUVOIR ET LE CONTEXTE</b>	<b>La carte du temps</b>	Identifier des opportunités de changement en réfléchissant à ce qui influence notre quartier	50 min	28
	<b>La sculpture vivante</b>	Voir comment nous pouvons produire un changement	35 min	26
	<b>L'art d'être leader</b>	Réfléchir au type de leadership qui encourage les autres	25 min	18
	<b>Faire l'expérience de notre puissance</b>	Reconnaître notre capacité à amener un changement positif	25 min	75
	<b>Histoire de changement dans un quartier</b>	Tirer des leçons d'une histoire de changement dans un quartier	30 min	77
	<b>Échange sur les citations</b>	Créer un lieu sûr où explorer le sens de la défense des intérêts de la communauté	15 min	75
<b>TRAVAILLER ENSEMBLE/ TENIR DES RÉUNIONS EFFICACES</b>	<b>Le film silencieux</b>	Éviter les problèmes qui peuvent survenir dans les réunions, et y faire face lorsqu'ils se produisent	25 min	102
	<b>L'araignée</b>	Trouver la meilleure façon de travailler ensemble pour atteindre nos buts	10 min	99
	<b>Les plumes</b>	Trouver un consensus	10 min	115
	<b>« Pois-mocracie »</b>	Établir la priorité des tâches	10 min	116
	<b>Le casse-tête</b>	Cerner les éléments clés du travail collectif	25 min	22

# Les exercices par thème (suite)

THÈME	EXERCICE	OBJECTIF	DURÉE	PAGE
<b>LA COMMUNICATION EFFICACE</b>	<b>Niveaux de communication</b>	Souligner l'importance de la communication. Prendre en compte les différentes façons de communiquer, selon la culture et selon le sexe	20 min	54
	<b>Écouter avec les yeux, les oreilles et le cœur</b>	S'exercer à écouter avec nos yeux, nos oreilles et notre cœur	20 min	55
	<b>Questions ouvertes</b>	Apprendre à favoriser la curiosité en posant des questions ouvertes, dans le but de réduire les conflits	10 min	55
	<b>Le jeu du téléphone</b>	Faire valoir l'importance de la communication efficace et faire comprendre combien il est facile de mal communiquer	5 min	113
	<b>Jeu de rôle sur les styles de communication</b>	S'amuser à reconnaître nos propres styles de communication et réfléchir au style le plus efficace pour aborder nos difficultés	15 min	76
<b>PRENDRE SOIN DE SOI</b>	<b>Détente</b>	Aider les gens à se détendre	10 min	63
	<b>La roue médicinale</b>	Utiliser les enseignements de la roue médicinale pour comprendre les bienfaits de prendre soin de soi	20 min	64
	<b>Exercice participatif sur les limites</b>	Comprendre le rôle que jouent les limites dans l'autogestion de la santé	15 min	66
<b>PLANIFIER DES ACTIONS</b>	<b>Qui est dans l'autobus?</b>	Identifier les gens avec qui nous pouvons travailler pour faire avancer une démarche	20 min	125
	<b>Chronologie</b>	Cerner les actions qui aideront à atteindre nos buts	20 min	123

# L'art d'être leader

**OBJECTIF :** Réfléchir au type de leadership qui encourage les autres.

**DURÉE : 25 MINUTES**

**QUAND L'UTILISER :**

- Avec un groupe qui pourrait bénéficier d'outils pour devenir des leaders efficaces et pour encourager le leadership chez les autres.

**FOURNITURES :**

- Bandeaux pour les yeux (assez pour la moitié des participants)
- Un espace avec plusieurs portes ou des objets avec lesquels guider quelqu'un; ou des papiers journaux qui, étalés sur le sol, serviront d'obstacles

**DÉROULEMENT :**

**Présentation de l'exercice (5 min)**

Expliquez aux participantes et participants que pour réfléchir aux qualités recherchées chez un leader, ils et elles vont faire un exercice en équipes de deux. Expliquez qu'une personne de chaque équipe aura les yeux bandés et que l'autre lui servira de guide (de leader). Donnez-leur quelques minutes pour se jumeler et pour décider qui aura les yeux bandés.

Quand l'une des personnes de chaque équipe porte un bandeau, indiquez à l'autre personne où guider son ou sa partenaire.

**Marche avec les yeux bandés (5 min)**

**Réflexion (10 min)**

Une fois que toutes les équipes sont arrivées à destination, les participantes et participants peuvent retirer les bandeaux. Demandez à ceux et celles qui avaient les yeux bandés comment ils et elles ont trouvé l'expérience :

- « *Comment c'était d'avoir les yeux bandés?* »
- « *Qu'est-ce que votre guide a fait pour vous aider?* »

Puis demandez aux guides : « *Le fait d'orienter quelqu'un vous a-t-il posé des défis? Lesquels?* »

Demandez : « *Qu'est-ce que cela nous enseigne au sujet du bon leadership?* »

**Retour (5 min)**

- Dans la vie, si les gens « ont les yeux bandés », le rôle de leader est d'autant plus difficile. Mieux les gens sont informés, plus il est facile de mener.
- Parallèlement, il y a des personnes malvoyantes qui ont beaucoup à apporter à la collectivité, si nous trouvons des moyens de les inclure.
- Distribuez le document *Le leadership motivateur* et invitez les gens à réfléchir aux qualités de leadership qu'ils et elles veulent développer.

# Le leadership motivateur

Le leadership consiste à organiser un groupe de personnes afin d'atteindre un but commun. Le défi du leader est de cultiver l'énergie sociale afin que les gens s'assemblent pour accomplir cette tâche commune.

## Le leadership motivateur

- Crée un environnement positif
- Encourage la participation de tous les membres du groupe
- Met à profit les forces des gens
- Encourage le partage des responsabilités
- Agit au nom du groupe
- Fait la médiation
- Veille à ce que le groupe atteigne ses buts et ses objectifs
- Encourage la communication ouverte

## Caractéristiques d'un leader motivateur/d'une leader motivatrice

- Impartial/impartiale
- Dévoué/dévouée
- Accepte les erreurs
- Digne de confiance
- Approchable
- Ouvert/ouverte d'esprit
- Prêt/prête à agir comme facilitatrice
- Confiant/confiante
- Démocratique
- Persévérant/persévérante
- Respectueux/respectueuse des autres
- A un sens de l'humour
- Partage ses connaissances
- Soutient les autres

*Être un leader n'est pas une position que nous choisissons pour nous-même; c'est un honneur qui nous est fait par les gens qui respectent notre jugement.*

## Pour encourager les leaders émergents

- Les reconnaître et les soutenir
- Apprécier leurs connaissances et leurs forces
- Leur demander conseil
- Leur offrir des occasions de partager leurs idées et leurs histoires
- Leur offrir l'accès à des ressources afin qu'ils et elles s'éduquent sur des enjeux locaux et internationaux
- Les encourager à prendre soin d'eux-mêmes/d'elles-mêmes

Sources: Sado Ibrahim, Initiative : une ville pour toutes les femmes (IVTF)  
*Community Organizing – Holistic Approach*, Joan Kuyek  
*Creating and maintaining successful groups*, Community Handbook

# Le ballot communautaire

**OBJECTIF :** Reconnaître et valoriser la diversité d'expériences que chaque personne apporte au groupe.

**DURÉE : 40 MINUTES** (en fonction du nombre de personnes)

## **FOURNITURES :**

- Au moment d'inviter les gens à l'atelier ou à la réunion que vous allez faciliter, demandez-leur d'apporter un objet qui représente quelque chose d'important à leurs yeux ou qui leur donne de la force. L'objet peut provenir de leur culture ou de leur expérience. Expliquez-leur que chaque personne présentera son objet devant le groupe et le rapportera à la maison après l'atelier.
- Une pièce de beau tissu
- Une petite table
- Des petits carrés de papier et des stylos

## **INSTALLATION :**

- Disposez les chaises en cercle ou en demi-cercle, si possible.
- Placez une petite table au centre.

## **DÉROULEMENT :**

### **Introduire le concept du ballot (5 min)**

*Dans le but d'échanger sur ce qui nous importe en tant qu'individus et en tant que groupe, nous allons utiliser un exercice fondé sur une tradition autochtone. Les Autochtones portent parfois autour du cou une pochette qui est sacrée pour eux. C'est un ballot personnel, qui peut contenir des herbes médicinales ou de menus objets qui donnent de la force et du courage à l'individu.*

*Ici, nous allons former un "ballot communautaire" dans lequel chacun et chacune de nous déposera un objet qui a de l'importance pour elle ou lui. Cet objet peut provenir de sa culture ou de son expérience. Ainsi, nous apprendrons à nous connaître les uns les autres et à comprendre ce que chacun apporte au groupe.*

Dites aux participantes et participants qu'il est temps de sortir l'objet qu'ils et elles ont apporté. Rappelez-leur qu'on leur avait demandé d'apporter un objet qui a de l'importance à leurs yeux, qui peut provenir de leur culture ou de leur expérience. Expliquez-leur que chaque personne présentera son objet devant le groupe et le rapportera à la maison après l'atelier.

Si certaines personnes ont oublié d'apporter un tel objet, invitez-les à chercher un article qu'il ou elle porte ou un objet dans la salle qui pourrait servir de symbole. Ou encore, suggérez-leur de dessiner rapidement une image, un mot ou un symbole sur un des petits carrés de papier. Présentez du papier et un stylo à ceux et celles qui en ont besoin. Donnez-leur une ou deux minutes pour trouver quelque chose à écrire.



## Former le ballot (20 min)

Enlevez les tasses, les crayons ou autres objets que les gens peuvent avoir déposés sur la table au centre de la salle, puis placez la pièce de tissu sur la table. Expliquez au groupe que cette table sera un endroit privilégié pendant cet atelier, et qu'on n'y déposera que nos objets spéciaux.

Invitez les participantes et participants à déposer leur objet sur la pièce de tissu, à tour de rôle, et à expliquer en quelques mots comment l'objet se rapporte à leur milieu d'origine, à leur culture ou à leur expérience de vie. Demandez-leur aussi d'expliquer pourquoi cet objet a de l'importance à leurs yeux ou pourquoi il leur donne de la force.

**Note :** Si une personne dit d'où vient l'objet, mais qu'elle n'explique pas pourquoi celui-ci a de l'importance ou comment il lui donne de la force, invitez-la à partager cette information. Connaissez la dynamique propre à votre groupe : cet exercice peut aider à bâtir la confiance et favoriser la compréhension, mais si le niveau de confiance est bas au sein du groupe, il est important de permettre aux gens de s'exprimer seulement dans la mesure où ils sont à l'aise de le faire. Certaines personnes préféreront déposer leur objet en silence..

## Mener une réflexion sur le ballot (10 min)

Lorsque tout le monde a terminé, demandez au groupe de jeter un coup d'œil à l'étalage d'objets sur la pièce de tissu.

Posez les questions ci-dessous.

Note : N'écrivez pas les réponses aux questions sur le tableau papier; restez plutôt dans le cercle pour encourager la discussion.

- « *Que remarquez-vous à propos de qui nous sommes?* »
- « *Quels genres de choses ont de l'importance à nos yeux?* »
- Dites quelques mots sur l'importance de la force et du courage dans votre groupe. Par exemple, « *en tant que personnes vivant dans la pauvreté, nous avons souvent besoin de beaucoup de courage pour veiller à satisfaire les besoins de nos familles* ». Ou bien, donnez un exemple tiré de votre propre vie.
- « *Que voyez-vous ici qui nous donne de la force et du courage?* »
- « *Qu'est-ce que nous avons en commun?* »
- « *Quelle diversité existe parmi nous?* »
- « *Comment cette diversité enrichit-elle notre groupe?* »

## Conclusion (5 min)

Dites au groupe que ceci est notre ballot communautaire, qui symbolise notre force collective comme groupe et comme contributeurs à notre communauté.

Si cet exercice fait partie d'un atelier ou d'une réunion qui continuera par la suite, refermez le ballot en rabattant les côtés du morceau de tissu sur les objets. Expliquez aux participantes et participants que nous garderons ici cette collection d'objets qui ont de l'importance pour nous, et que nous leur remettrons à la fin de l'atelier ou de la réunion.

Source: Tina Vincent, Minwaashin Lodge

*Tisser des fibres d'inclusion, Guide de facilitation à l'échelle communautaire*, IVTF, 2012

Adaptations de Connie Shingoose et Amanda Bigeau

# Le casse-tête

**OBJECTIF :** Cerner les éléments clés du travail collectif.

**DURÉE : 25 MINUTES**

**FOURNITURES :**

- Du papier dans lequel découper quatre casse-têtes carrés de quatre morceaux chacun. Pour aider les participantes et les participants à savoir de quel côté vont les morceaux, utilisez du papier comportant de l'écriture ou un motif sur un côté.
- Quatre enveloppes dans lesquelles un morceau du casse-tête de chaque volontaire est dans l'enveloppe de quelqu'un d'autre.

**Note :** Si vous avez un grand groupe, vous voudrez peut-être former deux petits groupes (ou plus) de quatre volontaires chacun; dans ce cas, préparez un ensemble d'enveloppes pour chaque petit groupe.

**DÉROULEMENT :**

**Présenter l'exercice (5 min)**

Invitez quatre volontaires à s'asseoir en cercle, autour d'une table ou par terre. Au centre, placez les quatre enveloppes contenant les morceaux de casse-têtes (une enveloppe par volontaire).

Dites aux autres participantes et participants d'observer ce qui va se passer.

Avant que les volontaires prennent les enveloppes, donnez-leur les instructions suivantes :

« Chaque personne devra prendre une enveloppe et assembler un casse-tête.

Voici les consignes à suivre :

- Vous ne pouvez pas parler
- Vous ne pouvez pas prendre les morceaux de quelqu'un d'autre
- Vous ne pouvez pas demander, même par geste, que quelqu'un vous donne un morceau
- Vous pouvez uniquement donner des morceaux aux autres participantes/participants et en recevoir des autres participantes/participants »

Demandez-leur s'ils/elles ont des questions avant de commencer.

**Assembler les casse-têtes (10 min)**

Invitez-les à ouvrir une des enveloppes et à assembler rapidement leur casse-tête en suivant les consignes.

Surveillez-les pour vous assurer qu'ils et elles suivent les consignes.

Terminez l'activité en petit groupe quand tout le monde a fini d'assembler son casse-tête, ou au bout de 10 minutes.

**Discussion (10 min)**

Demandez aux membres des petits groupes : « *Qu'est-ce qui s'est passé? Comment vous êtes-vous senti/sentie? Quelles difficultés avez-vous rencontrées?* »

Demandez aux observateurs et observatrices ce qu'ils et elles ont remarqué.

Demandez : « *Qu'est-ce qui aurait changé si vous aviez pu communiquer?* »

En prenant appui sur les commentaires des gens, soulignez l'importance de la communication, du soutien mutuel et des attitudes à adopter dans le travail en commun.

Faites un lien avec le travail communautaire auquel les participantes et participants prennent part, en soulignant l'importance de remarquer les besoins des autres aussi bien que ses propres besoins.

Source: Alforja, *Técnicas Participativas para la Educación Popular*, Tomo I, San Jose, Costa Rica, 1988.



# La roue de la diversité

**OBJECTIF :** Se servir de notre expérience pour apprendre à mobiliser des gens d'une diversité d'antécédents.

**DURÉE : 30 MINUTES**

**QUAND L'UTILISER :**

- Lorsqu'un groupe veut inclure une plus grande diversité d'individus du quartier.

**FOURNITURES :**

- Tableau papier, papier-cache et marqueurs.
- Stylos (un par personne).
- Le document *La roue de la diversité*.

**DÉROULEMENT :**

**Introduire la roue de la diversité (5 min)**

Dites au groupe qu'avant de parler de mobiliser les autres, tout le monde va examiner ses propres expériences de plus près.

Distribuez des stylos et des copies de *La roue de la diversité*.

Expliquez que cette roue comprend différents facteurs sociaux qui reflètent nos expériences de vie. Certains et certaines d'entre nous auront vécu un facteur social donné comme un avantage, alors que d'autres l'auront vécu comme un désavantage. Dans certains cas, il se peut qu'un facteur social soit un avantage à un moment donné de notre vie et un désavantage à un autre moment. Par exemple, l'âge : à une certaine époque, j'ai considéré ma jeunesse comme un désavantage, mais en vieillissant, mon âge est devenu un avantage parce qu'on m'écoute et me respecte plus. (Utilisez un exemple de votre propre vie.)

**Réflexion sur notre propre expérience (5 min)**

Passez en revue les facteurs sociaux. **Soulignez** ceux qui vous ont donné un **avantage**. **Encerclez** ceux qui vous ont été **désavantageux**. Il n'est pas nécessaire de les marquer tous.

**Conseil :** Il est important de leur permettre de ne pas tout souligner ou encercler, puisqu'il peut y avoir certains facteurs sociaux dont certaines personnes ne veulent pas parler. Sans doute vous demandera-t-on si un même facteur peut être souligné et encerclé; dites-leur que oui.

Pour aider les participantes et les participants à se rappeler ces instructions, écrivez sur le tableau papier :

- Avantage
- Désavantage – encercler

Donnez-leur deux minutes pour placer leurs marques.

### **Conversations à deux (5 min)**

Invitez les participantes et les participants à discuter deux par deux des facteurs sociaux de leur choix dans la roue de la diversité.

### **En grand groupe, poser les questions suivantes : (10 min)**

« *Qu'avez-vous remarqué?* »

Soulevez le fait que posséder des avantages permet à certaines personnes d'avoir un meilleur accès aux ressources, au pouvoir et à la prise de décisions.

« *Comment peut-on utiliser nos avantages pour attirer les gens et les inciter à s'engager?* »

« *Comment ces désavantages peuvent-ils affecter la capacité des gens à s'engager dans notre groupe/organisation?* »

« *Qui est absent de notre groupe?* » (Écrivez sur le tableau papier.)

**Note :** Si votre groupe vise à rassembler des membres précis de la population (p. ex. les femmes, les personnes âgées, les Autochtones, les jeunes somalis), reconnaissez ce fait en cherchant qui est absent. Par exemple, quelles femmes, ou quelles personnes âgées sont absentes?

« *Comment notre groupe bénéficierait-il de leur présence?* » (Écrivez sur le tableau papier.)

### **Passer à l'action (5 min)**

Demandez : « *Que pouvons-nous faire pour les inclure?* » (Écrivez sur le tableau papier.)

Mentionnez qu'il s'agit d'une liste d'actions que le groupe peut entreprendre, et que la liste demeurera à la disposition du groupe pour permettre un suivi.

Source: *Tisser des fibres d'inclusion : Guide de facilitation à l'échelle communautaire*, IVTF, 2012



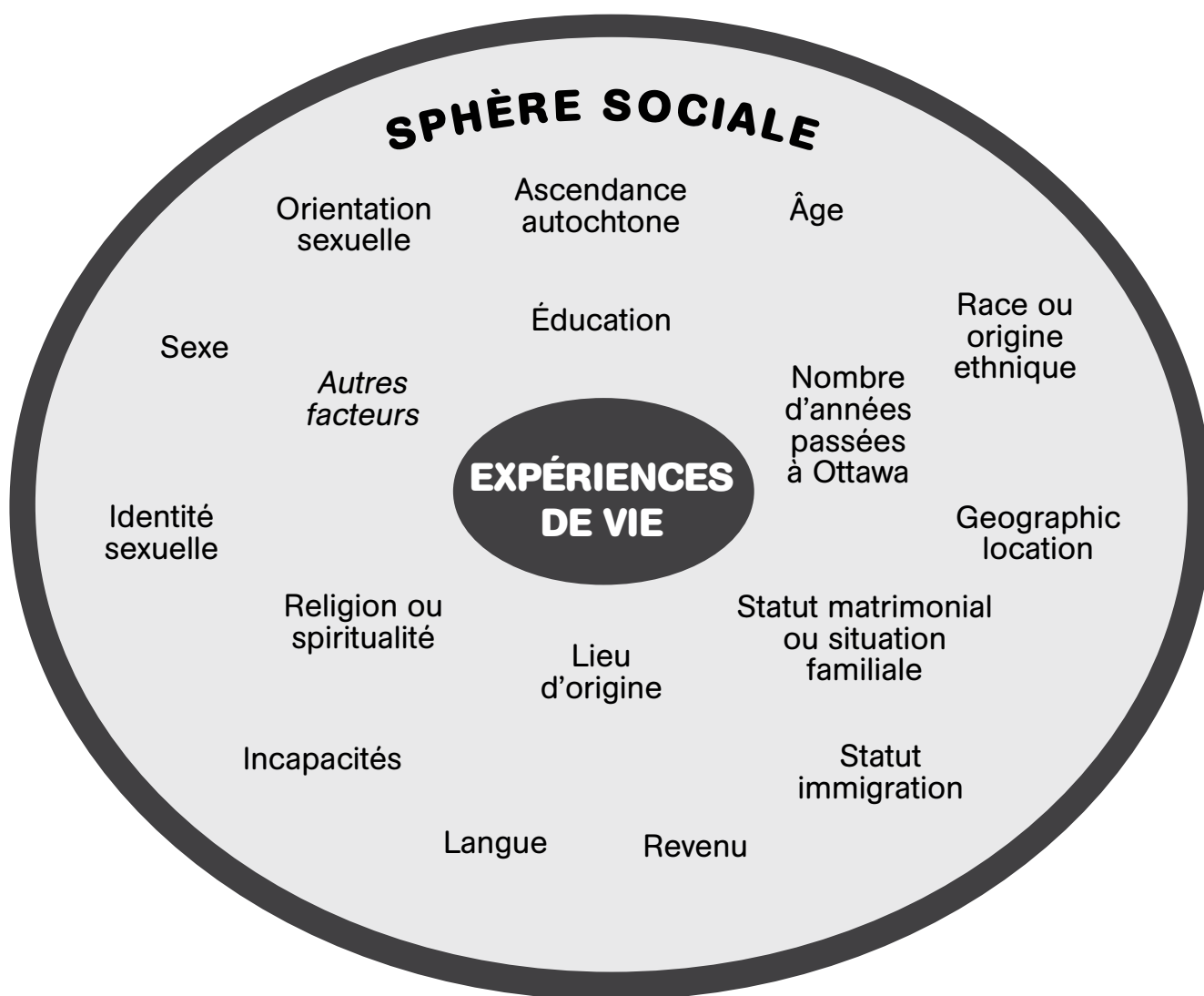
# Réfléchir à votre diversité

Cette roue comprend différents facteurs sociaux qui ont une incidence sur nos expériences de vie. Certains d'entre nous auront vécu un facteur social donné comme un **avantage**, alors que d'autres l'auront vécu comme un **désavantage**.

Dans certains cas, il se peut qu'un facteur social soit un avantage à un moment donné de notre vie et un désavantage à un autre moment.

**Soulignez ceux qui ont représenté un avantage** pour vous. **Encerclez ceux qui ont représenté un désavantage**. Il n'est pas nécessaire de les marquer tous.

## LA ROUE DE LA DIVERSITÉ



Source: *Optique d'équité et d'inclusion : Guide de l'utilisateur*. Initiative : une ville pour toutes les femmes (IVTF) et Ville d'Ottawa, Ottawa, Canada, 2010

# Exercice : La sculpture vivante

**OBJECTIF :** Voir comment nous pouvons produire un changement.

## **QUAND L'UTILISER :**

Quand un groupe veut prendre des mesures pour remédier à une difficulté, mais ne sait pas par où commencer.

## **DURÉE : 35 MINUTES**

**Note:** Cet exercice peut se faire en moins de temps si les membres du groupe ont l'habitude de travailler ensemble et connaissent bien la question. Par exemple, dans un atelier de jeunes leaders, quelques participants se sont portés volontaires pour jouer le rôle des policiers et les autres ont joué le rôle des jeunes. Ils/elles ont adopté une pose représentant leur relation actuelle, puis une autre évoquant la relation qu'ils aimeraient entretenir. En 20 minutes, ils ont cerné les éléments à améliorer dans les relations entre jeunes et policiers.

## **FOURNITURES :**

- Tableau papier, marqueur, papier-cache.
- 10 feuilles blanches.

## **DÉROULEMENT :**

### **Identifier les acteurs (5 min)**

Expliquez aux participants et participantes que nous allons nous amuser à créer une sculpture grandeur nature dont nous ferons partie. Mais d'abord, nous devons décider qui inclure dans notre sculpture. Demandez : « *Qui a du pouvoir sur ce qui arrive dans le quartier (ou sur la question que vous traitez)?* » Notez les acteurs nommés sur le tableau papier. Ajoutez ceux qui ont été omis, en veillant à inclure les joueurs clés comme quelques leaders locaux ou des organisations communautaires. Cette liste peut comprendre des agences, des fournisseurs de services, la conseillère municipale/le conseiller municipal, le député, les médias, des promoteurs.



Une fois que vous avez dressé votre liste, choisissez entre huit et dix acteurs clés, dont deux résidentes/ résidents ou organisations communautaires. Inscrivez leurs noms en grosses lettres sur des feuilles individuelles.

### **Installer la sculpture (5 min)**

Placez une chaise au milieu de la salle et expliquez qu'elle représente le quartier (ou la difficulté). Distribuez les feuilles de papier comportant les noms des acteurs à des volontaires et demandez-leur de coller leur feuille sur leur poitrine avec du papier-cache. S'il y a des personnes à mobilité réduite dans le groupe, vous pouvez les aider à ajuster leur rôle de façon à participer quand même. Si certains participants ou participantes ne font pas partie de la sculpture, demandez-leur d'agir comme observateurs et observatrices.

### **Sculpter la situation actuelle (5 min)**

Demandez aux volontaires de se positionner par rapport à la chaise, un à la fois, en adoptant une pose qui exprime leur lien avec l'enjeu à l'étude. Si leur posture n'est pas claire, aidez-les à mieux la façonner. Continuez jusqu'à ce que tout le monde ait pris position autour de la chaise.

Demandez aux observateurs et observatrices de communiquer ce qu'ils et elles voient. Si tout le groupe fait partie de la sculpture, demandez aux gens de regarder autour d'eux. Vous pouvez poser les questions suivantes : « *Qui détient le pouvoir? De quelle nature est ce pouvoir?* »

« *Qu'est-ce qui nous empêche d'atteindre notre but?* »

### **Sculpter le changement (10 min)**

Expliquez au groupe que vous allez maintenant modifier la sculpture pour représenter une transition vers un changement positif.

Demandez aux observateurs et observatrices (ou aux acteurs et actrices, s'il n'y a pas d'observateurs) de donner comme instruction à chaque joueur, en commençant par le résident/la résidente ou l'organisation communautaire, de changer sa position par rapport au quartier (ou à la difficulté) de façon à amener un changement positif. Par respect pour l'espace personnel de chacun, un observateur peut démontrer la nouvelle posture qu'il ou elle veut voir en adoptant la pose, en tirant sur une corde imaginaire comme sur la corde d'une marionnette, ou simplement en remplaçant l'actrice ou l'acteur.

Une fois que tout le monde a changé de position, demandez au groupe ses nouvelles observations.

### **Tirer des conclusions (5 min)**

Terminez la sculpture : Mentionnez aux gens qu'ils et elles n'ont plus à jouer de rôle. Invitez-les à se dégourdir puis à retourner s'asseoir.

Demandez : « *Qu'est-ce que cela nous apprend sur la façon d'apporter un changement?* » Notez qu'en reconnaissant que nous avons le pouvoir de travailler collectivement, nous avons davantage de possibilités d'opérer un changement.

« *Qui sont nos alliées et alliés potentiels?* »

### **Récapitulation (5 min)**

Invitez tout le monde à compléter la phrase :

« *Nous pouvons créer le changement que nous souhaitons, si nous...* »

# La carte du temps

**OBJECTIF :** Identifier des opportunités de changement en réfléchissant à ce qui influence notre quartier.

## **QUAND L'UTILISER :**

Quand un groupe de résidents et résidentes aurait avantage à élargir sa compréhension des facteurs qui influencent leur(s) quartier(s) ou d'une question que le groupe veut aborder.

## **DURÉE : 50 MINUTES**

## **PRÉPARATION ET INSTALLATION :**

- Lorsque vous vous préparez à faciliter la carte du temps, prenez en compte les facteurs sociopolitiques actuels qui influencent le quartier ou la question que le groupe souhaite aborder. Choisissez trois zones d'influence; nos suggestions sont le quartier, la Ville et le domaine provincial-fédéral, mais vous pouvez utiliser d'autres sphères en fonction de la question à l'étude.
- Il peut être très utile de faire l'exercice vous-même (ou avec d'autres) pour voir quelles possibilités en émergent.
- Affichez la carte du temps au mur avant l'atelier, avec le but du groupe comme titre.

## **FOURNITURES :**

- Tableau papier, marqueurs, papier-cache
- Une carte du temps, dessinée sur une grande feuille de papier pour bannières ou sur deux tableaux papier installés côte à côte
- Dessinez trois cercles concentriques et inscrivez dans chacun d'eux l'une des zones (p. ex., quartier, municipal, au-delà). Dans le haut de la page, inscrivez le but visé en guise de titre (p. ex. Un quartier solide); à la gauche du titre écrivez « ENTRAVER » et à la droite, « SOUTIEN »
- Écrivez le nom des trois zones choisies sur trois feuilles de papier
- 20 cartes bleues (inscrivez « SOUTIEN » au verso)
- 20 cartes vertes (inscrivez « ENTRAVER » au verso)
- Cartes bleues et vertes comportant les faits essentiels que vous avez sélectionnés; prenez soin d'en avoir dans les deux catégories (« SOUTIEN » et « ENTRAVER »)
- Pour chaque participant et participante, un morceau de papier portant l'inscription : Nous pouvons produire le changement que nous souhaitons, si nous \_\_\_\_\_
- Stylos

## **DÉROULEMENT :**

### **Expliquer l'activité (5 min)**

Désignez la carte du temps affichée au mur et qui a pour titre le but que le groupe désire atteindre (p. ex. Un quartier solide). Indiquez les trois cercles concentriques qui sont étiquetés en fonction des zones les plus pertinentes au sujet à l'étude (p. ex. à l'échelle du quartier, municipal, provincial-fédéral).

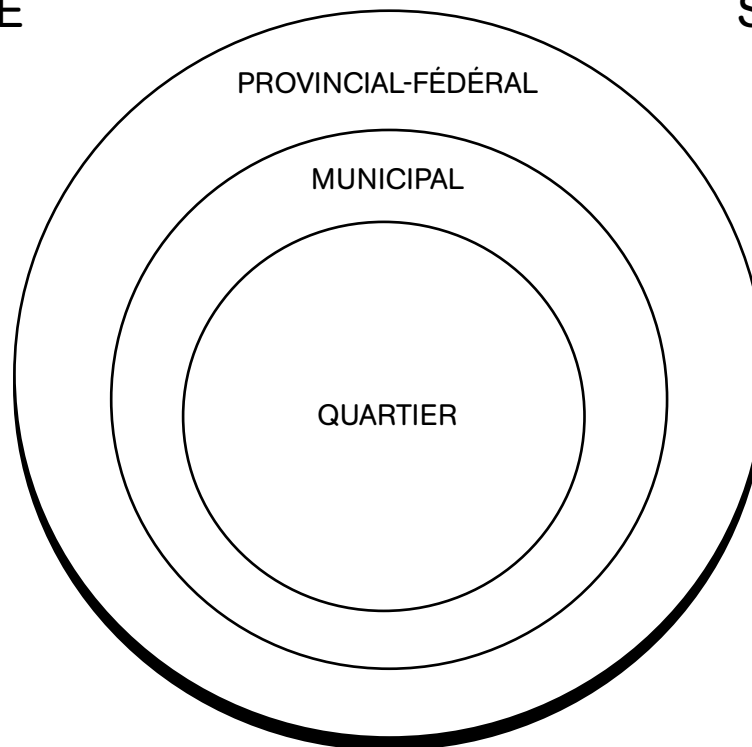
Expliquez au groupe qu'il s'agit d'une carte du temps. Chaque jour, le temps qu'il fait a une influence sur ce qui nous arrive. Est-ce que le soleil brille? Est-ce qu'il fait froid? Est-ce qu'il pleut? Ces situations sont comme les forces qui nous entourent et qui affectent notre quartier (ou la question à l'étude). Si nous prenons le temps de consulter la météo, ou d'observer ce qui se passe autour de nous présentement, nous pourrions mieux concevoir les possibilités de changement.

**Conseil :** Si le groupe vient de terminer l'atelier *Renforcer notre quartier* ou l'atelier *Planifier des actions*, vous pouvez leur faire remarquer que la météo affectera la croissance de l'arbre ou votre voyage en autobus.

# UN QUARTIER SOLIDE

ENTRAVE

SOUTIENT



## En petits groupes (20 min)

Divisez le groupe en trois sous-groupes, un pour chacune des zones. Autant que possible, faites travailler chaque individu dans la zone qui l'intéresse le plus. Une façon d'y arriver est d'afficher le nom des trois zones dans différentes parties de la salle, d'inviter les gens à se diriger vers celle qui les intéresse, puis de demander à des volontaires de changer de place afin d'obtenir une bonne distribution entre les trois zones.

Expliquez-leur que chaque petit groupe doit dégager les événements courants qui « SOUTIENNENT » ou bien qui « ENTRAVENT » l'accomplissement du but à l'échelle de la zone choisie. Donnez à chaque groupe trois cartes bleues (qui « SOUTIENNENT ») et trois cartes vertes (qui « ENTRAVENT »). Informez-les qu'ils et elles ont 15 minutes pour accomplir la tâche. Déplacez-vous entre les groupes pour aider au besoin.

## En grand groupe – Remplir la carte du temps (15 min)

Chaque sous-groupe présente ses cartes et les affiche dans le cercle correspondant à sa zone, sous l'entête « SOUTIENT » ou « ENTRAVE ».

Si vous jugez que des cartes supplémentaires sont nécessaires pour compléter la compréhension des tendances actuelles qui soutiennent et qui entravent la situation, ajoutez-les. Si vous traitez de quartiers solides, vous pourriez avoir les cartes suivantes :

- (Municipal) Les gouvernements municipaux ont de plus grandes responsabilités qu'avant relativement aux services, mais des fonds insuffisants – ENTRAVE
- (Municipal) CDC/Les fournisseurs de services appuient l'amélioration du quartier – SOUTIENT
- (Municipal) La conseillère municipale Jama nous appuie (ou ne nous appuie pas) sur cette question – SOUTIENT (ou ENTRAVE)
- (Municipal ou provincial-fédéral) Des réductions d'impôts signifient une diminution des sommes disponibles pour les programmes sociaux – ENTRAVE
- (Municipal ou provincial-fédéral) Il y aura des élections prochainement – SOUTIENT

## Tirer des conclusions (10 min)

Demandez : « *Qu'est-ce qui vous frappe?* » « *Voyez-vous des liens entre les trois zones?* » (Par exemple, si le gouvernement fédéral ne prévoit pas de nouveaux fonds pour le logement, alors la municipalité n'a pas de nouveaux fonds pour le logement.) « *Pouvons-nous transformer certaines ENTRAVES en SOUTIENS?* » (Si une idée émerge, écrivez-la sur une carte SOUTIEN et affichez-la.)

Quelques points à ajouter :

- Parfois, on peut être amenés à croire que c'est notre faute si nous rencontrons des problèmes. Certes, nous avons tous une part de responsabilité, mais il existe aussi des facteurs contextuels qui contribuent aux problèmes que nous rencontrons.
- Connaître ces forces extérieures peut nous aider à opérer un changement.
- Nous ne sommes pas seuls ou seules pour affronter ces difficultés.
- En examinant ce qui nous « SOUTIEN » , nous pouvons constater qu'il existe des alliés et alliées éventuels et des possibilités de changement.

Demandez : « *Voyez-vous des possibilités de produire du changement? Lesquelles?* »

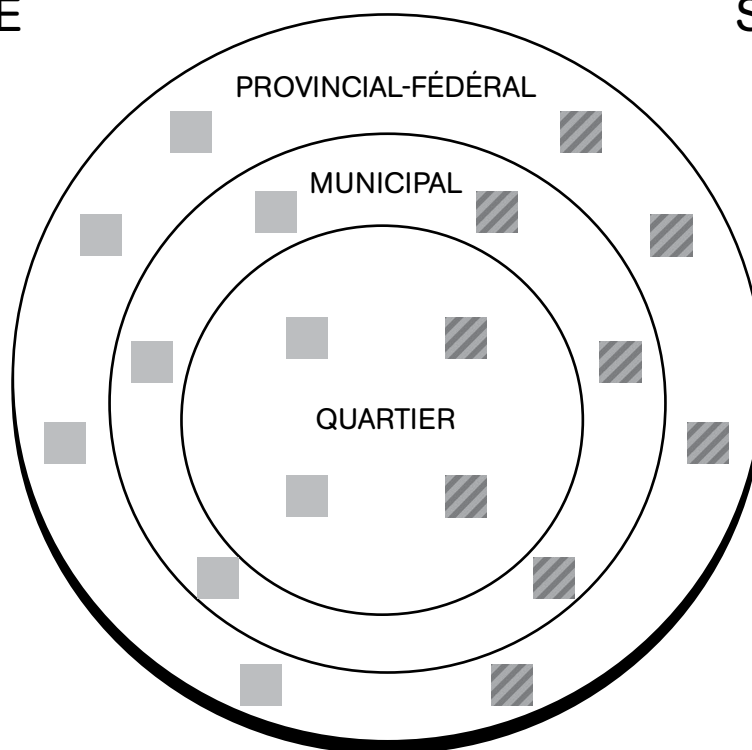
« *Qui sont les alliés et alliées éventuels avec qui nous pourrions collaborer?* »

« *Selon vous, par où pouvons-nous commencer?* » Notez sur le tableau papier les idées d'actions futures.

## UN QUARTIER SOLIDE

ENTRAVE

SOUTIEN



Source de l'image : *Naming the Moment – Political Analysis for Action, A Manual for Community Groups.*  
Debra Barndt, Jesuit Centre for Social Faith and Justice. Janvier 1991



# Les ateliers

Renforcer notre quartier

Amener les gens du quartier  
à s'engager

Faire circuler notre message  
dans le quartier

Établir des liens positifs entre  
les gens du quartier

Prendre soin de soi et prendre soin  
des uns des autres

Défendre les intérêts de la communauté

Des réunions agréables et efficaces

Travailler ensemble

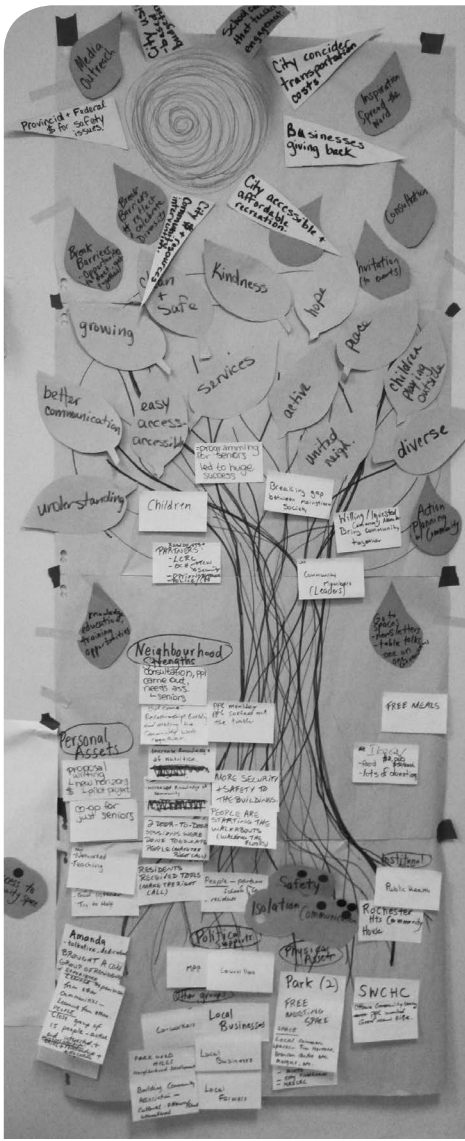
Planifier des actions

# Aperçu des ateliers

ATELIER	OBJECTIFS	QUAND L'UTILISER	PAGE
<b>RENFORCER NOTRE QUARTIER</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Comprendre les difficultés principales dans notre quartier</li> <li>- Reconnaître les forces dont dispose notre quartier pour affronter ces difficultés</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Un groupe veut comprendre les difficultés et les forces présentes dans son quartier et commencer à planifier les moyens d'affronter ces difficultés</li> </ul>	35
<b>AMENER LES GENS DU QUARTIER À S'ENGAGER</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Explorer des moyens de faire participer les gens aux activités du quartier</li> <li>- Échanger sur des façons de mettre à profit les compétences des gens de notre quartier</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Les membres d'un groupe souhaitent faire participer davantage de gens pour affronter des difficultés ou pour organiser des activités</li> <li>- Un groupe veut comprendre comment faire en sorte que les gens demeurent engagés</li> <li>- Peut servir de premier atelier dans la série de huit</li> </ul>	43
<b>FAIRE CIRCULER NOTRE MESSAGE DANS LE QUARTIER</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Examiner les façons dont les gens du quartier aiment recevoir de l'information.</li> <li>- Attirer différentes personnes aux activités du quartier ou les amener à aider dans la planification de ces activités.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Une fois que le groupe a décidé d'un projet ou d'une activité qu'il veut promouvoir dans la communauté</li> <li>- Peut suivre l'atelier « Amener les gens du quartier à s'engager » afin de mieux identifier les groupes cibles et comment les joindre</li> </ul>	51
<b>ÉTABLIR DES LIENS POSITIFS ENTRE LES GENS DU QUARTIER</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Devenir plus à l'aise avec le conflit</li> <li>- Élaborer des outils et acquérir des compétences pour réduire le conflit et favoriser des liens positifs entre les gens de notre quartier</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Un groupe veut s'améliorer en matière de résolution de conflit</li> </ul>	61
<b>PRENDRE SOIN DE SOI ET PRENDRE SOIN LES UNS DES AUTRES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Comprendre comment prendre soin de soi tout en œuvrant pour le changement dans son quartier</li> <li>- S'appuyer mutuellement pour élaborer un plan d'autogestion de la santé</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Un groupe veut connaître des façons de prendre soin de soi et de prendre soin les uns des autres tout en œuvrant pour le changement dans leur quartier</li> <li>- Seuls quelques individus assument la plus grande part du travail de changement dans leur quartier, et ont besoin de prendre soin d'eux-mêmes</li> <li>- Des individus et des groupes souhaitent fixer des limites afin de maintenir leur énergie</li> </ul>	71

# Aperçu des ateliers (suite)

ATELIER	OBJECTIFS	QUAND L'UTILISER	PAGE
<b>DÉFENDRE LES INTÉRÊTS DE LA COMMUNAUTÉ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Explorer notre puissance individuelle et collective</li> <li>– Développer la confiance afin d'aborder nos difficultés de façon efficace</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Des résidents et résidentes veulent remédier à une difficulté, mais ne sont pas sûrs comment s'y prendre ou manquent de confiance</li> <li>– Les individus ne se rendent pas compte du potentiel de la puissance collective</li> </ul>	83
<b>DES RÉUNIONS AGRÉABLES ET EFFICACES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Explorer des façons de rendre les réunions agréables, efficaces et inclusives</li> <li>– Renforcer nos compétences en matière de présidence et d'organisation de réunions</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Les leaders (actuels et émergents) ont besoin de soutien pour tenir des réunions menant au changement positif</li> </ul>	107
<b>TRAVAILLER ENSEMBLE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Comprendre les divers outils et approches de prise de décision</li> <li>– Explorer le but collectif d'un groupe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Pour explorer le but collectif d'un groupe</li> <li>– Un groupe cherche de l'information sur les approches et les outils de prise de décision</li> </ul>	121
<b>PLANIFIER DES ACTIONS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Élaborer un plan pour traiter d'une préoccupation dans notre quartier</li> <li>– Renforcer nos compétences en vue d'élaborer un plan d'action</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Un groupe de résidentes et résidents chargé d'une question particulière</li> <li>– Un groupe veut s'entendre sur un plan de travail pour une proposition de financement</li> <li>– Un comité peut être formé pour intégrer les idées tirées de cet atelier à un plan d'action, puis en faire un rapport au groupe</li> <li>– Avec un groupe de résidentes et résidents qui se rencontrent de temps en temps pour essayer de cerner leurs difficultés</li> </ul>	129



## Renforcer notre quartier

### Objectifs :

**DURÉE : 90 MINS**

- Comprendre les difficultés principales dans notre quartier.
- Reconnaître les forces dont dispose notre quartier pour affronter ces difficultés.

### Quand l'utiliser :

- Quand un groupe veut comprendre les difficultés et les forces présentes dans son quartier et commencer à planifier les moyens d'affronter ces difficultés.

### Préparation et installation :

- Découpez 20 pierres (une ou deux par personne) dans du papier doré, des feuilles vertes, des gouttes de pluie bleues, et un soleil et ses rayons dans du papier jaune vif.
- Faites le dessin d'un arbre brun (racines, tronc et branches) sur du papier de 90 cm sur 60 cm.
- Affichez l'arbre au mur avant le début de l'atelier. Affichez le soleil et ses rayons à côté de l'arbre.
- Trouvez une histoire à conter (Activité 2).

### Fournitures :

- Feuilles de tableau papier, papier-cache, stylos, bâtons de colle
- Un crayon-feutre brun et deux noirs
- Le dessin d'un arbre comprenant les racines, le tronc et les branches
- Papier jaune vif pour découper le soleil et ses rayons
- Papier doré pour découper les 20 pierres
- Feuilles de papier (Activité 2)
- Tableau papier comportant les questions (Activité 2)
- Feuilles autocollantes de couleurs vives, environ 10 par personne (Activité 2)
- Petits cercles autocollants (Activité 4)
- Papier vert pour découper les feuilles, deux par personne (Activité 5)
- Papier bleu pour découper les gouttes de pluie, assez grandes pour que les gens y écrivent une phrase que l'on pourra lire, une par personne (Activité 6)

### Document à distribuer :

- *Formulaire d'évaluation des participantes et participants* (Annexe C) (Activité 7)

## FEUILLE DE TRAVAIL DE COFACILITATION : RENFORCER NOTRE QUARTIER

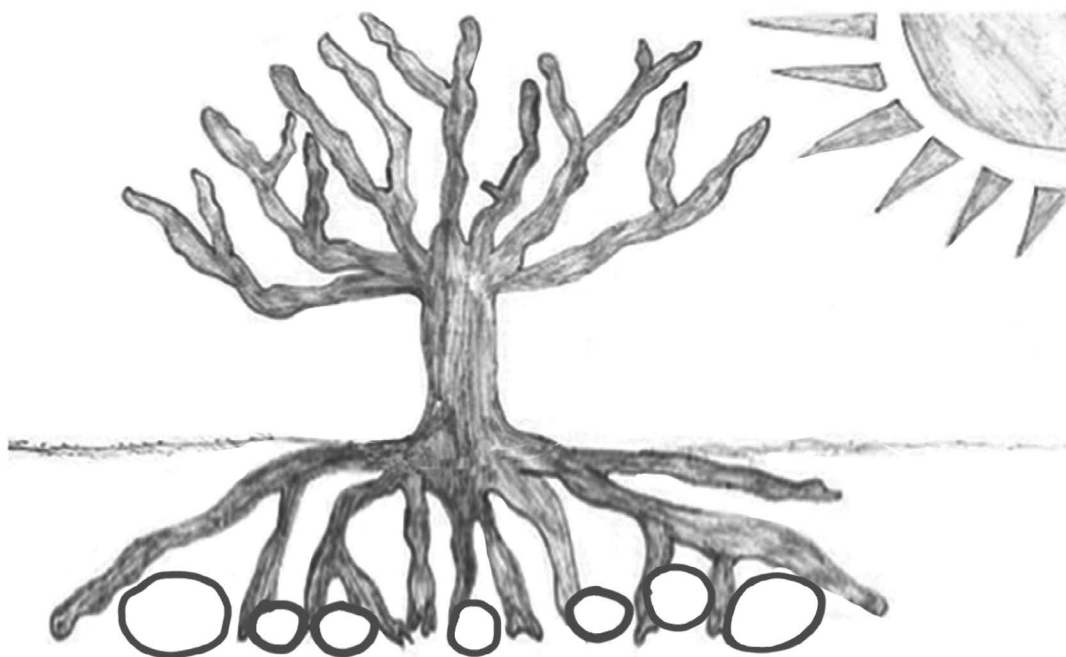
OBJECTIFS	ACTIVITÉ	FOURNITURES	RÔLES
Accueillir tout le monde et introduire le thème <b>5 min</b>	<b>Activité 1 : Accueil</b> – Présentations – Ce que les gens espèrent apprendre	– Tableau papier et crayons-feutres	
Faire l'inventaire des atouts des participants et participantes/du quartier <b>30 min</b>	<b>Activité 2 : Nos forces</b> – Les membres du groupe échangent sur leurs forces – Afficher les réponses sur les racines de l'arbre	– Tableau papier avec questions – Dessin d'un arbre avec des racines et pierres dorées – Feuilles auto-collantes de couleurs vives	
Cerner les difficultés du quartier <b>20 min</b>	<b>Activité 3 : Les difficultés du quartier</b> – Remue-méninge sur les préoccupations; écrire les réponses sur les pierres – Pourquoi ces questions ont-elles de l'importance?	– Crayons-feutres	
Faire correspondre nos forces aux difficultés à affronter <b>15 min</b>	<b>Activité 4 : Faire correspondre nos forces à nos difficultés</b> – Utiliser les cercles pour voter sur les questions prioritaires – Faire correspondre les atouts qui peuvent servir à affronter des situations difficiles	– Cercles autocollants	
Réfléchir aux résultats si on affronte les difficultés; être inspirés <b>5 min</b>	<b>Activité 5 : Prédire les résultats</b> – Résultats quand les difficultés sont affrontées – Écrire sur les feuilles et les afficher sur les branches de l'arbre	– Feuilles vertes	
Actions du groupe pour affronter les difficultés <b>10 min</b>	<b>Activité 6 : Passer à l'action</b> – Écrire les prochaines étapes sur les gouttes de pluie – Écrire sur les rayons de soleil ce que les systèmes peuvent fournir	– Gouttes de pluie bleues – Soleil et ses rayons	
Évaluer l'atelier <b>5 min</b>	<b>Activité 7 : Évaluation</b> – Distribuer et faire remplir le <i>Formulaire d'évaluation des participantes et participants</i> (Annexe C)	– Document : <i>Formulaire d'évaluation des participantes et participants</i>	

## ACTIVITÉ 1 : Accueil – 5 min

**OBJECTIF :** Accueillir tout le monde et introduire le thème de l'atelier.

### DÉROULEMENT :

- Invitez chaque participante et participant à se présenter et à exprimer, en une phrase, ce qu'il ou elle espère apprendre dans cet atelier.
- Notez les réponses sur le tableau papier et affichez la feuille au mur pour pouvoir vous y référer tout au long de l'atelier.
- Désignez le dessin de l'arbre affiché au mur et informez le groupe qu'ensemble, vous allez utiliser l'image pour examiner la manière dont vous renforcez votre quartier.



## ACTIVITÉ 2 : Nos forces – 30 min

**OBJECTIF :** Faire l'inventaire des forces des participantes et participants/du quartier.

### DÉROULEMENT :

#### • **Activité individuelle (10 min)**

Installez le tableau papier comportant les questions : *Qu'avez-vous fait? Quelles forces y avez-vous apportées : compétences et habiletés? Avec qui avez-vous travaillé? Quels ont été les résultats?*

Distribuez des feuilles de papier et demandez à chaque individu de se remémorer une situation individuelle ou de groupe où il ou elle a contribué de façon positive à la collectivité.

Pour les aider à démarrer, contez brièvement votre propre histoire d'une situation où vous avez contribué à la collectivité de façon positive. Soulignez ce que vous avez fait; les forces, les compétences ou les habiletés que vous avez apportées; les gens avec qui vous avez travaillé et leurs contributions; et les résultats.

Revenez aux questions sur le tableau papier et invitez chaque personne à décomposer son histoire en dessinant ou en écrivant ses idées sur sa feuille.

- **En groupes de deux (5 min)**

Donnez trois feuilles autocollantes de couleurs vives à chaque personne.

Demandez aux participantes et participants de se jumeler et d'échanger leurs histoires avec leur partenaire. Dites-leur de s'entraider pour identifier trois forces, individuelles ou au sein du groupe de leur histoire. Demandez à chaque personne d'écrire une force clé sur trois feuilles autocollantes – trois forces au total.

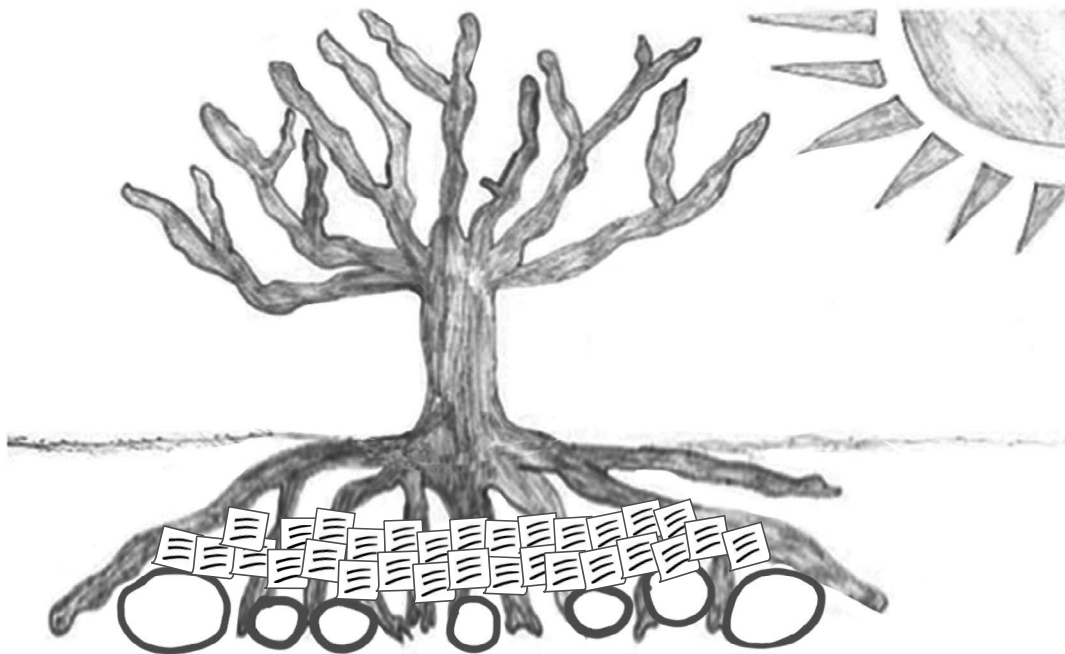
- **En grand groupe, nommer les forces (10 min)**

De retour en grand groupe, chaque personne raconte l'histoire de son ou sa partenaire et nomme les trois forces inscrites sur les feuilles autocollantes en les plaçant sur les racines de l'arbre.

Soulignez le fait que nous sommes en train de mettre à profit tous les atouts et toutes les forces de la communauté.

- **Réflexion (5 min)**

Après que tout le monde a fini de parler, demandez : « *Est-ce que quelque chose vous a sauté aux yeux ou surpris?* »





## ACTIVITÉ 3 : Les difficultés du quartier – 20 min

**OBJECTIF :** Cerner les difficultés présentes dans notre quartier.

### DÉROULEMENT :

- **Identifier les difficultés et les préoccupations (5 min)**

Faites un remue-méninge avec le groupe pour répondre à la question suivante : « Quelles difficultés et préoccupations y a-t-il dans notre quartier? » Inscrivez les réponses sur les pierres affichées parmi les racines de l'arbre.

- **En groupes de deux (5 min)**

Invitez chaque personne à se lever et à trouver quelqu'un dans la salle avec qui discuter de l'importance de ces questions.

- **Cerner les difficultés prioritaires (10 min)**

Invitez chaque participante et participant à prendre trois cercles autocollants et à les coller sur les difficultés/pierres qui ont le plus d'importance à leurs yeux. Les trois difficultés/pierres où il y a le plus de cercles sont les difficultés prioritaires. Déplacez-les afin qu'elles soient parmi les racines, juste à la base du tronc.



## ACTIVITÉ 4 : Faire correspondre nos forces à nos difficultés – 15 min

**OBJECTIF :** Faire correspondre les forces aux difficultés que nous voulons affronter.

### DÉROULEMENT :

- **Faire correspondre nos forces à nos difficultés (10 min)**

En grand groupe, référez-vous aux atouts écrits sur les feuilles autocollantes affichées sur les racines de l'arbre. Demandez aux participantes et participants de faire correspondre les atouts écrits sur les racines aux trois difficultés prioritaires inscrites sur les pierres à la base du tronc d'arbre, et de réfléchir aux atouts/forces qui pourraient servir à affronter chacune de ces difficultés. (5 min)

Tirez des lignes entre les racines (atouts/forces) et les trois pierres (difficultés prioritaires).

Inscrivez les atouts/forces qui correspondent aux trois difficultés/pierres sur les branches de l'arbre. Dessinez des lignes le long du tronc d'arbre pour représenter l'énergie qui circule depuis les atouts/forces sur les racines jusqu'aux atouts/forces sur les branches. Demandez aux participantes et participants : « Y a-t-il d'autres atouts/forces à ajouter aux branches? » (5 min)

- **Résumer (5 min)**

Demandez au groupe : « Est-ce que quelque chose vous a sauté aux yeux ou surpris? », « Avez-vous vu des tendances? » et « Manquait-il quelque chose? »

## ACTIVITÉ 5 : Prédire les résultats – 5 min

**OBJECTIF :** Faire en sorte que les participantes et participants continuent à réfléchir aux résultats éventuels si les difficultés sont affrontées et demeurent motivés à aller de l'avant.

### DÉROULEMENT :

- Donnez une ou deux feuilles à chaque participante et participant.
- Demandez au groupe : « Si, d'un coup de baguette magique ou d'un claquement de doigts, nous pouvions améliorer les situations difficiles dans notre quartier, que verriez-vous? En un mot, quels seraient les résultats? »
- Demandez aux participantes et participants de noter leurs réponses en un mot et d'afficher leurs feuilles dans l'arbre.



## ACTIVITÉ 6 : Passer à l'action – 10 min

**OBJECTIF :** Réfléchir aux actions que les participantes et participants peuvent entreprendre pour affronter les difficultés.

### DÉROULEMENT :

- **Décider des prochaines étapes – gouttes de pluie (5 min)**

Donnez une goutte de pluie à chaque participante et participant.

Passez en revue ce que vous avez fait jusqu'à présent : les forces, les difficultés et les résultats recherchés.

Invitez chaque personne à écrire, sur sa goutte de pluie, une prochaine étape à laquelle le groupe devrait passer pour affronter les situations difficiles.

Chaque individu lit ce qu'il ou elle a écrit puis l'affiche à côté de l'arbre.

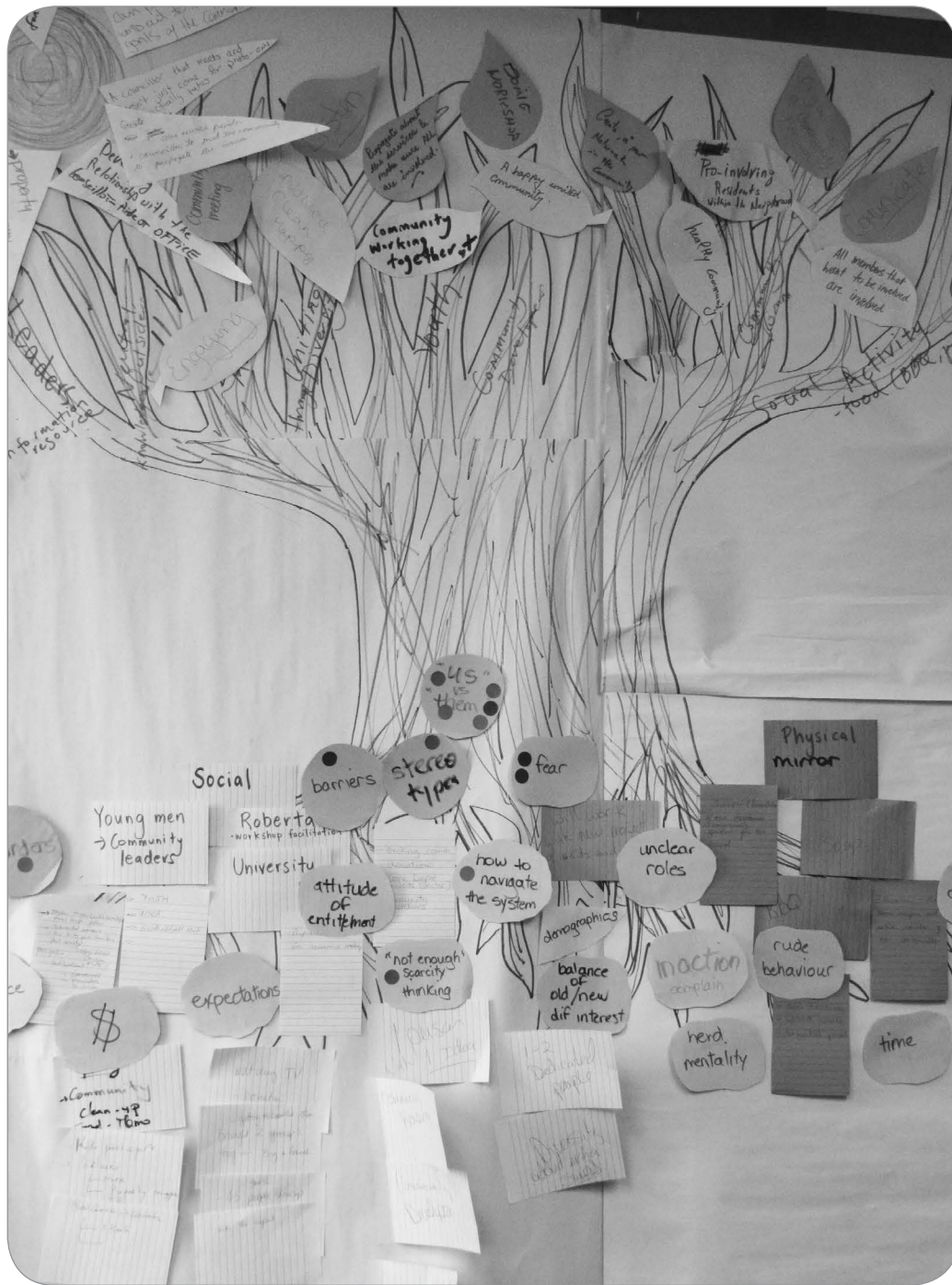
- **Identifier le rôle des fournisseurs de services (5 min)**

Désignez le soleil à côté de l'arbre et demandez : « Qu'est-ce que les systèmes (les fournisseurs de services) peuvent nous fournir pour appuyer les prochaines étapes du groupe? » Écrivez les réponses dans les rayons du soleil.

Prenez ces réponses en note pour consultation future et fixez la date de la prochaine rencontre.

**Conseil :** Le groupe voudra peut-être fixer une date pour suivre l'atelier Planifier des actions.





## ACTIVITÉ 7 : Évaluation – 5 min

**OBJECTIF :** Évaluer l'atelier.

**DÉROULEMENT :**

- Distribuez le *Formulaire d'évaluation des participantes et participants* (Annexe C) et demandez-leur de le remplir.

## Amener les gens du quartier à s'engager

### Objectifs :

**DURÉE : 90 MINS**

- Explorer des moyens de faire participer les gens aux activités du quartier.
- Échanger sur des façons de mettre à profit les compétences des gens de notre quartier.

### Quand l'utiliser :

- Quand les membres d'un groupe souhaitent faire participer davantage de gens de leur quartier pour affronter des difficultés et des préoccupations ou pour organiser des activités visant à bâtir un quartier solide.
- Avec un groupe qui souhaite comprendre comment faire en sorte que les gens demeurent engagés et motivés à contribuer à la santé et au bien-être du quartier.
- Peut servir de premier atelier dans la série de huit.

### Fournitures :

- Feuilles de tableau papier, crayons-feutres, stylos
- Balle de laine (Activité 1)
- Feuilles autocollantes (Activité 2)
- Quatre feuilles de papier de couleur pour fabriquer des cartes, chacune portant comme titre un des quatre niveaux d'implication (Activité 4) :
  - AUCUNE IMPLICATION
  - SORTIR (parler aux voisins, se rendre à une activité comme un barbecue, un repas-partage, une journée communautaire de nettoyage)
  - SE JOINDRE À UN GROUPE/UN PROGRAMME, PARTAGER/PARTICIPER
  - DÉTENIR LES MOYENS DE PLANIFIER ET DE PRENDRE UN RÔLE DE LEADERSHIP
- Fleurs découpées dans du papier de différentes couleurs, une par participante/participant (Activité 5)
- Dessin d'un parc : un cercle duquel partent quatre sentiers menant à des maisons (Activité 5)
- Une ou deux maisons (selon la taille du groupe) et une institution/organisation en papier, avec chacune un toit, une grande porte et des fenêtres (Activité 5)
- Tableau papier comportant les instructions (Activité 5)
- Une petite maison de papier pour chaque participante et participant (Activité 6)

### Documents à distribuer :

- *Conseils pour amener les résidents et résidentes à s'engager* (Activité 3)
- *Formulaire d'évaluation des participantes et participants* (Annexe C) (Activité 7)

## FEUILLE DE TRAVAIL DE COFACILITATION : AMENER LES GENS DU QUARTIER À S'ENGAGER

OBJECTIFS	ACTIVITÉ	FOURNITURES	RÔLES
Accueillir les gens et présenter le thème de l'atelier <b>5 min</b>	<b>Activité 1 : Accueil et présentations</b> – Accueil et introduction du thème de l'atelier	– Tableau papier	
Constater que nous sommes liés <b>10 min</b>	<b>Activité 2 : La toile</b> – Ce que les gens espèrent tirer de l'atelier	– Balle de laine	
Explorer pourquoi et comment les gens s'impliquent dans la communauté <b>20 min</b>	<b>Activité 3 : Conter son histoire</b> – Pourquoi et comment les gens s'impliquent dans leur communauté	– Feuilles autocollantes – Document : <i>Amener les gens à s'engager</i> – Tableau papier et stylos	
Réfléchir à notre propre implication dans le but de cerner les obstacles et les circonstances opportunes <b>10 min</b>	<b>Activité 4 : Niveaux d'implication</b> – Niveaux d'implication – Obstacles à la participation	– Feuilles de niveau d'implication à mettre par terre – Tableau papier et crayons-feutres	
Explorer des moyens d'amener les gens à s'impliquer dans nos quartiers <b>30 min</b>	<b>Activité 5 : Visualiser l'implication dans notre quartier</b> – Qui devrait-on amener à s'impliquer, et pourquoi ne le sont-ils pas? – Comment amener les gens à s'impliquer et à demeurer engagés?	– Diagramme de parc/jardin – Maison et organisation en papier	
Plan pour augmenter l'engagement communautaire <b>10 min</b>	<b>Activité 6 : Passer à l'action</b> – Survol des résultats de l'atelier – Trouver des actions concrètes pour engager les résidents et résidentes	– Maisons en papier, une par participante/participant	
Évaluer l'atelier <b>5 min</b>	<b>Activity 7: Évaluation</b> – Distribuer et faire remplir le <i>Formulaire d'évaluation des participantes et participants</i> (Annexe C)	– Document : <i>Formulaire d'évaluation des participantes et participants</i>	

## ACTIVITÉ 1 : Accueil et présentations – 5 min

**OBJECTIF :** Accueillir les gens et introduire le thème de l'atelier.

### DÉROULEMENT :

- Souhaitez la bienvenue à tout le monde.
- Passez en revue les objectifs et le programme de l'atelier.

## ACTIVITÉ 2 : La toile – 10 min

**OBJECTIF :** Constater que nous sommes tous liés.

### DÉROULEMENT :

- Invitez les participantes et participants à former un cercle. Expliquez-leur qu'au cours de cette activité, ils et elles utiliseront une balle de laine pour tisser une toile entre eux.
- Demandez-leur de se présenter et de répondre à la question suivante : « *Qu'est-ce qui vous amène à cet atelier?* » Expliquez-leur que chaque personne doit donner sa réponse à la question ci-dessus en tenant le bout de la laine, puis lancer la balle de laine à quelqu'un d'autre, qui l'attrape et donne à son tour sa réponse à la question.

**Conseil :** Rappelez-leur de continuer à tenir le bout de la laine tout en lançant la balle.

- Et ainsi de suite, jusqu'à ce que tout le monde ait répondu à la questions et lancé la balle de laine. Vous pouvez ensuite renforcer la toile en faisant circuler la balle de laine autour du cercle, en demandant à chaque personne de tenir ce bout de la laine également.
- Demandez aux participants et participantes : « *Que voyez-vous dans cette toile?* »
- Après que tout le monde se soit exprimé, expliquez au groupe qu'en échangeant ainsi nos pensées, nous avons créé une toile.
- Enroulez la laine et faites remarquer aux membres du groupe qu'ils et elles demeurent tous liés par ces échanges, même si la toile se modifie.



## ACTIVITÉ 3 : Conter son histoire – 20 min

**OBJECTIF :** Explorer pourquoi et comment les gens s'impliquent dans leur communauté.

### DÉROULEMENT :

#### • Travail en groupe de deux (10 min)

Demandez aux participantes et participants de se remémorer une expérience satisfaisante d'implication dans leur quartier. Divisez les participants et participantes en groupes de deux et demandez à chaque individu de relater son histoire à son ou sa partenaire en répondant aux questions suivantes : « *Comment vous êtes-vous impliquée/impliqué dans votre quartier?* » et « *Qu'est-ce qui vous a amenée/amené à vous y investir?* »

Donnez à chaque équipe des feuilles autocollantes pour y inscrire leurs réponses.

#### • Réflexion en grand groupe (10 min)

Les partenaires font un compte-rendu au grand groupe et affichent les feuilles autocollantes sur un tableau papier pour que tout le monde les voie.

Demandez aux gens ce qu'ils et elles remarquent. « *Y a-t-il des points communs? Des différences?* »

Distribuez le document *Conseils pour amener les gens à s'engager dans notre quartier* et passez-le en revue avec le groupe pour voir s'il y a quelque chose à ajouter.

## ACTIVITÉ 4 : Niveaux d'implication – 10 min

**OBJECTIF :** Réfléchir à notre propre implication dans le but de cerner les obstacles et les circonstances opportunes.

### DÉROULEMENT :

#### • Debout pour notre niveau d'implication

Placez quatre grandes cartes sur le sol, chacune portant un niveau d'implication :

- AUCUNE IMPLICATION
- SORTIR (parler aux voisins, se rendre à une activité comme un barbecue, un repas-partage, une journée communautaire de nettoyage)
- SE JOINDRE À UN GROUPE, PARTICIPER
- DÉTENIR LES MOYENS DE PLANIFIER ET DE PRENDRE UN RÔLE DE LEADERSHIP

Demandez aux participants et participantes d'aller se placer sur la carte qui représente leur niveau d'implication il y a un an. Observez où les gens sont placés.

Puis invitez-les à aller se placer sur la carte qui représente leur niveau actuel d'implication.

Remarquez les changements dans leur implication. Demandez-leur pourquoi leur implication a changé. (Certaines personnes seront plus impliquées qu'il y a un an, alors que d'autres seront moins impliquées.)

Expliquez que les gens passent d'un stade à l'autre selon leurs circonstances de vie comme les responsabilités familiales, les buts personnels, etc.

#### • Remue-méninge

Demandez au groupe d'aborder les raisons pour lesquelles les gens (eux-mêmes et les autres) se trouvent à différents niveaux d'implication. Vous pouvez poser des questions, par exemple : « *Pourquoi ne vous impliquez-vous pas (ou d'autres personnes ne s'impliquaient-elles pas)?* » et « *Quels obstacles empêchent les gens de s'engager à fond?* »

Inscrivez les réponses sur une feuille de tableau papier intitulée *Obstacles à la participation*.



## ACTIVITÉ 5 : Visualiser l'implication dans notre quartier – 30 min

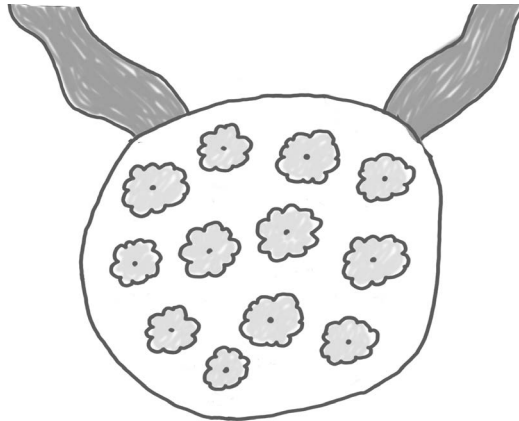
**OBJECTIF :** Explorer des moyens d'amener les gens à s'impliquer dans nos quartiers.

### DÉROULEMENT :

#### • Créer un diagramme (20 min)

Tout d'abord, affichez le diagramme d'un parc et d'un jardin avec des sentiers.

Invitez chaque participant et participante à écrire, sur une fleur, ce qu'il ou elle aimerait accomplir dans son quartier ou ce qu'il ou elle souhaite y voir.



Demandez aux gens de placer leurs fleurs dans le jardin affiché au mur.

Expliquez au groupe que vous allez maintenant vous concentrer sur les moyens d'amener les gens à s'investir pour aider à amener un changement positif dans nos quartiers. Divisez le groupe en deux.

Donnez au groupe une maison découpée, qui symbolise les résidents et résidentes du quartier, et au groupe 2, une institution/organisation que le groupe nommera, p. ex. Service de police, propriétaire d'immeuble, etc. Note : S'il y a plus de huit participants, vous pouvez diviser le groupe en trois, et donner une maison à deux des petits groupes.

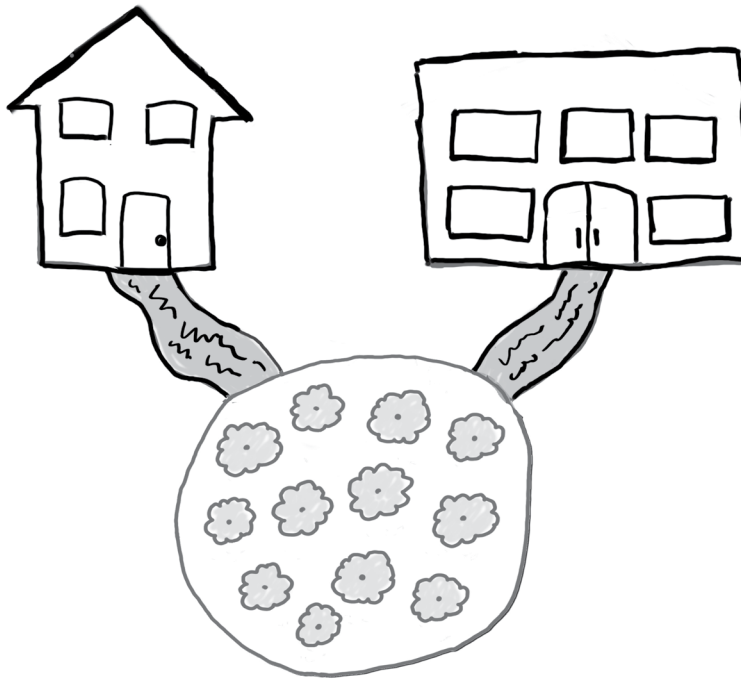
Passez en revue les instructions inscrites sur le tableau papier :

- Fenêtres : « *Qui, dans notre quartier ou notre organisation, ne sort pas?* » (La réponse peut être spécifique, p. ex. les jeunes, les personnes âgées, les adultes, les hommes, certaines cultures)
- Extérieur de la porte : « *Qu'est-ce qui empêche les gens de sortir?* » (Obstacles)
- Intérieur de la porte : « *Comment faire sortir les gens pour venir nous aider?* »

Chaque petit groupe fait un compte-rendu au grand groupe et affiche sa maison ou son organisation à l'extérieur du diagramme du parc/jardin.

#### • Remue-méninge en grand groupe (10 min)

En grand groupe, faites un remue-méninge sur la question suivante : « Comment faire en sorte que les gens demeurent engagés? » Des exemples d'idées sont : reconnaître les bénévoles, organiser des rencontres sociales, célébrer les petites réussites tôt et souvent. Écrivez les réponses sur les sentiers qui mènent aux maisons et à l'institution.



## ACTIVITÉ 6 : Passer à l'action – 10 min

**OBJECTIF :** Explorer les moyens qu'utilisera ce groupe pour augmenter l'engagement dans son quartier.

**DÉROULEMENT :**

- Faites un survol des sujets traités dans l'atelier jusqu'à présent :
  - Comment les membres du groupe en sont venus à s'investir dans le quartier.
  - Les niveaux d'implication et les obstacles à la participation.
  - Les moyens d'amener les gens à s'investir et de faire en sorte qu'ils demeurent engagés.
- Invitez le grand groupe à faire un remue-méninge pour trouver des actions concrètes, fondées sur ce que nous avons appris aujourd'hui, que nous allons entreprendre pour augmenter l'engagement dans notre quartier.
- Distribuez les cartes en forme de maison et invitez chaque participant et participante à inscrire son idée d'action sur sa maison, qu'il ou elle pourra garder.
- Si le temps le permet, invitez les gens à échanger sur leurs idées d'actions.



## ACTIVITÉ 7 : Évaluation – 5 min

**OBJECTIF :** Évaluer l'atelier.

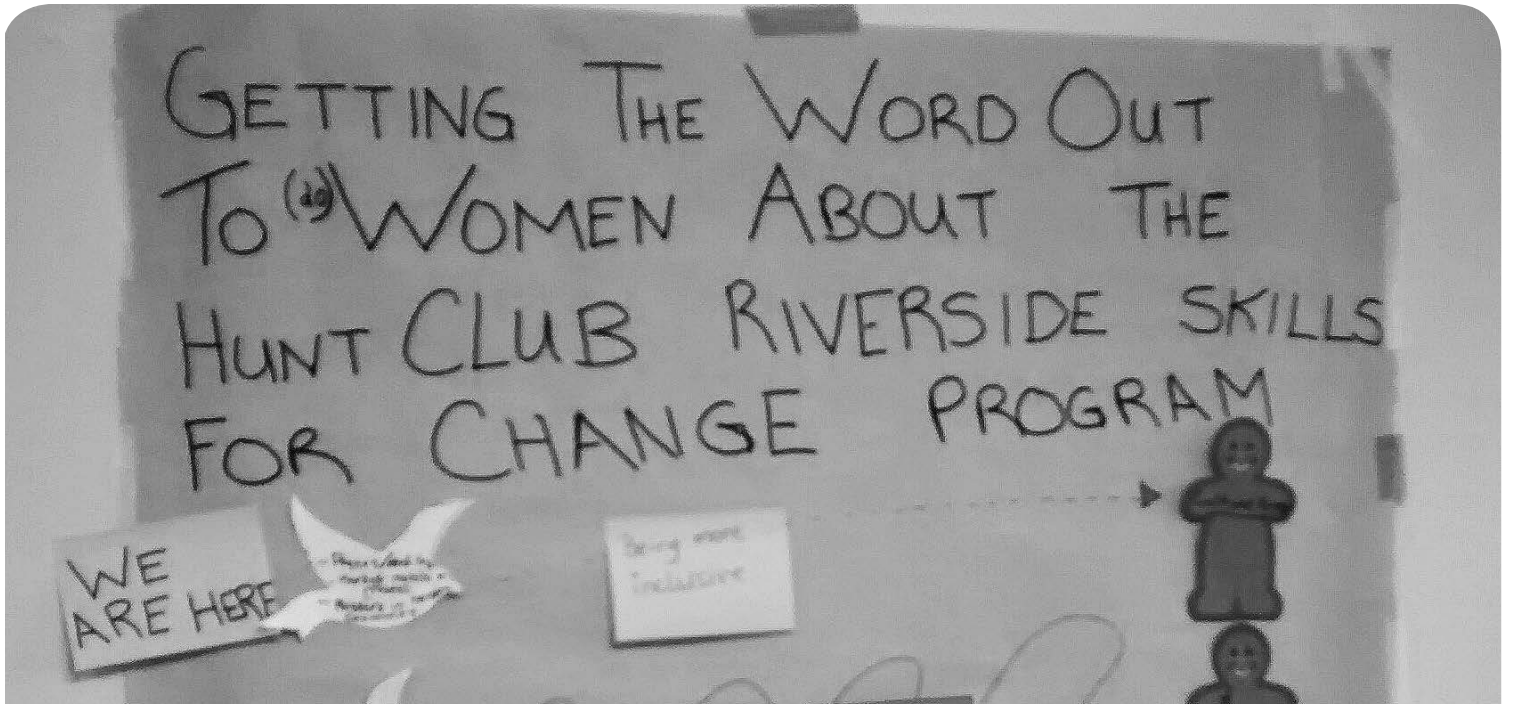
**DÉROULEMENT :**

- Distribuez le *Formulaire d'évaluation des participantes et participants* (Annexe C) et demandez-leur de le remplir.

# Amener les gens à s'impliquer dans notre quartier

- ✓ Commencez par poser les questions suivantes :
  - « Pourquoi souhaitez-vous que les gens s'investissent? »
  - « Qui aimeriez-vous amener à s'impliquer? » Soyez inclusifs en ce qui a trait au sexe, à l'âge, aux cultures, aux capacités, à l'orientation sexuelle, etc.
  - « Quels obstacles risquent-ils/elles de rencontrer? »
  - « Qu'est-ce qui a bien fonctionné par le passé? »
- ✓ Parlez aux gens du quartier
- ✓ Demandez aux gens ce qui les intéresse
- ✓ Offrez aux gens des façons de s'engager, p. ex. une association de locataires ou une association communautaire
- ✓ Organisez une soirée « souper et jeux » (p. ex. Scrabble, charades), des fêtes culturelles, des activités pour femmes seulement, des soirées musicales
- ✓ Faites vos rencontres dans des maisons communes ou des centres communautaires du quartier, ou encore utilisez des abris à voitures portables ou des tentes appartenant à Logement communautaire d'Ottawa comme lieu de rencontre
- ✓ Si vous organisez une activité de Noël ou de l'Eid où des cadeaux seront distribués aux enfants, donnez de l'argent aux parents pour acheter les cadeaux; les parents doivent alors participer
- ✓ Échangez des histoires
- ✓ Organisez des rencontres spécifiques à une culture ou trouvez d'autres occasions de découvrir ce que les résidents et résidentes désirent
- ✓ Organisez des repas-partage à caractère multiculturel, où une variété d'aliments sera servie, p. ex. à l'occasion de l'Eid, de Noël, etc.
- ✓ Gérez les attentes : Le nombre de personnes qui participent aux activités peut fluctuer, et si les gens viennent en grand nombre à une activité donnée, cela ne veut pas dire que c'était une réussite – ni que ce ne l'était pas
- ✓ Éduquez les gens sur différentes cultures, p. ex. par le biais de conversations, d'histoires et de discussions
- ✓ Que pouvons-nous faire d'autre?





## Faire circuler notre message dans le quartier

### Objectifs :

**DURÉE : 90 MIN**

- Renforcer nos communications au sein du quartier.
- Examiner les façons dont les gens du quartier aiment recevoir de l'information.
- Attirer différentes personnes aux activités du quartier ou les amener à aider dans la planification de ces activités.

### Quand l'utiliser :

Pour que cet atelier donne de bons résultats, le groupe doit déjà avoir décidé quel message il veut faire circuler. Ce qu'il souhaite communiquer aux gens du quartier peut faire partie d'un plan d'action existant ou d'une nouvelle initiative communautaire. Voici des exemples :

- Inviter les gens du quartier à une activité.
- Recruter des volontaires pour aider à l'organisation d'une activité.
- Demander aux gens du quartier de se joindre à un groupe ou à un comité.

### Préparation et installation :

Il est conseillé d'offrir d'abord l'atelier *Amener les gens du quartier à s'engager* (p. 43 dans *Créer le changement que nous souhaitons*) : cela permettra une exploration préliminaire des manières de mettre à profit les compétences des individus et des moyens de faire participer les gens aux activités.

### Fournitures :

- Un morceau de papier d'environ 1 mètre de longueur (ou plusieurs feuilles collées ensemble)
- Papier de bricolage
- 3 ou 4 silhouettes découpées qui représenteront les individus à qui nous souhaitons faire parvenir notre message (gabarit fourni dans l'annexe 1)
- Silhouettes d'oiseaux découpées (gabarit fourni dans l'annexe 2)
- Grandes feuilles autocollantes pour représenter les messages que les oiseaux transporteront
- Cercles découpés représentant les graines qu'on donnera à manger aux oiseaux
- Crayons-feutres de couleur, ciseaux et papier-cache
- Tableau papier, crayons-feutre et feuilles de tableau papier

### Documents à distribuer :

- *Conseils pratiques pour faire circuler l'information* (Annexe 3)
- *Formulaire d'évaluation des participantes et participants* (Annexe C du Guide)
- Facultatif : une liste des ressources communautaires dans le quartier ou la communauté

## FEUILLE DE TRAVAIL DE COFACILITATION : FAIRE CIRCULER NOTRE MESSAGE DANS LE QUARTIER

OBJECTIFS	ACTIVITÉ	FOURNITURES	RÔLES
But de l'atelier <b>10 min</b>	<b>Activité 1 : Accueil et introduction</b> – Présentation des participantes et participants – Présentation des objectifs et du programme de l'atelier	– Grand morceau de papier affiché au mur – Feuille de tableau papier et crayons-feutres	
Déterminer ce que nous souhaitons accomplir <b>5 min</b>	<b>Activité 2 : Quel message voulons-nous faire circuler?</b> – Cerner une activité (ou un but) au sujet de laquelle nous voulons faire circuler un message – L'écrire dans le haut du morceau de papier	– Document : le plan d'action du groupe, s'il est disponible	
Identifier les groupes cibles <b>15 min</b>	<b>Activité 3 : Qui doit recevoir le message?</b> – Remue-méninge : qui veut-on joindre? – Choisir 2 ou 3 groupes cibles – Écrire sur les silhouettes et les afficher sur le côté droit du grand morceau de papier	– Silhouettes de personnes – Crayons-feutres et papier-cache	
Choisir des moyens de communication <b>10 min</b>  Travail en petits groupes, parties 1 et 2 <b>20 min</b>  Grand groupe <b>10 min</b> <b>TOTAL : 40 min</b>	<b>Activité 4 : Comment les joindre?</b> – Remue-méninge : Les résidentes et les résidents nomment toutes les façons dont ils reçoivent actuellement de l'information <b>Formation des petits groupes</b> – PARTIE 1 – Inscrire sur les oiseaux le meilleur moyen de joindre chaque groupe cible – PARTIE 2 – Le motif : « Qu'est-ce que cela va m'apporter? » Écrire les messages clés sur les feuilles autocollantes <b>En grand groupe :</b> – Les porte-paroles des petits groupes présentent leurs idées et placent les oiseaux et les messages clés sur la trajectoire de vol	– Feuille de tableau papier – Silhouettes d'oiseaux découpées – Crayons-feutres – Papier-cache – Grandes feuilles autocollantes – Document : <i>Conseils pratiques pour faire circuler l'information</i>	
Spécifier les ressources requises <b>10 min</b>	<b>Activité 5 : Qui peut nous aider à faire circuler notre message?</b> – Sur le tableau papier, dresser la liste des ressources qui existent dans le quartier – Écrire sur les graines et les coller au bas de la trajectoire de vol	– Tableau papier – Graines découpées (cercles)	
Obtenir de la part des gens un engagement à l'action <b>5 min</b>	<b>Activité 6 : Passer à l'action</b> – Déterminer les prochaines étapes dans la mise en marche du plan – Les participantes et les participants écrivent une action qu'ils sont prêts à entreprendre	– Tableau papier – Silhouettes d'oiseaux ou feuilles autocollantes supplémentaires	
Évaluer l'atelier <b>5 min</b>	<b>Activité 7 : Évaluation</b> – Distribuer et faire remplir le <i>Formulaire d'évaluation des participantes et participants</i> (Annexe C)	– Document : <i>Formulaire d'évaluation des participantes et participants</i>	

## ACTIVITÉ 1 : Accueil et introduction – 10 Min

**OBJECTIF :** Accueillir tout le monde et introduire le thème de l'atelier.

### DÉROULEMENT :

- Présenter l'équipe de facilitation et inviter les gens à se présenter.
- Passer en revue les objectifs :
  - Renforcer nos communications au sein du quartier.
  - Discuter des moyens dont nos voisins et voisines aiment recevoir de l'information.
  - Inciter différentes personnes à participer aux activités communautaires.

Expliquer l'aide visuelle que nous utiliserons : des oiseaux qui transporteront des messages aux gens que nous essayons de joindre.

## ACTIVITÉ 2 : Quel message voulons-nous faire circuler? – 5 Min

**OBJECTIF :** Énoncer clairement votre objectif avant de poursuivre l'atelier : comme point de départ, nommez une initiative communautaire préalablement identifiée qui gagnerait à être mieux connue. *Par exemple : la planification d'un jardin communautaire, un barbecue estival, la recherche de nouveaux membres pour un cercle ou une association de résidentes et de résidents, etc.*

### DÉROULEMENT :

- Sur un morceau de papier d'au moins 1 mètre de longueur, écrivez « Nous sommes ici » tout à gauche. Dans le haut, inscrivez l'activité ou l'idée au sujet de laquelle nous voulons faire circuler un message.
- Confirmez le changement que nous souhaitons voir dans la communauté à la suite de notre intervention. Demandez au groupe quel est le résultat visé. Écrivez la réponse sous l'en-tête.



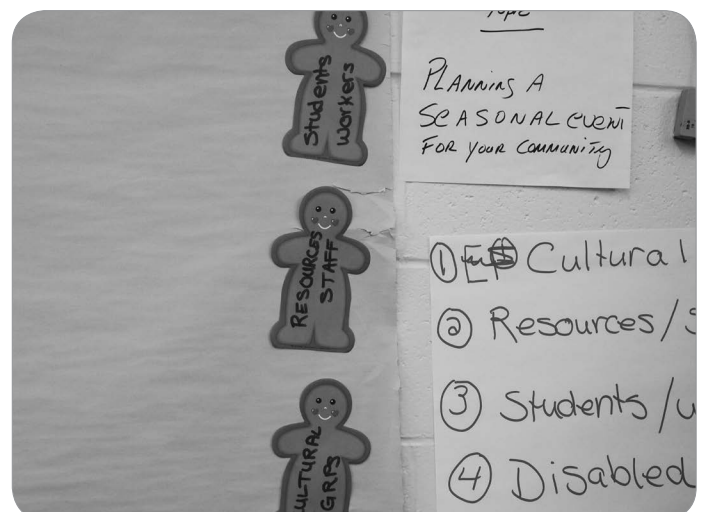
## ACTIVITÉ 3 : Qui doit recevoir le message? – 15 Min

**OBJECTIF :** Identifier qui nous devons joindre pour réaliser notre but.

### DÉROULEMENT :

#### À qui devons-nous faire parvenir notre message?

- Réfléchissez aux questions suivantes : Qui vit dans notre communauté? Qui participe habituellement aux activités communautaires?
- LSur le tableau papier, dressez une liste des groupes de gens que nous essayons de joindre. *Par exemple, nous planifions un barbecue et nous aimerions que les jeunes et les nouvelles arrivantes et nouveaux arrivants y participent.*
- Faites le point : ces membres de la communauté sont-ils représentés dans la salle? Y a-t-il quelqu'un qui devrait y être?
- Précisez que bien que nous voulons être inclusifs de tous les membres de la communauté, aux fins de cet exercice nous allons nous concentrer sur certains groupes qui sont souvent plus difficiles à joindre.
- Demandez aux participantes et participants de choisir, parmi les groupes énumérés sur le tableau papier, trois groupes cibles qu'ils souhaitent vraiment – et doivent – engager. Si la liste est longue, vous pouvez leur demander de voter pour choisir les groupes les plus importants (voir l'exercice de «pois-mocracie», p. 116).
- Demandez à des volontaires d'écrire sur des silhouettes découpées le nom de chaque groupe cible à qui nous voulons faire parvenir le message. *Par exemple : une silhouette qui représentera les nouvelles arrivantes et les nouveaux arrivants, et une silhouette qui représentera les jeunes.*
- Demandez-leur ensuite de placer les silhouettes découpées (les publics cibles) du côté droit de la feuille.





## ACTIVITÉ 4 : Comment les joindre? – 40 Min

**OBJECTIF :** Déterminer comment joindre les groupes cibles (10 Min).

### DÉROULEMENT :

- Faites un remue-méninge sur les façons dont les participantes et les participants aiment recevoir de l'information. Demandez-leur de nommer toutes les façons dont ils reçoivent actuellement l'information concernant les activités du quartier, par exemple : *bouche-à-oreille, courriel, affiches, Facebook, etc.* Posez des questions précises, comme : «*Comment avez-vous entendu parler de la dernière réunion communautaire?*», et «*Comment échangez-vous de l'information avec les autres personnes de cette communauté?*»
- Inscrivez chaque moyen de communication sur le tableau papier, et assurez-vous que tout le monde peut les voir.

**Formation de petits groupes** – autant de petits groupes qu'il y a de publics cibles.

**PREMIÈRE ACTIVITÉ DE GROUPE** – Décider du meilleur moyen de communication pour un groupe cible (10 Min).

### DÉROULEMENT :

- Parmi les moyens de communication inscrits sur le tableau papier, chaque petit groupe discute des meilleurs moyens de joindre son groupe cible en particulier. *ar exemple, si nous essayons de joindre les jeunes, envisagez des méthodes comme la messagerie texte, Instagram ou différentes applications. Y a-t-il des jeunes que nous pouvons consulter? Pouvons-nous communiquer avec des gens qui sont impliqués avec les jeunes ou qui travaillent avec eux?*
- Restreignez la liste aux moyens qui sont pratiques pour le quartier et pour les gens à qui nous essayons de transmettre le message.
- Écrivez sur des silhouettes d'oiseau le meilleur ou les deux meilleurs moyens de joindre chacun des groupes cibles.

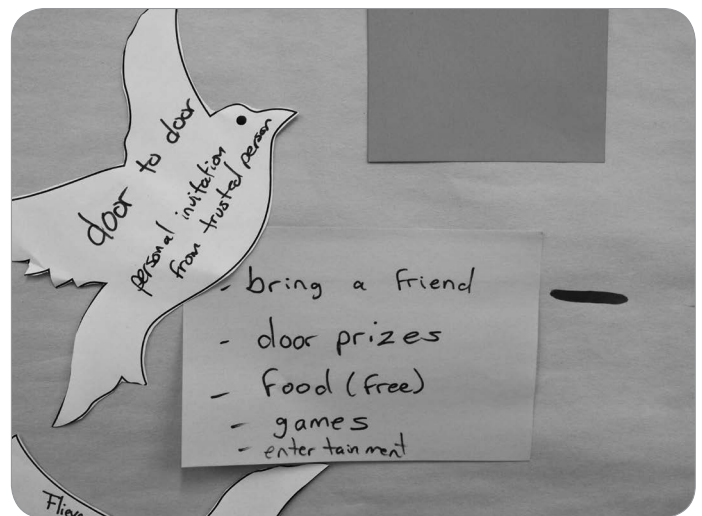
**DEUXIÈME ACTIVITÉ DE GROUPE** – Trouver des messages clés – Qu'est-ce qui inciterait les gens à participer? (10 Min)

### DÉROULEMENT :

- Toujours en petits groupes, les participantes et participants réfléchissent aux raisons pour lesquelles les membres d'un groupe cible donné devraient s'impliquer. Pourquoi est-ce important? Quel avantage les individus en tireront-ils? Qu'est-ce que ça va leur apporter? Les réponses à ces questions deviendront vos messages clés.
- Sur une grande feuille autocollante, écrivez un ou deux messages clés que vous voulez transmettre à votre public cible. Voici un exemple de message clé à l'intention des jeunes : *Rencontrez d'autres jeunes de votre quartier.*

**En grand groupe** – Relier les moyens de communication aux groupes cibles (10 Min).

- Un porte-parole de chaque petit groupe s'avance et partage avec le grand groupe les meilleurs moyens de communication et les messages clés pour joindre son public cible.
- Placez l'oiseau du côté gauche du grand morceau de papier et collez la feuille autocollante dans son bec.
- Dessinez une trajectoire de vol depuis l'oiseau jusqu'à la silhouette représentant le groupe cible que nous essayons de joindre.
- Distribuez le document *Conseils pratiques pour faire circuler l'information*.



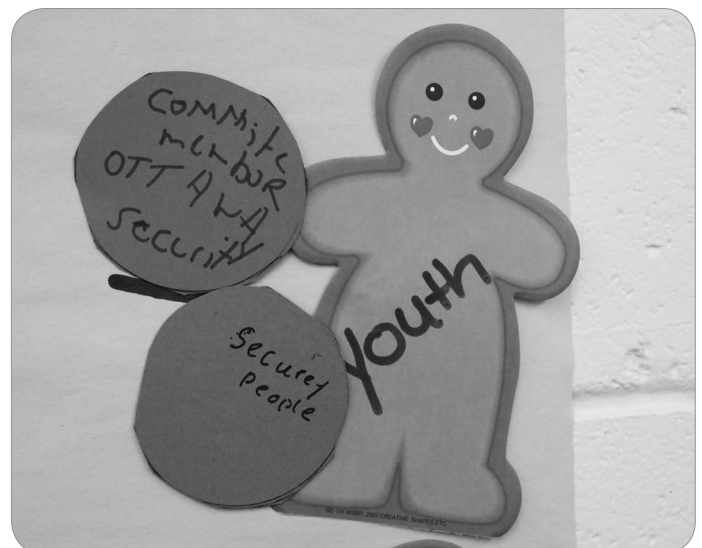
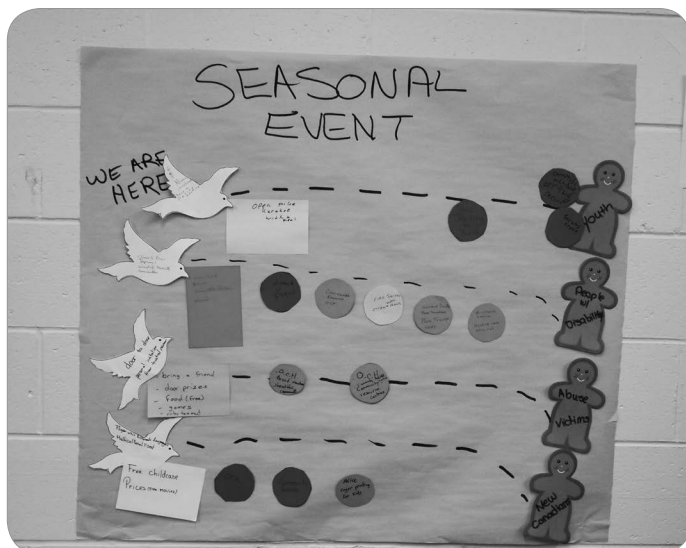
## ACTIVITÉ 5 : Qui peut nous aider à faire circuler notre message? – 10 Min

**OBJECTIF :** Identifier les gens avec qui nous pouvons travailler pour faire avancer le processus.

### DÉROULEMENT :

En grand groupe, dressez la liste des ressources existantes dans le quartier et inscrivez-les sur le tableau papier.

- Demandez : « De quoi cet oiseau a-t-il besoin pour voler? » Précisez qu'à moins que nous voulions le transporter, il aura besoin de nourriture. Demandez en quoi consisterait cette nourriture et écrivez les réponses sur les « graines » (bénévoles, contributions en nature, argent, etc.)
- Demandez : « Lesquelles de ces ressources existent déjà dans la communauté? »
- Faites un remue-méninge sur les autres ressources requises pour les différents moyens de communication. Écrivez-les sur le tableau papier.
- Distribuez des graines découpées (de simples cercles) et demandez à chacun des participantes et participants de noter une ressource sur une « graine » pour nourrir les oiseaux. Invitez-les à placer toutes les graines par terre, le long de la trajectoire de vol.



## ACTIVITÉ 6 : Passer à l'action – 5 Min

**OBJECTIF :** Quelles sont les prochaines mesures à prendre pour mettre en branle cette stratégie?

**DÉROULEMENT :**

- En vous appuyant sur l'aide visuelle réalisée, discutez des prochaines mesures à prendre.
- Demandez aux participantes et aux participants de réfléchir au rôle que chacun est prêt à assumer dans le but de faire circuler le message. Distribuez-leur des silhouettes d'oiseau ou des feuilles autocollantes supplémentaires, qu'ils rapporteront à la maison en guise de rappel, et demandez-leur d'y écrire une action personnelle qu'ils entreprendront.
- Si le temps le permet, vous pouvez aussi discuter des résultats : Comment saurons-nous si les oiseaux se sont rendus à leur destination? Rappelez-leur que nous pouvons constater l'impact de nos activités sur le quartier : il y aura des signes pour nous démontrer que la communication fonctionne. Par exemple, plus de gens participent aux activités ou un plus grand nombre de bénévoles s'engagent.

## ACTIVITÉ 7 : Évaluation – 5 Min

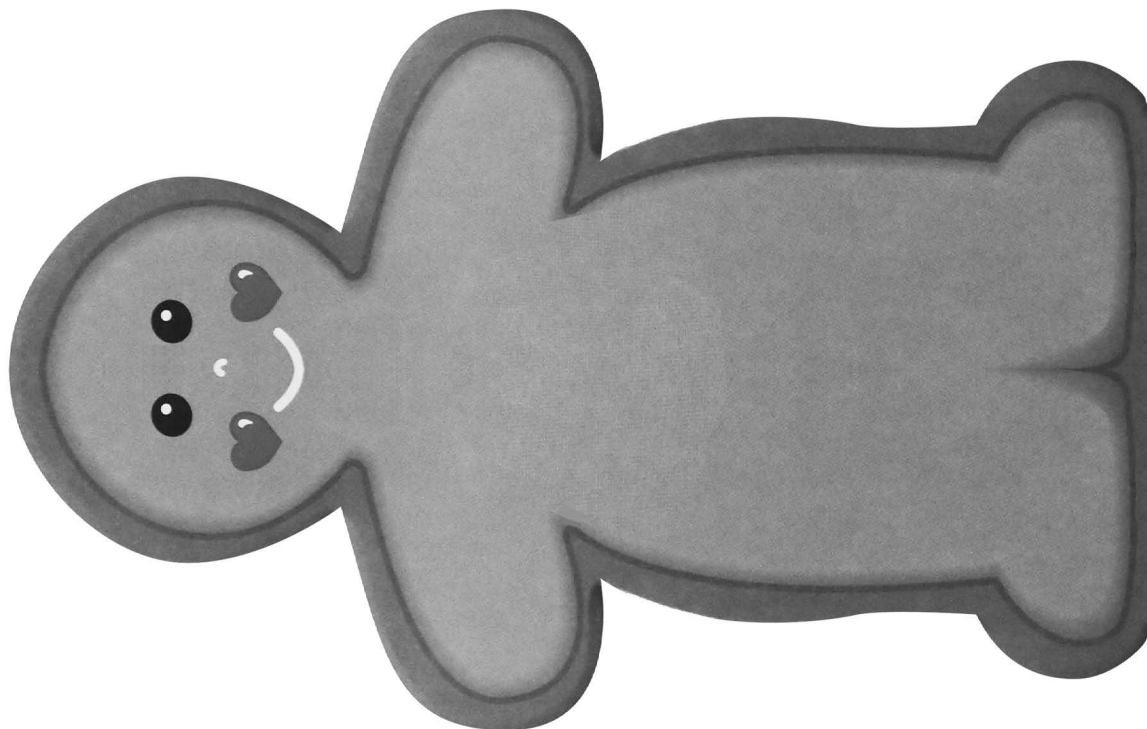
**OBJECTIF :** Évaluer l'atelier.

**DÉROULEMENT :**

- Distribuez le *Formulaire d'évaluation des participantes et participants* (Annexe C) et demandez-leur de le remplir..

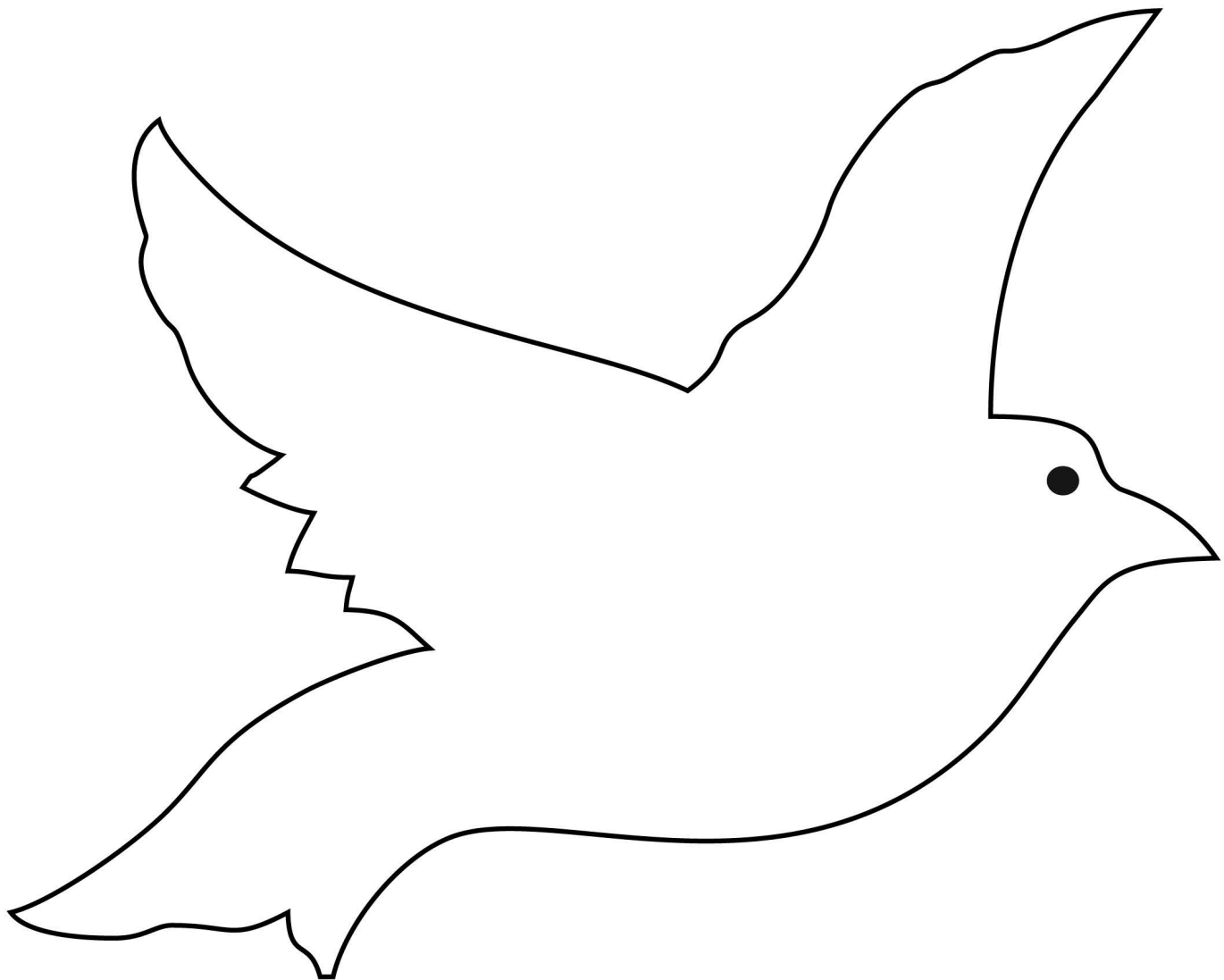
# Annexe 1

## Silhouette de personne à découper



## Annexe 2

### Silhouette d'oiseau à découper



# Annexe 3

## Conseils pratiques pour faire circuler l'information

Lorsque vous essayez de faire circuler de l'information, réfléchissez aux gens que vous tentez de joindre. Comment pouvez-vous vous assurer que votre message les intéressera? Comment pouvez-vous expliquer votre activité ou votre projet de manière à ce que les gens veuillent y participer?

### AFFICHE

- Une affiche réussie présente un design simple et aéré ainsi que du texte suffisamment grand pour qu'on puisse le lire à une distance de plus de 1,5 mètre.
- Assurez-vous que l'affiche indique aux gens les «quoi, qui et où», ainsi qu'un moyen d'obtenir des renseignements supplémentaires (par exemple un site Web ou un numéro de téléphone à composer).
- Utilisez au plus trois types, tailles et couleurs de caractères sur une affiche. S'il y a trop de différentes polices de caractères, les gens ne savent pas où regarder.
- Posez vos affiches là où il y a de meilleures chances que les gens les voient. Au besoin, demandez la permission d'abord.
- Les affiches peuvent aussi servir de prospectus à distribuer ou à déposer dans les boîtes aux lettres.

### FACEBOOK

Les messages Facebook réussis sont :

- Courts : Les messages contenant entre 100 et 200 caractères ont 60 % de chance de plus d'obtenir une mention «J'aime» ou un commentaire, ou d'être partagés.
- Visuels : Les gens s'engagent davantage lorsqu'il y a des photos ou des vidéos.
- Informatifs : Fournissez les renseignements que les abonnés de votre page veulent.
- Affichés entre 13 h et 16 h les jours de semaine.

### TWITTER

- Un gazouillis (ou microbillet) est un message contenant un maximum de 140 caractères, y compris les espaces et les liens.
- Twitter raccourcit automatiquement tout lien Web à 22 caractères.
- C'est entre 13 h et 15 h les jours de semaine que Twitter est le plus occupé, alors gazouillez à cette heure-là.
- Pour attirer l'attention des gens et des organisations, utilisez leur pseudonyme (avec le symbole) dans vos gazouillis.

### MÉDIAS

- Les journalistes aiment recevoir des idées de reportage par téléphone ou par courriel.
- Les journalistes ont de meilleures chances de couvrir :
  - un événement local
  - une activité inhabituelle
  - une nouvelle de grande ampleur plutôt qu'une petite anecdote, p. ex. une grande entreprise plutôt qu'un individu
  - un sujet qui sera bientôt dans l'actualité
  - une histoire liée à une tendance, une activité ou une question actuelle
- Le plus souvent, les journalistes se voient attribuer les nouvelles à couvrir au début de la journée, alors contactez-les avant 9 h
- Pour vous préparer à communiquer avec un ou une journaliste, écrivez votre «exposé» (20 secondes ou moins), puis téléphonez à un organe de presse et demandez la salle de nouvelles. Vous pouvez également chercher leur adresse courriel dans leur site Web..



# Établir des liens positifs entre les gens du quartier

## Objectifs :

**DURÉE : 90 MINS**

- Devenir plus à l'aise avec le conflit.
- Élaborer des outils et acquérir des compétences pour réduire le conflit et favoriser des liens positifs entre les gens de notre quartier.

## Quand l'utiliser :

- Avec un groupe qui veut réduire les risques de conflit dans son quartier et s'améliorer en matière de résolution de conflit.

## Fournitures :

- Feuille de tableau papier, crayons-feutres, papier-cache

## Préparation et installation :

- Revoyez l'histoire *Le pot fissuré* (Activité 5)
- Préparez une histoire à conter (Activité 6)

## Documents à distribuer :

- *Accueil de la diversité* (Activité 1)
- *Le pot fissuré* (Activité 5)
- *Le processus de communication* (Activité 4)
- *Questions ouvertes* (Activité 6)
- *Formulaire d'évaluation des participantes et participants* (Annexe C) (Activité 8)

## Gain de temps :

- Pour gagner du temps, ou avec un grand groupe : dans l'exercice sur les niveaux de communication (Activité 4), invitez de quatre à six personnes à s'arrêter de bouger en adoptant une expression qui, selon elle ou lui, représente le mieux une certaine émotion. Demandez alors au groupe d'essayer de voir ce qui est exprimé.
- Si vous devez gagner du temps, l'exercice d'écoute (Activité 5) peut être abrégé en condensant l'histoire *Le pot fissuré* ou en contant une histoire plus courte.

## FEUILLE DE TRAVAIL DE COFACILITATION : ÉTABLIR DES LIENS POSITIFS ENTRE LES GENS DU QUARTIER

OBJECTIFS	ACTIVITÉ	FOURNITURES	RÔLES
Créer un environnement inclusif <b>10 min</b>	<b>Activité 1 : Accueil de la diversité</b> – Lecture du document d'accueil	– Document : <i>Accueil de la diversité</i>	
Formuler nos points de vue sur le conflit <b>10 min</b>	<b>Activité 2 : Brise-glace</b> – Discuter des bienfaits et des méfaits du conflit	– Tableau papier, crayons-feutres et papier-cache	
Créer un lieu sûr où tout le monde se sent inclus <b>10 min</b>	<b>Activité 3 : Créer un lieu sûr</b> – Établir des ententes de groupe	– Tableau papier, crayons-feutres et papier-cache	
Importance de la communication <b>20 min</b>	<b>Activité 4 : Niveaux de communication</b> – Revoir le document – S'exercer à percevoir nos émotions	– Document : <i>Processus de communication</i>	
Pratiquer l'écoute globale <b>20 min</b>	<b>Activité 5 : Écouter avec les yeux, les oreilles et le cœur</b> – Échanger des histoires et s'exercer à écouter	– Document : <i>Le pot fissuré</i>	
Apprendre à poser des questions ouvertes <b>10 min</b>	<b>Activité 6 : Exercice de questions ouvertes</b> – Revoir le document – S'exercer à poser des questions ouvertes	– Document : <i>Questions ouvertes</i>	
Revoir les leçons <b>5 min</b>	<b>Activity 7: Action</b> – Élaborer un plan d'action		
Évaluer la séance/l'atelier <b>5 min</b>	<b>Activité 8 : Évaluation</b> – Distribuer et faire remplir le <i>Formulaire d'évaluation des participantes et participants</i> (Annexe C)	– Document : <i>Formulaire d'évaluation des participantes et participants</i>	



## ACTIVITÉ 1 : Accueil de la diversité – 10 min

**OBJECTIF :** Créer un environnement accueillant et inclusif.

**DÉROULEMENT :**

- Lisez le document *Accueil de la diversité*.
- Invitez chaque membre du groupe à dire son nom et demandez-lui s'il y a quelque chose qu'il ou elle aimerait ajouter à l'accueil.
- Passez en revue le programme et les objectifs de l'atelier.

## ACTIVITÉ 2 : Brise-glace – 10 min

**OBJECTIF :** Formuler nos points de vue au sujet du conflit.

**DÉROULEMENT :**

- Demandez aux participants et participantes de vous donner un mot qui décrit leurs pensées ou leurs sentiments concernant le conflit. Sur la feuille de tableau papier, faites deux colonnes : positif/utile et négatif/nuisible. Inscrivez le mot que chacun vous donne dans la colonne la plus appropriée (ou dans les deux). Discutez du fait que le conflit peut être négatif/nuisible ou positif/utile.

**Conseil :** Faites remarquer que le conflit peut être utile dans un groupe : cela peut être la manifestation d'une certaine confiance entre les membres du groupe et peut même augmenter ce niveau de confiance. Peut-être que les gens se sentent suffisamment à l'aise et en sécurité pour exprimer leurs vrais pensées et sentiments, ce qui, en retour, donne au groupe un plus grand nombre d'options. Nos réactions face aux gens peuvent favoriser de meilleures relations et réduire le conflit au minimum. Nos réactions peuvent nous faire progresser vers un résultat positif ou utile, ou nous en éloigner.

## ACTIVITÉ 3 : Créer un lieu sûr – 10 min

**OBJECTIF :** Dans le but d'atténuer les risques de conflit, créer au sein de cet atelier un lieu sûr où tout le monde se sent à l'aise et inclus.

**DÉROULEMENT :**

- Invitez les participantes et participants à établir une liste des éléments qui leur permettent de se sentir à l'aise et inclus dans ce groupe. Mentionnez qu'on pourrait aussi appeler cette liste une entente sur le fonctionnement du groupe.
- Mettez l'accent sur le fait que l'avantage de cet accord est qu'il crée un environnement inclusif pour les personnes qui ont différentes personnalités, qui viennent de cultures différentes, qui ont des orientations sexuelles différentes, et qui sont de sexes opposés. Cet accord permet aussi de réduire la possibilité d'avoir des conflits.
- Faites part au groupe de quelques-unes des idées que d'autres groupes ont utilisées pour créer un environnement accueillant et confortable, qui encourageait les gens à participer et les aidait à se sentir inclus. Voici des exemples d'ententes : partager le temps de parole afin que tout le monde ait la chance de s'exprimer; parler chacun son tour. Les gens disent souvent qu'ils veulent qu'on leur témoigne du respect. Invitez les participants et participantes à donner leur définition du respect, puisque cette notion varie d'une personne à l'autre. Par exemple, le respect peut signifier écouter, ne pas juger, etc.

- Notez sur le tableau papier ce que les participantes et participants aimeraient voir dans leur entente de groupe. Passez l'entente en revue, puis vérifiez si tout le monde approuve la liste proposée ou si quelqu'un aimerait ajouter ou changer quelque chose.
- L'entente est alors affichée au mur de façon à ce que tout le monde puisse la voir et s'y référer au cours de l'atelier ou pendant des rencontres à venir. Expliquez-leur que le groupe peut décider de changer l'entente en tout temps.

## ACTIVITÉ 4 : Niveaux de communication – 20 min

**OBJECTIF :** Souligner l'importance de la communication. Prendre en compte les différentes façons de communiquer, selon la culture et selon le sexe.

**Conseil :** Pour gagner du temps, ou avec un grand groupe : dans l'exercice sur les niveaux de communication (Activité 4), invitez de quatre à six personnes à s'arrêter de bouger en adoptant une expression qui, selon elle ou lui, représente le mieux une certaine émotion. Demandez alors au groupe d'essayer de voir ce qui est exprimé.

### DÉROULEMENT :

- Expliquez que 55 % de toute la communication se fait de façon non verbale; 38 % dépend du ton de voix, du volume et de la clarté; et seulement 7 % provient des mots eux-mêmes (tiré de Picard, Cheryl. *Mediating Interpersonal and Small Group Conflict*, Golden Dog Press, 2002.)
- Passez en revue le document *Le processus de communication* avec le groupe.
- Comprendre ce processus nous prépare pour les exercices suivants.
- Demandez à chaque participante et participant de choisir une émotion (joie, tristesse, colère, confusion, respect, etc.)
- Invitez tout le monde à s'arrêter de bouger en adoptant une expression qui représente leur émotion. À trois, ils et elles s'arrêteront tous en même temps – et sans paroles. Comptez jusqu'à trois.
- Répétez l'exercice, et cette fois-ci suggérez que chacun/chacune regarde autour de soi pour voir ce que font les autres. Comptez jusqu'à trois.
- Rendez-vous aux côtés d'une personne à la fois, et demandez au groupe de deviner l'émotion que cet individu exprime, par exemple : « Qu'est-ce que l'expression de Carole évoque chez vous? Que ressentez-vous en voyant Carole? »
- Demandez à l'individu si le groupe a bien deviné son émotion : « Carole, quelle émotion essaies-tu d'exprimer? » Cherchez les différences entre ce que le groupe a deviné et ce que le participant ou la participante essayait d'exprimer : « Quelqu'un a-t-il pensé à une autre émotion en voyant Carole? »
- S'il y a des différences entre ce que le groupe a deviné et l'émotion que l'individu essayait d'exprimer, approfondissez le questionnement : « Pourquoi avez-vous pensé que Carole avait l'air triste/fâchée/perplexe? En quoi l'expression de Carole traduisait-elle de la tristesse/colère/incertitude? »
- Soulignez les différences selon le sexe et les différences interculturelles dans la communication, et l'importance de demander une clarification au lieu de se fonder sur notre perception.

## ACTIVITÉ 5 : Écouter avec les yeux, les oreilles et le cœur – 20 min

**OBJECTIF :** S'exercer à écouter avec nos yeux, nos oreilles et notre cœur.

### DÉROULEMENT :

- Divisez le groupe en trois. Un groupe écoutera avec ses yeux et observera le langage corporel du conteur ou de la conteuse. Le second groupe écoutera avec ses oreilles et entendra les mots qui sont prononcés. Le troisième groupe écoutera avec son cœur et remarquera les émotions exprimées. (5 min)
- Lisez aux petits groupes l'histoire *Le pot fissuré*, p. 68, ou récitez-la le plus fidèlement possible.
- Demandez à chaque petit groupe de rapporter ce qu'il a vu, entendu et ressenti. (5 min)
- Divisez le groupe en deux. Demandez à une personne de chaque sous-groupe de conter une histoire tirée de sa vie personnelle, par exemple ce qu'elle a fait hier soir ou la fin de semaine dernière. Dans chaque sous-groupe, une personne écoute avec ses yeux (ce qu'elle voit), une autre avec ses oreilles (les mots qu'elle entend) et une troisième avec son cœur (les émotions qu'elle ressent.) (10 min)
- De retour en grand groupe, demandez aux petits groupes de rapporter leur expérience. (5 min)

## ACTIVITÉ 6 : Questions ouvertes – 10 min

**OBJECTIF :** Apprendre à favoriser la curiosité en posant des questions ouvertes, dans le but de réduire les conflits.

- Expliquez au groupe que nous allons nous exercer à poser des questions ouvertes et à nous montrer curieux. Nous voulons comprendre : « *Que se passe-t-il? Peux-tu m'en dire davantage?* » Demandez au groupe d'autres exemples de questions ouvertes. Distribuez et passez en revue le document *Questions ouvertes*.

### DÉROULEMENT :

- Exercice du bocal à poissons : Placez-vous en cercle avec le groupe.
- Pensez à une expérience de vie réelle, et contez-en une partie, p. ex. « *La semaine dernière, il est arrivé quelque chose qui m'a beaucoup fâchée.* »
- Chacun leur tour, les membres du groupe posent des questions ouvertes et se montrent curieux, jusqu'à ce que vous (le facilitateur ou la facilitatrice) révéliez toute l'histoire.
- Si quelqu'un pose une question fermée, la facilitatrice/le facilitateur répond simplement par oui ou non. Pour obtenir toute l'histoire, les participants et participantes doivent poser des questions ouvertes.

## ACTIVITÉ 7 : Passer à l'action – 5 min

**OBJECTIF :** Revoir ce que nous avons appris dans l'atelier et planifier des actions qui nous permettront d'utiliser ces leçons au sein du groupe ou dans notre quartier.

### DÉROULEMENT :

- Révisez les leçons d'aujourd'hui :
  - Accueil de la diversité
  - Créer un lieu sûr
  - Écouter avec les yeux, les oreilles et le cœur
  - Questions ouvertes
- Invitez chaque personne à réfléchir à une action, tirée des leçons d'aujourd'hui, que le groupe peut entreprendre pour améliorer son travail de groupe ou son travail dans le quartier. Notez les réponses sur une feuille de tableau papier que le groupe pourra emporter.

## ACTIVITÉ 8 : Évaluation – 5 min

**OBJECTIF :** Évaluer l'atelier.

### DÉROULEMENT :

- Distribuez le *Formulaire d'évaluation des participantes et participants* (Annexe C) et demandez-leur de le remplir.



# Accueil de la diversité

L'objectif de cet accueil est de nommer l'éventail des gens dans la salle, dans toute leur diversité, et d'accueillir cette diversité – nommer les choses accroît leur pouvoir. Cet outil s'adapte facilement à la composition du groupe en ajoutant ou en changeant les catégories de gens que nous accueillons.

« J'aimerais accueillir... (et vous nommez) :

- Ceux et celles qui appuient votre présence ici; qui rendent votre présence possible.
- Vos familles.
- Nos anciens et nos anciennes : Celles qui sont dans cette salle, dans nos vies, et ceux et celles qui nous ont quittés.
- Les personnes qui nous sont chères et qui sont décédées.
- Nos mères, pères, sœurs, frères, filles, fils, tantes, oncles, grands-mères et grands-pères.
- Votre corps, votre esprit, vos rêves et vos espoirs.
- Ceux et celles qui sont atteints d'une affection chronique, visible ou non.
- Les langues parlées par les personnes présentes (essayez d'en connaître le plus possible à l'avance) : l'anglais, le français, l'arabe, l'espagnol, le somali, les langues autochtones et toutes les autres.
- Les survivants et survivantes.
- Les personnes d'origine hispanique, africaine, asiatique, européenne et autochtone.
- Les personnes gaies, lesbiennes, bissexuelles, bispituelles et hétérosexuelles.
- Les personnes qui se considèrent comme militantes, et celles qui ne se considèrent pas comme telles.
- Les adolescentes, les personnes dans la vingtaine, la trentaine, la quarantaine, la cinquantaine, la soixantaine, celles âgées de plus de 70 ans et celles de plus de 80 ans (selon le groupe).
- Vos émotions : la joie et le bonheur, le chagrin, la rage, l'indignation, le contentement, la déception.
- Les personnes hindoues, musulmanes, juives, chrétiennes, les spiritualistes et les non-spiritualistes; tous ceux et celles d'entre vous qui ont de l'espoir pour l'humanité.
- L'esprit des membres de la Première nation algonquine Anishinabeg. Les aînés Anishinabeg racontent que leurs peuples vivent en Amérique du Nord depuis des temps immémoriaux.
- Y a-t-il quelqu'un d'autre qui aimerait qu'on l'accueille? »

– Adaptation d'une version rédigée par Matt Gynn

[http://www.trainingforchange.org/diversity\\_welcome](http://www.trainingforchange.org/diversity_welcome) (en anglais)

# Le pot fissuré

*Auteur inconnu*

Il était une fois une porteuse d'eau qui avait deux gros pots suspendus à chaque bout d'une barre de bois qu'elle portait sur ses épaules. Un des pots était parfait et ne coulait jamais. L'autre pot présentait une fissure, de sorte que lorsque la porteuse d'eau arrivait chez elle, beaucoup d'eau s'en était écoulée et que le pot fissuré n'était qu'à moitié plein.

Tous les jours pendant deux ans, la porteuse d'eau arriva chez elle avec seulement un pot et demi d'eau. Bien sûr, le pot parfait était très fier de ses réalisations, mais le pauvre pot fissuré avait honte de son imperfection et se sentait malheureux de ne pouvoir remplir que la moitié de sa fonction.

Un jour près du ruisseau, après deux ans de ce qui, à ses yeux, semblait un échec cuisant, le pot fissuré parla à la porteuse d'eau : « J'ai honte de moi, et je veux te faire mes excuses. » « Pourquoi? demanda la porteuse d'eau. De quoi as-tu honte? » Le pot fissuré répondit : « Depuis deux ans, je n'ai pu livrer que la moitié de ma capacité de charge parce que cette fissure dans mon flanc laisse de l'eau s'écouler sur tout le chemin du retour. À cause de ma faille, tu dois faire tout ce travail sans en profiter pleinement », répondit le pot.

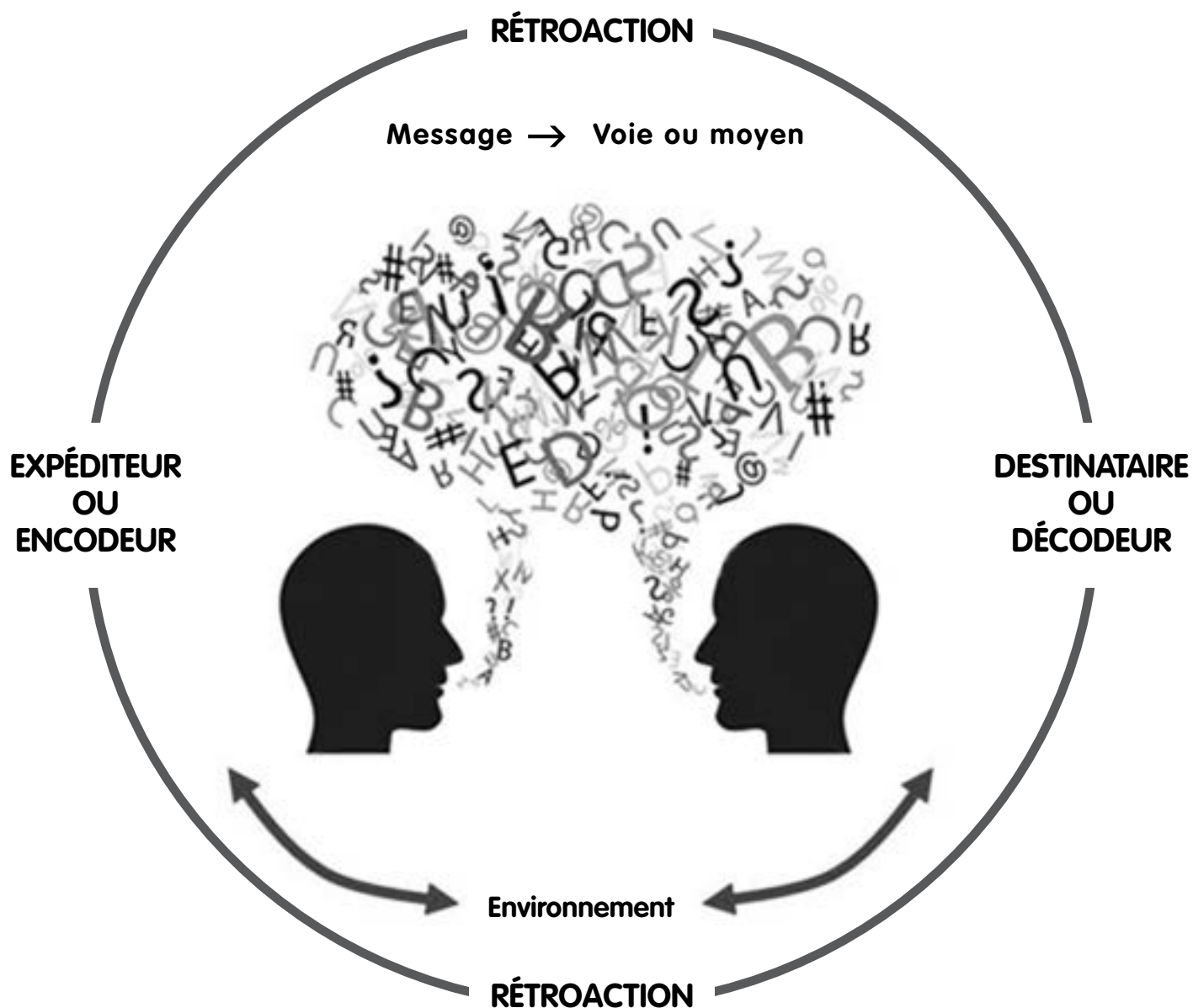
La porteuse d'eau était désolée pour le vieux pot fissuré, et elle lui dit avec compassion : « Ah, mais regarde ce qui se passe sur notre chemin du retour : j'aimerais que tu remarques les superbes fleurs tout le long du sentier. »

En effet, en montant la côte, le vieux pot fissuré remarqua que le soleil réchauffait de jolies fleurs sauvages de son côté du sentier. La porteuse d'eau lui dit : « As-tu remarqué qu'il y a des fleurs de ton côté du sentier, mais pas du côté de l'autre pot? J'ai toujours su que tu avais ce défaut, et j'en ai tiré avantage. J'ai semé des graines sur ton côté du sentier, et chaque jour, alors que nous revenions du ruisseau, tu les as arrosées. Depuis deux ans, j'ai pu cueillir ces fleurs superbes. Si tu n'étais pas comme tu es, nous n'aurions pas cette beauté autour de nous. »

Chacun, chacune, de nous a ses propres défauts. Nous sommes tous des pots fissurés. Mais si nous nous le permettons, nous pouvons mettre nos faiblesses à contribution. Rien n'est perdu. N'ayez pas peur de vos défauts. Reconnaissez-les, et vous aussi pourrez être source de beauté. Sachez que dans nos faiblesses, nous trouvons nos forces.

# Le processus de communication

Être conscient/consciente des différentes composantes du processus de communication peut augmenter votre efficacité comme communicateur ou communicatrice. Chaque partie du processus joue un rôle essentiel. Le diagramme ci-dessous illustre le processus de communication de base.



# Questions ouvertes

Une question ouverte est conçue pour favoriser une réponse complète et constructive, qui demande que la personne qui y répond ait recours à ses connaissances et ses sentiments. C'est le contraire d'une question fermée, qui favorise une réponse courte ou une réponse « oui ou non ». En général, les questions ouvertes sont plus objectives et moins suggestives que les questions fermées. Typiquement, elles commencent par des mots comme « Pourquoi » et « Comment » ou par des phrases comme « Parlez-moi de... » Souvent, ce n'est pas techniquement une question, mais plutôt un énoncé qui exige implicitement une réponse. En voici des exemples :

- Dites-moi, que pensez-vous de cela?
- Qu'aimez-vous de cette idée?
- Pourquoi suggérez-vous cela?
- Comment planifiez-vous y arriver?
- D'après vous, qu'arrivera-t-il maintenant?
- Comment changeriez-vous les choses?
- Que souhaitez-vous qu'il se passe?
- Qu'est-ce qui cause le problème?
- Quel est le meilleur scénario possible?

Maintenant, essayez-les vous-mêmes.

## **Des questions ouvertes peuvent commencer, par exemple, par :**

- Qu'arriverait-il si...
- Je me demande...
- Que pensez-vous de...
- De quelle façon...
- Parlez-moi de...
- Que feriez-vous...
- Comment pouvons-nous...
- Comment avez-vous...
- Quelles sont vos impressions au sujet de...
- Pourquoi?
- Que voulez-vous dire?
- Et si...
- Expliquez-moi...
- Que pensez-vous de...
- Pouvez-vous exposer plus en détails...
- Dites-m'en davantage sur...





## Prendre soin de soi et prendre soin les uns des autres

**DURÉE : 90 MINS**

### Objectifs :

- Comprendre comment prendre soin de soi tout en œuvrant pour le changement dans son quartier.
- S'appuyer mutuellement pour élaborer un plan d'autogestion de la santé.

### Quand l'utiliser :

- Avec les membres d'un groupe qui veulent connaître des façons de prendre soin de soi et de prendre soin les uns des autres tout en œuvrant pour le changement dans leur quartier.
- Lorsque seuls quelques individus assument la plus grande part du travail de changement dans leur quartier.
- Avec des individus et des groupes qui souhaitent fixer des limites afin de maintenir leur énergie pour continuer le travail dans le quartier.

### Fournitures :

- Tableau papier et crayons-feutres
- Musique douce et un appareil pour la faire jouer
- Une roue médicinale dessinée sur le tableau papier, avec des sections de couleurs : Est, physique, jaune; Sud, mental, rouge; Ouest, émotionnel, noir; Nord, spirituel, blanc (Activité 4)
- Sur un tableau papier, faites des cercles représentant l'individu (au centre), la famille et les amis, le quartier, et la collectivité (autour), comme sur le document à distribuer (Activité 4)

### Documents à distribuer :

- *La roue médicinale* (Activité 4)
- *Les bienfaits de prendre soin de soi et de prendre soin les uns des autres* (Activité 4)
- *Obstacles à l'autogestion de la santé* (Activité 5)
- *Établir des limites* (Activité 6)
- *Lettre d'engagement à prendre soin de soi* (Activité 8)
- *Formulaire d'évaluation des participantes et participants* (Annexe C) (Activité 8)



## FEUILLE DE TRAVAIL DE COFACILITATION : PRENDRE SOIN DE SOI ET PRENDRE SOIN LES UNS DES AUTRES

OBJECTIFS	ACTIVITÉ	FOURNITURES	RÔLES
Présentations et raisons de prendre soin de soi <b>10 min</b>	<b>Activité 1 : Accueil et présentations</b> – Noter les raisons sur le tableau papier – Passer les objectifs en revue	– Tableau papier et crayons-feutres	
Se détendre en vue de l'atelier <b>10 min</b>	<b>Activité 2 : Exercice de détente</b> – Se détendre avant l'atelier en participant à un exercice de méditation	– Musique douce – Dispositif audio	
Cerner le rôle de l'autogestion de la santé dans le travail qu'on fait pour son quartier <b>5 min</b>	<b>Activité 3 : Le rôle de l'autogestion de la santé</b> – Pourquoi est-ce important de prendre soin de soi quand on œuvre pour son quartier?	– Tableau papier et crayons-feutres	
Comprendre les bienfaits de prendre soin de soi <b>20 min</b>	<b>Activité 4 : La roue médicinale</b> – Enseignements de la roue médicinale – Remplir la roue médicinale pour prendre soin de soi – Bienfaits de prendre soin de soi	– Document : <i>La roue médicinale</i> – Tableau papier et crayons-feutres	
Identifier les obstacles à l'autogestion de la santé <b>10 min</b>	<b>Activité 5 : Obstacles à l'autogestion de la santé</b> – Explorer ce qui nous empêche de prendre soin de soi	– Handout: <i>Barriers to Self Care</i>	
Comprendre le rôle des limites dans l'autogestion de la santé <b>15 min</b>	<b>Activité 6 : Limites</b> – Activité sur les limites physiques – Facteurs qui déterminent les limites – Rôles des limites	– Document : <i>Établir des limites</i>	
Lancer un plan d'autogestion de la santé <b>15 min</b>	<b>Activité 7 : Plan d'autogestion de la santé</b> – <i>Lettre d'engagement à prendre soin de soi</i> – Engagement du groupe à prendre soin de soi	– Tableau papier et crayons-feutres – <i>Lettre d'engagement à prendre soin de soi</i>	
Évaluer l'atelier <b>5 min</b>	<b>Activity 8: Evaluation</b> – Distribuer et faire remplir le <i>Formulaire d'évaluation des participantes et participants</i> (Annexe C)	– Document : <i>Formulaire d'évaluation des participantes et participants</i>	

## ACTIVITÉ 1 : Accueil et présentations – 10 min

**OBJECTIF :** Accueillir tout le monde et s'assurer qu'ils et elles comprennent le but de l'atelier.

### DÉROULEMENT :

- Souhaitez la bienvenue à tous.
- Invitez chaque personne à se présenter et à mentionner une raison pour laquelle il est important de prendre soin de soi. Notez leurs réponses sur le tableau papier pour y faire référence plus tard au cours de l'atelier.
- Passez les objectifs en revue.

## ACTIVITÉ 2 : Exercice de détente – 10 min

**OBJECTIF :** Aider les gens à se détendre.

### DÉROULEMENT :

Expliquez aux membres du groupe que vous allez faire un exercice de respiration profonde et de relaxation progressive/une méditation. Invitez ceux et celles qui se sentent à l'aise de le faire à y participer. Faites jouer de la musique douce et commencez à parler d'une voix apaisante.

Dites : « Je vous invite à vous asseoir confortablement sur votre chaise, avec les pieds bien à plat sur le sol. »

« Vous pouvez mettre vos mains sur vos genoux, dans la position que vous trouvez la plus confortable : les paumes vers le bas ou les paumes vers le haut. Ou encore, vous préférez peut-être que vos pouces et vos index se touchent. »

« Si vous êtes installé/installée confortablement, je vous invite à respirer lentement et profondément, trois fois de suite. » (Faites une pause.)

« Si vous êtes à l'aise de le faire, je vous invite à fermer les yeux. »

Dites ensuite : « Inspirez lentement en comptant mentalement : 1, et 2, et 3, et 4. Expirez en comptant : 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8. »

« Inspirez : 1, et 2, et 3, et 4. Expirez : 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8. » Répétez cela.

« Maintenant, respirez normalement. »

« Je vous invite à prendre conscience de votre inspiration, et de votre expiration. » (Faites une pause)

« Sentez l'air entrer par vos narines... et ressortir, doucement et lentement, entre vos lèvres. »

« Si des pensées se présentent à votre esprit, observez-les simplement, comme si elles étaient des nuages distants, et elles finiront par se dissiper. »

« Concentrez-vous uniquement sur votre respiration. »

« Parcourez mentalement votre corps, pour voir s'il y a de la tension... et relâchez ces muscles tendus. » (Faites une longue pause)

« En commençant par vos pieds, dites-vous : "Je détends mes orteils. Je détends mes orteils. Je détends mes orteils. Mes orteils sont très détendus." »

Continuez à guider les participants et participantes en disant :

« Je détends mes pieds. Je détends mes pieds. Je détends mes pieds. Mes pieds sont très détendus. »

Répétez l'énoncé ci-dessus en insérant différentes parties du corps, par exemple les chevilles, jambes, mollets, genoux, cuisses, hanches, abdomen, poitrine, dos, torse, épaules, cou, visage.

« Je détends l'arrière de ma tête. » (Marquez des pauses pour que les gens complètent mentalement les phrases.)

« Je détends mon corps entier. » (Faites une longue pause.)

Terminez en disant :

« En votre for intérieur, je vous invite à dire doucement : “Je suis calme. Je suis serein/sereine. Je me sens bien centré/centrée. Je me sens solide.” »

« Quand vous serez prêt/prête, si vous avez les yeux fermés, je vous invite à les rouvrir. »

### ACTIVITÉ 3 : Le rôle de l'autogestion de la santé – 5 min

**OBJECTIF :** Cerner le rôle de l'autogestion de la santé dans le travail qu'on fait pour son quartier.

**DÉROULEMENT :**

- Posez la question suivante au groupe : « *Pourquoi est-ce important que les membres d'un groupe œuvrant dans le quartier prennent soin d'eux-mêmes?* »
- Notez les réponses sur le tableau papier.

### ACTIVITÉ 4 : La roue médicinale – 20 min

**OBJECTIF :** Utiliser les enseignements de la roue médicinale pour comprendre les bienfaits de prendre soin de soi.

**DÉROULEMENT :**

• **Introduire la roue médicinale (5 min)**

Les informations suivantes offrent un aperçu de la terminologie utilisée par la communauté autochtone. Les meilleures sources de connaissances sur la culture et les traditions autochtones sont les personnes et les communautés autochtones elles-mêmes.

Dites au groupe que le document *La roue médicinale*, que vous allez distribuer, peut leur servir de ressource pour mieux comprendre les enseignements.

La roue médicinale représente le cercle de la vie. C'est un symbole très profond et complexe. Il faudrait toute une vie pour comprendre pleinement tous les enseignements qui lui sont liés. Un concept fondamental de la roue médicinale repose sur l'équilibre, l'harmonie et les interrelations/l'interconnectivité.

Les quatre directions de la roue médicinale nous rappellent plusieurs choses, en particulier la nécessité d'un équilibre dans le monde, et l'équilibre intérieur que nous devons nous efforcer d'atteindre quotidiennement. Pour les besoins de cet atelier, nous vous distribuons un document contenant une explication très élémentaire de la roue médicinale. Nous reconnaissons que ces enseignements varient d'une région à l'autre de l'île de la Tortue (l'Amérique du Nord), et ce fait est respecté. Ceci n'est qu'une version de ces enseignements, toutefois, les principes fondamentaux des enseignements de toutes les Nations sont les mêmes.

## L'EST

Cette direction est le site du domaine physique, la couleur jaune.

## LE SUD

Cette direction est le site du domaine mental, la couleur rouge.

## L'OUEST

Cette direction est le site du domaine émotif, la couleur noire. L'Ouest nous enseigne qu'on ne trouve pas nécessairement la paix dans notre tête; elle vient du cœur. Cette direction nous enseigne aussi la créativité et les joies de la spontanéité et de l'expression artistique.

## LE NORD

Cette direction est le site du domaine spirituel, la couleur blanche. Dans ce contexte, « spirituel » signifie que c'est dans cet état que l'on trouve la paix, l'interconnectivité et un sens profond.

Nous avons maintenant tracé un cercle complet et je remercie les enseignements de l'Est, du Sud, de l'Ouest et du Nord. *Meegwetch* (reconnaissance) aux nombreux aînés et aînées qui ont transmis leurs enseignements aux sept prochaines générations.

– Source: *Enseignements traditionnels d'une diversité de grands-pères et grands-mères autochtones d'Amérique du Nord.*

### • Remplir la roue médicinale (15 min)

Distribuez le document *La roue médicinale* et invitez les individus à remplir leur propre roue

– Posez la question : « *Comment prenez-vous soin de vous-même, ou aimeriez-vous prendre soin de vous-même, dans chacune de ces directions?* »

**Est/physique :** exercice, nutrition, détente

**Sud/mental :** apprendre, lire, temps de réflexion

**Ouest/émotif :** honorer et exprimer vos sentiments

**Nord/spirituel :** prière, méditation, passer du temps dans la nature, liens avec autrui

– Invitez les participants et participantes à exprimer une des idées provenant de leur roue médicinale. Écrivez les réponses sur le tableau papier.

– Distribuez le document *Les bienfaits de prendre soin de soi*, dans lesquels l'individu est au centre, le cercle suivant représente la famille/les amis, le cercle suivant, le quartier et le dernier cercle, la collectivité.

– Référez-vous à l'image des cercles sur le tableau papier et invitez les participants et participantes à donner un exemple de réponse dans chacune des sections.

**Conseil :** Soulignez que, comme individus et comme groupe, prendre soin de nous-mêmes nous rend plus aptes à effectuer des changements à l'échelle du système, par exemple en exprimant nos préoccupations ou en collaborant avec les fournisseurs de services et avec la Ville.

## ACTIVITÉ 5 : Obstacles à l'autogestion de la santé – 10 min

**OBJECTIF :** Identifier les obstacles à l'autogestion de la santé.

### DÉROULEMENT :

- Distribuez le document *Obstacles à l'autogestion de la santé*.
- Invitez les participantes et les participants à y inscrire leurs réponses. (5 min)
- Demandez au groupe :
  - « *Qu'est-ce qui vous empêche de prendre soin de vous-même?* »
  - Écrivez leurs réponses sur le tableau papier.
  - Demandez : « *Que remarquez-vous?* » (5 min)

## ACTIVITÉ 6 : Exercice participatif sur les limites – 15 min

**OBJECTIF :** Comprendre le rôle que jouent les limites dans l'autogestion de la santé.

### DÉROULEMENT :

- Expliquez qu'une limite est une barrière invisible entre vous et les autres. C'est une frontière que vous ne voulez pas franchir et que vous ne permettez pas aux autres de traverser.
- Décrivez entièrement cet exercice au groupe avant de le commencer :
- Exercice de partenariat :
  - Invitez les participants et participantes à former deux lignes qui se font face. Chaque personne a un ou une partenaire; ils/elles se tiennent face à face.
  - Demandez à un des partenaires de marcher vers l'autre personne, qui dira « stop » ou lèvera sa main devant elle pour indiquer à la personne qui s'avance d'arrêter, lorsque celle-ci aura atteint la limite de la zone de confort de la personne stationnaire.
  - Les participants et participantes changent ensuite de rôle pour que chaque personne puisse faire l'expérience des deux rôles.
  - Une fois que tout le monde a joué les deux rôles, invitez les membres du groupe à livrer leurs commentaires. Qu'est-ce qu'ils et elles ont remarqué pendant que l'autre s'approchait d'eux? À quoi pensaient-ils? Que ressentaient-elles?
  - Demandez-leur de répéter l'exercice, mais cette fois-ci, de prendre encore un petit pas vers elle ou lui lorsque leur partenaire leur demande d'arrêter.
  - Renversez les rôles pour que tout le monde ait la chance de jouer les deux.
  - Invitez les participants et participantes à exprimer la différence qu'a faite l'ajout de ce petit pas supplémentaire. Qu'ont-ils ressenti? Qu'ont-elles pensé?
- Demandez-leur : « *Quels autres facteurs peuvent influencer/déterminer les limites de quelqu'un?* »

**Conseil :** Soulignez que nous avons tous et toutes des limites différentes, en fonction de nos expériences de vie et d'autres facteurs comme l'âge, la grandeur, la taille, le sexe, la culture, etc.

- Cet exercice est un exemple de limites liées à l'espace physique et aux sentiments éprouvés quand nos limites sont franchies. Nous avons tous et toutes des limites émotives, mentales et spirituelles aussi. Il est sain d'avoir une bonne idée de nos propres limites, ainsi que des limites des autres.
- Il est particulièrement important de savoir établir des limites avec les gens « difficiles »; surtout avec les individus critiques, contrôlants, manipulateurs, exigeants ou agressifs. Distribuez le document *Établir des limites*.
- Expliquez que souvent, dans le travail communautaire, il y a quelques personnes qui font la plus grande partie de l'organisation, de la planification et du bénévolat. Les gens ont plusieurs responsabilités dans la vie, alors il est facile pour les individus ou pour les membres d'un groupe d'être stressés quand il n'y a que quelques personnes qui s'affairent à l'organisation du quartier. Il est important de connaître nos limites individuelles et nos limites de groupe afin de conserver notre énergie pour effectuer le travail dans le quartier.

## ACTIVITÉ 7 : Passer à l'action – 15 min

**OBJECTIF :** Lancer un plan d'autogestion de la santé.

### DÉROULEMENT :

- Distribuez des feuilles de papier pour que chacun et chacune écrive trois « engagements à prendre soin de soi » qui l'aideront, pour les trois prochains mois, dans son travail pour le bien du quartier. Donnez aussi à chaque participant et chaque participante une enveloppe pour placer sa lettre d'engagement. Ramassez toutes les *lettres d'engagement à prendre soin de soi* et informez-les que leur lettre leur sera envoyée par la poste dans trois mois.
- Invitez le groupe à déterminer trois engagements collectifs qu'ils et elles prendront pour encourager le groupe à prendre soin de lui-même. Inscrivez les réponses sur le tableau papier.

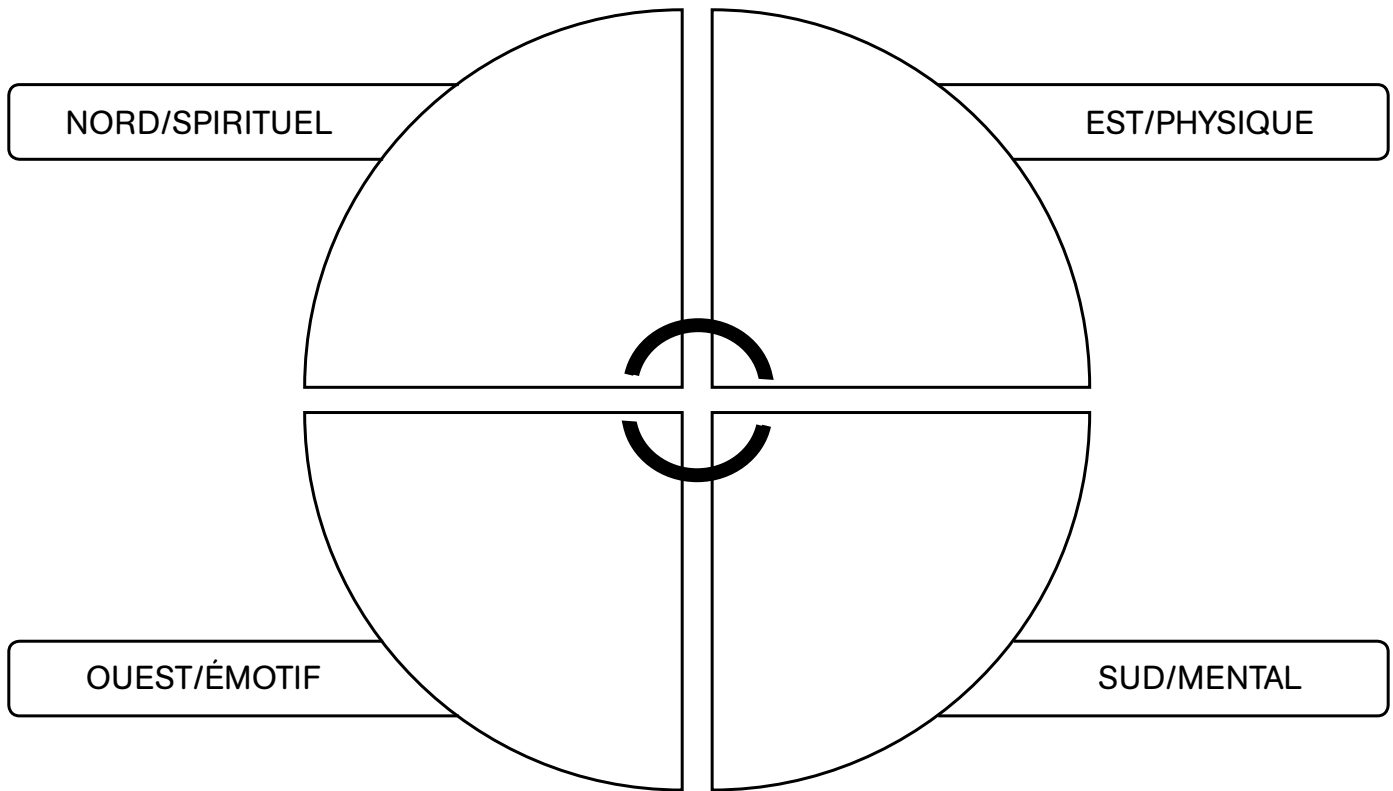
## ACTIVITÉ 8: Évaluation – 5 min

**OBJECTIF :** Évaluer l'atelier.

### DÉROULEMENT :

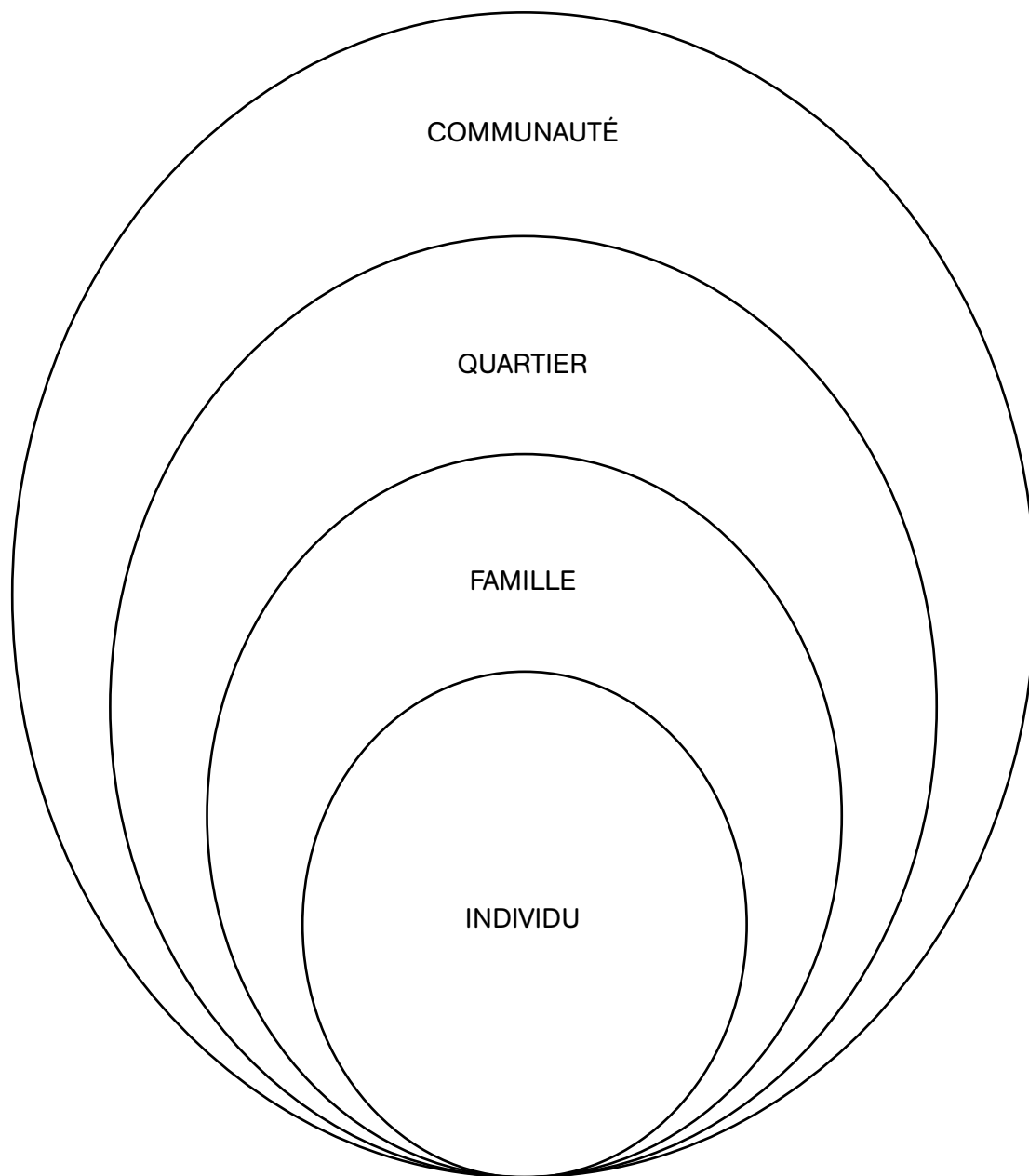
- Distribuez le *Formulaire d'évaluation des participantes et participants* (Annexe C) et demandez-leur de le remplir.

# La roue médicinale





# Les bienfaits de prendre soin de soi et de prendre soin les uns des autres



# Obstacles à l'autogestion de la santé

Voici une liste de facteurs que certaines personnes perçoivent comme des obstacles qui les empêchent de profiter pleinement du temps dont elles disposent pour prendre soin d'elles-mêmes. À quelle fréquence avez-vous l'impression que ces facteurs vous empêchent de profiter pleinement de votre temps libre?

**1 = Rarement**

**2 = Parfois**

**3 = Souvent**

J'ai trop d'obligations familiales.

Le travail est ma priorité numéro Un.

Je n'ai le goût de rien.

Je vis trop de stress au quotidien.

Je n'arrive pas à décider ce que j'aimerais faire.

J'ai tendance à m'engager à trop faire.

Je n'ai pas assez d'argent pour des loisirs.

Je n'ai pas les compétences qu'il faut pour faire ce que j'aimerais.

Je n'ai pas assez de temps libre.

J'hésite à commencer quelque chose de nouveau.

Je ne connais pas les possibilités qui sont offertes.

C'est difficile de faire le premier pas. Je procrastine.

Je commence toutes sortes de choses, mais pour différentes raisons, je ne semble jamais capable de poursuivre.

Je n'ai personne avec qui participer aux activités qui m'intéressent.

Je ne suis pas à l'aise dans les situations sociales.

Il n'y a pas de programmes ni d'installations.

Je me sens limité/limitée par les attentes de ma famille ou de mes amis/amies.

Je me sens submergé/submergée par les besoins du quartier et il n'y a pas assez de monde qui s'implique pour répondre à ces besoins.

# Établir des limites

## Qu'est-ce qu'une limite?

Une limite est une barrière invisible entre vous et les autres. C'est une frontière que vous ne voulez pas franchir et que vous ne permettez pas aux autres de traverser.

Il est sain d'avoir une bonne idée des limites de nos sentiments et de nos opinions, ainsi que des limites des sentiments et des opinions des autres.

Il est particulièrement important de savoir établir des limites avec les gens « difficiles »; surtout avec les individus critiques, contrôlants, manipulateurs, exigeants ou agressifs.

## Comment est-ce que je peux communiquer mes limites aux autres?

Voici des façons de le dire :

J'ai un problème avec cela.

Je ne veux pas.

Voici ce dont j'ai besoin.

Il n'est pas facile pour moi de vous dire ceci.

Je comprends votre point de vue.

Je ne suis pas à l'aise avec cela.

J'aimerais mieux ne pas...

Oui, cela me dérange.

Je préfère ne pas...

C'est important pour moi.

Je vais y réfléchir.

Ce n'est pas acceptable.

Je suppose que nous voyons les choses différemment.

## Avec qui dois-je établir des limites claires?

# Lettre d'engagement à prendre soin de soi

*Date:*

*Cher, chère*

*Je m'engage à prendre soin de moi-même en :*

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

*Voici certains des bienfaits de prendre soin de soi-même lorsqu'on œuvre pour le quartier :*

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

*Cordialement,*

## Défendre les intérêts de la communauté

### Objectifs :

**DURÉE : 90 MINS**

- Explorer notre puissance individuelle et collective.
- Développer la confiance afin d'aborder nos difficultés de façon efficace.

### Quand l'utiliser :

- Quand des résidents et résidentes veulent remédier à une difficulté, mais ne sont pas sûrs comment s'y prendre ou manquent de confiance.
- Quand des individus soulèvent des questions de leur propre initiative, sans se rendre compte du potentiel de la puissance collective.

### Installation :

- Installez des chaises autour de petites tables, face au mur où vous collerez les étoiles.  
(Note : si vous n'avez pas de petites tables, formez un demi-cercle)

### Fournitures :

- Tableau papier, ruban-cache, crayons-feutres
- Stylos pour tous les participants et participantes
- Des citations (une ou deux par table) imprimées en gros caractères sur du papier de couleur, coupées en trois ou quatre morceaux. (Option : si vous n'avez pas de tables, faites travailler les gens deux par deux; sélectionnez des citations – un nombre égal à la moitié du nombre de participantes et participants – imprimées en gros caractères sur du papier de couleur, et coupées en deux.) Choisissez les citations parmi les *Citations sur la défense des intérêts de la communauté*, p 82. (Activité 1)
- Des étoiles découpées dans du papier jaune vif (Activité 2)
  - Petites étoiles, environ de la taille de la paume d'une main, une par participante/participant (Activité 2)
  - Grandes étoiles, plus grandes que la main, une par groupe (Activité 2)
  - Une petite étoile, une grande étoile et une très grande étoile (Activité 3)
  - Étoiles de taille moyenne, une pour chaque intervenant dans l'histoire (Activité 4)
  - Étoiles de taille moyenne, une par participante/participant (Activité 5)
- Paniers pour distribuer les étoiles (une par table ou à faire circuler si assis en demi-cercle)
- Un exemplaire d'*Histoire de changement dans un quartier* (Activité 4), ou une histoire de votre choix, en vous assurant qu'elle comporte tous les éléments de la feuille d'exercice *Amener du changement dans nos quartiers*
- La feuille d'exercice *Amener du changement dans nos quartiers* – découpée en lanières (par sujet), en assez d'exemplaires pour que chaque membre des petits groupes ait les questions qu'ils devront relever pendant l'histoire (Activité 4)

### Documents à distribuer:

- *Citations sur la défense des intérêts de la communauté* (Activité 5)
- *Styles de communication* (Activité 3)
- Documents supplémentaires (p 84-95), au besoin et selon les intérêts particuliers des membres de votre groupe (Activité 4)
- *Formulaire d'évaluation des participantes et participants* (Annexe C) (Activité 5)

## FEUILLE DE TRAVAIL DE COFACILITATION : DÉFENDRE LES INTÉRÊTS DE LA COMMUNAUTÉ

OBJECTIFS	ACTIVITÉ	FOURNITURES	RÔLES
Créer un lieu sûr où explorer le sens de la défense des intérêts de la communauté <b>15 min</b>	<b>Activité 1 : Échange sur les citations</b> – Tour de table de présentations – Assembler les citations – Qu’est-ce que les citations nous apprennent sur le sens de la défense des intérêts de la communauté?	– Citations coupées en morceaux ou en deux	
Reconnaître notre capacité à amener un changement positif <b>25 min</b>	<b>Activité 2 : Faire l’expérience de notre puissance</b> – Évoquer la puissance individuelle – Petits groupes : échange d’histoires de puissance – Réflexion en grand groupe	– Petites étoiles, une par participante/ participant – Grandes étoiles, une par table	
S’amuser à reconnaître nos propres styles de communication et réfléchir au style le plus efficace <b>15 min</b>	<b>Activité 3 : Jeu de rôles sur les styles de communication</b> – Jeu de rôles – Réflexion en grand groupe	– Étoiles jaunes (une petite, une grande, une très grande) – Document : <i>Styles de communication</i>	
Tirer des leçons d’une histoire de changement dans un quartier <b>30 min</b>	<b>Activité 4 : Histoire de changement dans un quartier</b> – Présenter l’activité – Discussion en petit groupe – Réflexion en grand groupe – Résumé	– Document : <i>Histoire de changement dans un quartier</i> – <i>Feuille d’exercice (coupée en lanières) : Amener du changement dans nos quartiers</i> – Autre(s) document(s) à distribuer	
Évaluer la séance et partir en se sentant inspiré/inspirée <b>5 min</b>	<b>Activité 5 : Évaluation et conclusion</b> – Les participantes et participants écrivent sur leur étoile et la rapportent à la maison – Distribuer les <i>Citations sur la défense des intérêts de la communauté</i> – Distribuer et faire remplir le <i>Formulaire d’évaluation des participantes et participants</i> (Annexe C)	– Petites étoiles, une par participante/ participant – Document : <i>Citations sur la défense des intérêts de la communauté</i> – Document : <i>Formulaire d’évaluation des participantes et participants</i>	

## ACTIVITÉ 1 : Exercice d'échange sur les citations – 15 min

**OBJECTIF :** Créer un lieu sûr où explorer le sens de la défense des intérêts de la communauté.

### DÉROULEMENT :

- Souhaitez la bienvenue aux participantes et participants et faites un tour de table de présentations où chaque personne se nomme.
- Distribuez une ou deux citations (imprimées sur de grandes feuilles de couleur coupées en trois ou quatre morceaux) à chaque table. Invitez les participantes et participants à assembler la ou les citation(s) et à discuter de ce qui leur plaît dans ces citations.
- Au bout de quelques minutes, invitez chaque groupe à lire sa (ses) citation(s) au grand groupe.  
**Option :** Si vous n'avez pas de tables, vous pouvez répandre par terre des morceaux de papier où sont inscrites des moitiés de citations (une moitié de citation par participant/participante). Demandez aux participantes et participants de ramasser une moitié de citation et de trouver la personne qui détient l'autre moitié, puis de lire les citations et de discuter de ce qui leur plaît. Invitez chaque paire à partager sa citation avec le groupe.
- Une fois que tout le monde a lu sa citation, demandez, « *Qu'est-ce que ces citations nous apprennent sur le sens de la défense des intérêts de la communauté?* » ou « *Que fait un/une défenseur des intérêts de la communauté?* » Écrivez les idées des participantes sur le tableau papier sous la rubrique Défenseur des intérêts de la communauté.
- Expliquez qu'au cours de l'atelier, nous explorerons ces thèmes plus en profondeur par une série d'exercices interactifs où nous pourrons tirer parti de l'expérience de chacun et chacune.

## ACTIVITÉ 2 : Faire l'expérience de notre puissance – 25 min

**OBJECTIF :** Reconnaître notre capacité à amener un changement positif.

### DÉROULEMENT :

#### • Évoquer la puissance individuelle (5 min)

Affichez au mur une étoile à laquelle vous vous référerez en présentant l'activité. Donnez une étoile de papier jaune et un stylo à tout le monde. Remarquez que les étoiles sont très loin de nous et que pourtant, elles sont tellement puissantes qu'on peut les voir à des années-lumière. Ces étoiles représentent la puissance que nous avons toutes et tous en nous. Souvent, nous ne réalisons pas que nous avons de la puissance.

Dites-leur que vous allez prendre un moment pour vous rappeler les fois où vous vous êtes sentis puissants et puissantes. Invitez-les à se détendre, à fermer les yeux et à prendre une grande respiration. Puis, lentement, lisez ce texte à voix haute :

*« Pensez à un moment, ou à des moments dans votre vie où vous vous êtes senti/sentie puissant/puissante. Un moment où il est arrivé quelque chose d'important et de bon grâce à un choix que vous avez fait, grâce à quelque chose que vous avez dit ou fait, grâce à qui vous êtes. Choisissez l'un de ces moments... revivez la scène... rejouez-la dans votre esprit... Qu'est-ce qui fait que vous vous sentiez puissant/puissante à ce moment-là? Quels impacts positifs vos actions ont-elles eues sur d'autres personnes? »*

Ensuite, demandez-leur d'ouvrir les yeux et d'écrire ou de dessiner sur leur étoile quelque chose qui leur donne le sentiment d'être puissant/puissante. Note : Certaines personnes auront peut-être le sentiment de ne jamais s'être senties puissantes. Les facilitatrices donneront un exemple d'un moment où elles-mêmes se sont senties puissantes en prenant soin de choisir un exemple auquel les membres du groupe pourront s'identifier, par exemple « *j'ai pris la parole devant un groupe et j'ai donné mon opinion.* »

### • **Petits groupes : échange d’histoires de puissance (10 min)**

Dites-leur que cet exercice nous donne l’occasion de raconter nos histoires de puissance personnelles. En groupes de quatre, chaque personne relate son histoire de sentiment de puissance. Pendant que quelqu’un raconte son histoire, les autres écoutent sans faire de commentaires.

Formez les groupes et commencez l’échange. Après quatre minutes, annoncez que la moitié du temps est écoulée et demandez-leur de s’assurer que tout le monde aura le temps de raconter son histoire.

Quand il ne reste plus que deux minutes, donnez une grande étoile de papier à chaque groupe. Invitez-les à discuter de ce que ces histoires leur ont appris sur la puissance que nous détenons et à écrire une idée principale sur l’étoile de papier du groupe.

### • **Discussion en grand groupe (10 min)**

De retour en grand groupe, invitez chacun des petits groupes à partager l’idée inscrite sur son étoile collective, puis à afficher celle-ci sur le mur en même temps que les étoiles individuelles de ses membres. Une fois que toutes les étoiles sont affichées, désignez-les et demandez aux participantes et participants ce qui les frappe.

Remarquez :

- Quand nous utilisons cette puissance personnelle pour le bien de la collectivité, nous agissons en défenseurs des intérêts de la communauté.
- Quand nous joignons nos étoiles à celles des autres et que nous travaillons ensemble, nous pouvons illuminer le ciel et disposer d’une puissance encore plus grande pour opérer un changement positif.



Posez la question suivante au groupe et commencez à scander : « À qui le pouvoir? »

Réponse : « À nous le pouvoir! »

Adapté de : *Despair and Personal Power in the Nuclear Age* par Joanna Macy

## **ACTIVITÉ 3 : Jeu de rôles sur les styles de communication - 15 min**

**OBJECTIF :** S’amuser à reconnaître nos propres styles de communication et réfléchir au style le plus efficace pour aborder nos difficultés.

**HOW:**

### • **Jeu de rôle (3 min)**

Avant l’atelier, choisissez un enjeu de quartier auquel le groupe peut s’identifier (p. ex. la collecte des déchets) et répétez un court jeu de rôle (2 à 3 min) pour illustrer trois styles de communication. Les acteurs pourraient être les deux facilitatrices/facilitateurs et une participante/un participant. Ceux/celles qui jouent les personnages agressif et passif jouent leur rôle à l’extrême pour rendre la chose tellement évidente que c’en est drôle. Leurs comportements commencent à changer quand le personnage proactif démontre une approche plus constructive :

**AGRESSIF** (porte une très grande étoile jaune) : Entre en scène avec beaucoup de confiance et impose ses idées aux autres.

**PASSIF** (porte une très petite étoile jaune) : Parle à peine assez fort pour qu’on entende ses idées et laisse le personnage agressif dominer.

**PROACTIF** (porte une grande étoile jaune) : Entre en scène après que les deux autres ont démontré leurs styles de communication. Il ou elle écoute les autres, clarifie ce qu’ils ou elles disent, prend quelques moments pour évaluer ce qu’il ou elle en comprend et suggère un plan d’action positif aux autres. (Voir Le style proactif dans le document *Styles de communication*.)



- **Réflexion en grand groupe (8 min)**

Demandez : « *Qu'est-ce qui s'est passé? Quelles étaient les façons différentes d'aborder la situation?* »

**Note :** Assurez-vous que la conversation demeure centrée sur les styles de communication et non sur l'enjeu.

Faites remarquer que certains et certaines d'entre nous ont une étoile qui brille si fort que nous ne remarquons pas les autres étoiles qui brillent autour de nous, tandis que d'autres hésitent à laisser leur étoile briller. Demandez au groupe ce que la troisième personne a fait différemment.

Distribuez le document *Styles de communication* et passez-le en revue en invitant les participantes et les participants à reconnaître leur propre style. Mentionnez qu'en utilisant une approche proactive, nous avons de meilleures chances d'accomplir des choses positives ensemble.

## ACTIVITÉ 4 : Histoire de changement dans un quartier – 30 min

**OBJECTIF :** Tirer des leçons d'une histoire de changement dans un quartier.

### DÉROULEMENT :

- **Présenter l'activité (3 min)**

Indiquez aux participantes et participants que vous allez lire une histoire (ou conter votre propre histoire) au sujet d'un quartier dont les résidentes et résidents se sont unis pour produire un changement positif. Signalez-leur qu'ils et elles devront être à l'écoute et identifier différents éléments dans l'histoire afin de tout entendre. Divisez le groupe en trois équipes qui s'assoieront ensemble pour écouter l'histoire. Donnez l'un des thèmes suivants à chaque équipe : (Équipe 1) Évaluer la situation. (Équipe 2) Reconnaître le pouvoir. (Équipe 3) Stratégies de changement. Distribuez à chaque équipe sa section de la feuille d'exercice *Amener du changement dans nos quartiers*.

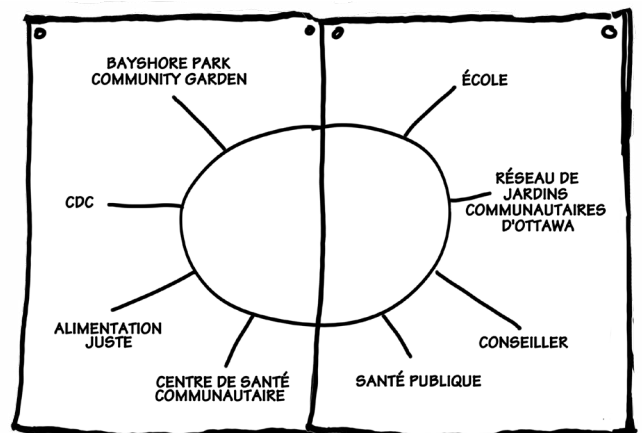
- **Lire le texte : Histoire de changement dans un quartier (5 min)**

- **Discussion en petit groupe (5 min)**

Invitez les équipes à discuter de l'histoire selon le thème qui leur avait été assigné, et à désigner une personne du groupe pour présenter un compte-rendu de la discussion au grand groupe.

- **Réflexion en grand groupe (12 min)**

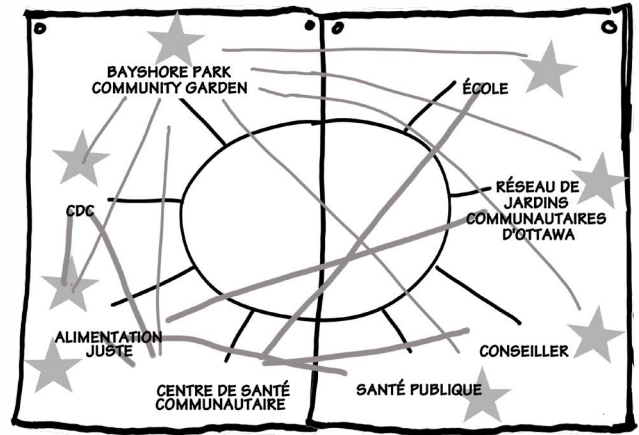
Collez deux feuilles de tableau papier avec du ruban-cache et dessinez un cercle au milieu. Demandez à l'équipe 1 de nommer les enjeux, les intervenants et les intérêts de chacun. Dans le cercle, écrivez l'enjeu et, en gros caractères, écrivez les noms des intervenants. Si ce n'est pas déjà fait, demandez au groupe d'ajouter « les résidents et résidentes ».



Demandez à l'équipe 2 d'identifier qui détient le pouvoir dans cette situation et de quel type de pouvoir il s'agit (par exemple : ceux qui établissent les règles, ceux qui ont l'argent). Écrivez les types de pouvoir sur des étoiles de papier et collez-les à côté des noms des intervenants sur le tableau.

Demandez quels intervenants sont devenus alliés et dessinez des lignes entre les alliés sur le tableau.

Faites remarquer qu'on peut être surpris de constater qu'une institution ou des individus à l'intérieur d'une institution peuvent être des alliés. On peut voir qu'il existe des intérêts communs en se référant aux intervenants et à leurs intérêts tels qu'identifiés par le groupe 1.



Demandez au groupe 3 de décrire ce que les gens dans l'histoire ont fait pour changer leur situation et accroître leur pouvoir. Si personne ne mentionne le fait d'engager d'autres résidents et résidentes, de construire une force collective ou de travailler avec les alliés, mettez l'accent sur l'importance de ces éléments.

Référez-vous à la description de la communication proactive dans le document sur les *styles de communication* (Activité 3); c'est ce style de communication qui a aidé à rendre ce changement possible.

### • Retour (5 min)

Faites remarquer que cette histoire nous donne un exemple de défense des intérêts de la communauté et que nous avons tous et toutes de telles histoires. Demandez aux participants et participantes de faire un petit remue-méninge sur la question « Que font les défenseurs des intérêts de la communauté pour amener du changement dans leurs quartiers? », en se basant sur leurs propres expériences et sur ce qu'ils et elles ont appris au cours de cet exercice.

Distribuez tout autre document (p. 80 - 95) qui pourrait aider les participantes et participants à agir en défenseur des intérêts de la communauté. (Vous pouvez aussi garder ces documents pour une rencontre future.)

Posez cette question au groupe et commencez à scander : « À qui le pouvoir? »

Réponse : « À nous le pouvoir! »

## ACTIVITÉ 5 : Évaluation et conclusion – 5 min

**OBJECTIF :** Évaluer la séance et partir en se sentant inspiré/inspirée.

### DÉROULEMENT :

- Désignez les étoiles collées au mur pendant l'activité 1. Rappelez aux participants et participantes que chacun/chacune de nous détient une puissance individuelle et que nous brillons plus fort quand nous nous épaulons pour accroître notre puissance collective. Comme le disait Marianne Williamson :  
« Notre plus grande peur n'est pas que nous ne soyons pas à la hauteur. Notre plus grande peur est d'être puissant au-delà de toute mesure. »
- Distribuez une autre étoile de papier à chaque participant et participante; invitez-les à écrire sur leur étoile quelque chose de nouveau qu'ils et elles feront pour être de meilleurs défenseurs des intérêts de la communauté. Dites-leur de rapporter leur étoile à la maison et de la laisser illuminer leur quotidien.
- Distribuez le document *Citations sur la défense des intérêts de la communauté*.
- Distribuez le *Formulaire d'évaluation des participantes et participants* (Annexe C) et demandez-leur de le remplir.

# Styles de communication

Quel est votre style de communication?

Quel style de communication aimeriez-vous développer?

## LE STYLE PASSIF

- Ne reconnaît pas ses droits et, par conséquent, ne les défend pas
- Attend que quelqu'un d'autre identifie ses besoins (au risque d'attendre éternellement!)
- Ne croit pas mériter être traité/traitée avec respect et dignité en tout temps
- S'excuse à tout propos
- Porte le poids des réactions des autres les rares fois où il ou elle parle avec assurance (p. ex. colère, ressentiment)

## LE STYLE AGRESSIF

- Croit que ses droits, idées, sentiments, besoins et désirs sont plus importants que ceux des autres
- Satisfait ses propres besoins et sacrifie ceux des autres au passage
- S'autorise à exprimer de la colère, sans se soucier des conséquences
- Dit ce qu'il ou elle pense, sans égard aux sentiments de son interlocuteur

## LE STYLE PROACTIF (SÛR DE SOI)

- Répond plutôt que de réagir
- S'arrête le temps de prendre conscience de ses émotions (p. ex. en prenant une grande respiration, en allant prendre une marche)
- Est à l'écoute des autres pour entendre différents points de vue
- Clarifie les besoins, les attentes, les peurs et les préoccupations des autres
- Reconnaît les forces de chaque individu, y compris les siennes
- Favorise un environnement positif et encourageant
- Pose des questions ouvertes (p. ex. « qu'est-ce que tu penses qu'on devrait faire? »)
- Accueille toutes sortes d'idées sur la façon d'atteindre un but
- Collabore à l'établissement d'un plan d'action collectif
- Aide les autres et accepte l'aide des autres

# Histoire de changement dans un quartier

Les résidents et résidentes de la communauté de Bayshore trouvaient difficile de se procurer de la nourriture saine. Le quartier manquait d'épiceries et de jardins communautaires. Des membres de la communauté ont exprimé leurs préoccupations à ce sujet lors de discussions et de groupes de consultation. Il a été décidé qu'il serait utile de mettre sur pied un jardin communautaire.

Un comité de résidents et résidentes a été créé pour organiser la mise sur pied du jardin. Afin d'obtenir l'appui des membres de la communauté, le comité a tenu une séance d'information et contacté les deux écoles primaires du quartier ainsi que le Service de santé publique de la Ville d'Ottawa. Le groupe Alimentation juste a beaucoup aidé le comité à comprendre le processus de candidature et le jardinage communautaire en général.

Le groupe a obtenu des lettres d'appui de la direction de l'école publique Bayshore et du bureau du conseiller municipal du quartier Bay, Mark Taylor. Avec l'aide du comité directeur de Hand in Hand Bayshore – un projet du Cadre de développement communautaire (CDC) – et du Centre de santé communautaire Pinecrest-Queensway (CSCPQ), le groupe a soumis une demande de financement au Fonds de développement des jardins communautaires du Réseau des jardins communautaires d'Ottawa et a soumis sa candidature à la Ville d'Ottawa pour la location d'un terrain où faire son jardin.

Par le biais du Réseau des jardins communautaires d'Ottawa, le comité a aussi pris contact avec des membres d'autres jardins communautaires, qui ont pu les conseiller sur les meilleures pratiques. Par exemple, le Jardin communautaire de Vanier a partagé son plan d'aménagement de bacs surélevés, évitant au comité de devoir créer son propre plan d'aménagement.

Les membres du comité ont mis leurs forces et leurs compétences en commun pour prendre des décisions concernant la conception et l'agencement du jardin, l'analyse du sol, les types de bacs à utiliser et le contrat du jardinier. Une résidente a mis ses compétences en œuvre pour rendre la conception du jardin à l'échelle. Des commerces locaux tels que Lee Valley, Bayshore Shopping Centre, Canadian Tire et Loblaws ont fait des dons d'argent et de matériel.

Ainsi, le dimanche 22 juillet 2012, les membres du groupe ont bâti 21 bacs de jardinage. Plusieurs résidents, résidentes et bénévoles (dont des bénévoles de l'équipe de Mark Taylor, de Year2Give, du CSCPQ, du Junior Youth Empowerment Program et du Conseil de la jeunesse de Bayshore) ont participé à la journée de construction, qui s'est avérée un franc succès.

Le groupe, qui s'est donné le nom de Bayshore Park Community Garden Group, partage désormais ses connaissances et ses meilleures pratiques avec d'autres groupes de résidents et résidentes qui envisagent de créer leur propre jardin. Notamment, un groupe de résidents et résidentes de Kanata l'a approché pour obtenir son appui dans la création d'un jardin communautaire dans leur quartier.

# Amener du changement dans nos quartiers

## ÉVALUER LA SITUATION

**Quel est l'enjeu?**

**Qui sont les acteurs et actrices  
(qui sont les personnes concernées)?**

**Quels sont leurs intérêts?**



## RECONNAÎTRE LE POUVOIR

**Au début de l'histoire, qui  
détient le pouvoir?**

**Quelle sorte de pouvoir  
détiennent-ils et elles?**

**Quelles alliances ont été formées  
(qui a partagé son pouvoir avec qui)?**



## STRATÉGIES D'ACTION POUR LE CHANGEMENT

**Qu'est-ce que les résidents et résidentes ont  
fait pour changer leur situation?**

**Comment les résidents et résidentes ont-ils  
renforcé leur pouvoir?**

# Citations sur la défense des intérêts de la communauté

« L'homme n'a pas tissé la toile de la vie, il n'est qu'un fil de tissu. Tout ce qu'il fait à la toile, il le fait à lui-même. » — *Chef Seattle (1854)*

.....

« N'attendez pas que les gens soient gentils, montrez-leur comment faire. » — *Boonaa Mohammed*

.....

« Un peuple uni jamais ne sera vaincu. » — *Cesar Chavez*

.....

« Quand les araignées s'unissent, elles peuvent ligoter un lion. » — *proverbe éthiopien*

.....

« Celui qui croit guider et que personne ne suit ne fait que se promener. » — *proverbe du Malawi*

.....

« Assemblées en fagot, même les brindilles sont incassables. » — *proverbe Bondei, Tanzanie*

.....

« Traversez la rivière en foule, le crocodile ne vous mangera pas. » — *proverbe africain*

.....

« Deux fourmis peuvent transporter une sauterelle. » — *proverbe tanzanien*

.....

« Un seul bracelet ne tinte pas. » — *proverbe congolais*

.....

« Si tu veux aller vite, marche seul. Si tu veux aller loin, marche avec les autres. » — *proverbe africain*

.....

« Notre plus grande peur n'est pas que nous ne soyons pas à la hauteur. Notre plus grande peur est d'être puissant au-delà de toute mesure. » — *Marianne Williamson*

.....

« Être libre, ce n'est pas seulement se débarrasser de ses chaînes; c'est vivre d'une façon qui respecte et renforce la liberté des autres. » — *Nelson Mandela*

.....

« Un individu n'a pas commencé à vivre tant qu'il ne s'est pas élevé au-dessus du confinement étroit de ses préoccupations individualistes vers les préoccupations plus larges de toute l'humanité. » — *Martin Luther King Jr.*

« Ne doutez jamais qu'un petit groupe d'individus conscients et engagés puisse changer le monde. D'ailleurs, rien d'autre n'y est jamais parvenu. » — *Margaret Mead*

---

« Moi seule ne peux pas changer le monde, mais je peux jeter la pierre à travers les eaux pour créer des ondulations nombreuses. » — *Mère Teresa*

---

« Respecte les points de vue des autres et attends-toi à être respecté en retour. Cherche à vivre au service de ton peuple. » — *Chef Tecumseh (1768-1813)*

---

« Sois le changement que tu veux voir en ce monde. » — *Mahatma Gandhi*

---

« Si tu es venu pour m'aider, tu perds ton temps. Mais si tu es venu parce que tu penses que ta libération est liée à la mienne, alors travaillons ensemble. » — *Lisa Watson, femme autochtone d'Australie*

---

« La vie que je touche, que ce soit pour le meilleur ou pour le pire, touchera une autre vie, qui en touchera une autre – qui sait jusqu'où mon geste se répercutera? » — *Frederick Buechner*

---

« Nous ne cherchons pas à changer le monde; nous cherchons à savoir comment vont les autres et comment nos actions affectent le cœur des autres. » — *Pema Chodron*

---

« La coopération repose sur cette conviction profonde : on ne saurait atteindre un but qu'à la condition que tous y parviennent. » — *Virginia Burden*

---

« La chose importante à garder en tête est qu'il ne faut jamais attendre une minute pour commencer à changer le monde. » — *Anne Frank*

---

« Si tu veux te libérer, libère quelqu'un d'autre. » — *Booker T. Washington*

---

« Le pouvoir se répartit en deux principaux pôles : entre ceux qui ont de l'argent et ceux qui ont des gens. » — *Saul Alinsky*

---

« La noirceur ne peut pas chasser la noirceur. Seule la lumière peut le faire. » — *Martin Luther King*

# Qui fait quoi?

## FÉDÉRAL / CANADA / Député fédéral, députée fédérale

Postes Canada Musées nationaux Société Radio-Canada Commission des droits de la personne  
Cour suprême GRC (police nationale) Prestation fiscale pour enfants Assurance emploi  
Congé de maternité et prestation parentale Régime de pensions Numéros d'assurance sociale  
Citoyenneté et Immigration Service de passeport Statistique Canada (recensement)  
Pensions d'invalidité Prestation pour enfants handicapés Militaire Affaires étrangères

## PROVINCIAL

**ONTARIO**  
Député provincial,  
députée provinciale

Électricité  
Écoles  
Garde d'enfants  
Aide à l'enfance  
Assurance-maladie  
Soins de longue durée  
Permis de conduire  
Parcs provinciaux  
Routes provinciales  
Qualité de l'air et de l'eau  
Droits en matière d'emploi  
Établissement des nouveaux arrivants  
Fonds aux municipalités pour le transport en commun  
Services correctionnels  
Police provinciale (OPP)  
Cour provinciale, aide juridique  
Collèges et universités

**Finance et établit les règlements pour :**  
Programme ontarien de soutien aux personnes handicapées (POSPH)  
Ontario au travail  
Soutien du revenu  
Santé publique

## RESPONSABILITÉ PARTAGÉE

Routes Police Lois

Environnement Tourisme Parcs

**Partagent les coûts de certains services, comme le logement social et le transport en commun.**

Les gouvernements fédéral et provincial établissent des règlements que les niveaux plus bas (provincial, municipal) sont tenus de respecter.

Les gouvernements fédéral et provincial ont davantage de moyens de recueillir des fonds que les Villes. Les Villes dépendent donc d'eux pour les aider à payer le coût des services municipaux.

## MUNICIPAL

**OTTAWA**  
Conseiller ou conseillère  
municipal(e)

Art  
Culture  
Eau  
Égouts  
Bibliothèques  
Parcs  
Loisirs municipaux  
Contrôle des animaux  
Stationnement  
Transport en commun  
Entretien des routes  
Déneigement  
Règlements municipaux  
Soins à domicile pour les aînés  
Recyclage, ordures  
Garderies, listes d'attente  
Gestion des logements sociaux  
Programmes de logements abordables  
Pompiers, police, services paramédicaux

**Financement et gestion partiels de :**  
Programme ontarien de soutien aux personnes handicapées (POSPH)  
Ontario au travail  
Soutien du revenu  
Santé publique



# Gouvernement municipal

## Soulever nos préoccupations

**Conseil municipal = Maire + conseillers et conseillères municipaux**

**NOUS LES ÉLISONS TOUS LES QUATRE ANS, ILS ET ELLES SONT RESPONSABLES ENVERS NOUS**

QUI EST-CE?	COMMENT EST-CE QU'ILS ET ELLES PEUVENT NOUS AIDER?
<p><b>CONSEIL MUNICIPAL</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– 23 conseillers et conseillères municipaux; chacun(e) est élu(e) pour représenter les habitants d'un quartier.</li> <li>– Le maire préside le Conseil municipal mais dispose d'une voix comme tous les conseillers et conseillères.</li> <li>– Le conseil municipal se réunit le 2<sup>e</sup> et le 4<sup>e</sup> mercredi du mois, en général.</li> <li>– Pour connaître le sens de leur vote, assistez à une réunion du Conseil ou suivez-la à la télévision de Rogers.</li> <li>– Chacun des conseillers et conseillères a deux bureaux : un dans son quartier; un à l'hôtel de ville</li> </ul>	<p><b>NOTRE CONSEILLER OU CONSEILLÈRE PEUT :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Nous expliquer où aller pour que l'on réponde à notre préoccupation.</li> <li>– Contacter le personnel municipal à ce sujet.</li> <li>– Présenter une motion, ou l'appuyer.</li> <li>– Se servir de sa situation pour obtenir l'attention des médias.</li> </ul> <p><b>Pour soulever nos préoccupations :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Lui téléphoner, ou lui envoyer un courriel ou une lettre.</li> <li>– L'inviter aux activités dans notre communauté.</li> <li>– Organiser une rencontre avec elle ou lui.</li> </ul>
<p><b>COMITÉS PERMANENTS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Sept comités permanents composés de conseillers et conseillères municipaux, sauf la Commission du transport en commun où siègent aussi des citoyens et citoyennes.</li> <li>– Discutent de propositions et votent sur la question avant de demander l'approbation définitive du Conseil.</li> </ul>	<p><b>LES COMITÉS PERMANENTS PEUVENT :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Faire des recommandations au Conseil concernant notre préoccupation.</li> </ul> <p><b>Pour soulever nos préoccupations :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Présenter une députation de 5 minutes.</li> <li>– Envoyer un courriel ou une lettre aux membres et au président/à la présidente, ou les appeler</li> </ul>
<p><b>COMITÉS CONSULTATIFS DES CITOYENS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Composés de citoyens et citoyennes qui posent leur candidature.</li> <li>– Chaque comité consultatif se rapporte à un comité permanent.</li> <li>– Leur rôle est de conseiller le Conseil municipal.</li> </ul>	<p><b>LES COMITÉS CONSULTATIFS PEUVENT :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Entendre nos préoccupations.</li> </ul> <p><b>Pour soulever nos préoccupations :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Parler devant un comité consultatif.</li> <li>– Envoyer un message au coordonnateur/ à la coordonnatrice.</li> <li>– Devenir membre.</li> </ul>
<p><b>PERSONNEL MUNICIPAL</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Appliquent les décisions prises par le Conseil municipal.</li> <li>– Présente des rapports aux comités permanents.</li> </ul>	<p><b>LE PERSONNEL MUNICIPAL PEUT :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Nous donner des renseignements et répondre à notre préoccupation.</li> </ul> <p><b>Pour soulever nos préoccupations :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Leur faire part de notre préoccupation.</li> <li>– Assister à des consultations sur la question.</li> </ul>

# Gouvernement provincial

## Soulever nos préoccupations

### Assemblée législative de l'Ontario

#### PREMIER MINISTRE DE L'ONTARIO

Chef du parti au pouvoir

#### PARTI AU POUVOIR

Député(e)s élu(e)s  
Ministres/Membres du Cabinet

#### PARTIS DE L'OPPOSITION

Député(e)s élu(e)s

### NOUS LES ÉLISONS, ILS ET ELLES SONT RESPONSABLES ENVERS NOUS

#### QUI EST-CE?

#### COMMENT EST-CE QU'ILS ET ELLES PEUVENT NOUS AIDER?

##### DÉPUTÉS ET DÉPUTÉES PROVINCIAUX

- Sont élu(e)s pour représenter les habitants d'une circonscription.
- Il y a 107 circonscriptions en Ontario.
- Ces 107 député(e)s forment l'Assemblée législative de l'Ontario.
- Les député(e)s se réunissent à Queen's Park, à Toronto, pour prendre des décisions sur des enjeux provinciaux.
- Chaque député(e) a deux bureaux :
  - un bureau de circonscription
  - un bureau à Queen's Park, à Toronto

##### NOTRE DÉPUTÉ(E) ET SON PERSONNEL PEUVENT :

- Nous expliquer à qui nous adresser pour que l'on réponde à notre préoccupation.
- Proposer un projet de loi d'initiative parlementaire pour faire avancer certains enjeux.
- Se servir de leur situation pour obtenir l'attention des médias.

##### Pour soulever nos préoccupations :

- Leur envoyer un courriel ou une lettre, ou les appeler.
- Les inviter aux activités dans notre communauté.
- Organiser une rencontre avec eux.

##### MINISTRES

- Le premier ministre nomme les ministres.
- Chaque ministre dirige au moins un ministère provincial.
- Les ministres forment le Cabinet.

##### UN/UNE MINISTRE PEUT :

- S'occuper d'un enjeu touchant à un ministère dont il ou elle est responsable.

##### Pour soulever nos préoccupations :

- S'associer à des campagnes plus vastes pour avoir une voix forte.

##### PREMIER MINISTRE DE L'ONTARIO

- Chef du parti pour lequel il y a le plus grand nombre de député(e)s.
- Le (la) chef du gouvernement de l'Ontario.
- Choisit les membres du Cabinet.

##### LE PREMIER MINISTRE PEUT :

- Faire preuve de leadership sur des enjeux qui touchent à nos préoccupations.

##### Pour soulever nos préoccupations :

- S'associer à des campagnes plus vastes pour avoir une voix forte.

# Gouvernement fédéral

## Soulever nos préoccupations

### Parlement

#### PREMIER MINISTRE

Chef du parti  
au pouvoir

#### PARTI AU POUVOIR

Député(e)s élu(e)s Ministres /  
membres du Cabinet

#### PARTIS DE L'OPPOSITION

Député(e)s élu(e)s

### NOUS LES ÉLISONS, ILS ET ELLES SONT RESPONSABLES ENVERS NOUS

#### QUI EST-CE?

#### COMMENT EST-CE QU'ILS ET ELLES PEUVENT NOUS AIDER?

#### DÉPUTÉS ET DÉPUTÉES FÉDÉRAUX

- Sont élu(e)s pour représenter les habitants d'une zone géographique qu'on appelle une circonscription.
- Il y a 308 circonscriptions au Canada.
- Ces 308 député(e)s forment le Parlement.
- Les député(e)s se réunissent sur la Colline du Parlement, à Ottawa, pour prendre des décisions sur des enjeux nationaux.
- Chaque député(e) a deux bureaux :
  - un bureau de circonscription
  - un sur la Colline du Parlement

#### NOTRE DÉPUTÉ(E) ET SON PERSONNEL PEUVENT :

- Nous expliquer où aller pour que l'on réponde à notre préoccupation.
- Proposer un projet de loi d'initiative parlementaire pour faire avancer certains enjeux.
- Se servir de leur situation pour obtenir l'attention des médias.

#### Pour soulever nos préoccupations :

- Leur envoyer un courriel ou une lettre, ou les appeler.
- Les inviter à nos activités communautaires.
- Demander à les rencontrer.

#### MINISTRES

- Le Premier ministre nomme les ministres parmi les députés et députées du parti au pouvoir.
- Chaque ministre dirige au moins un ministère gouvernemental.
- Les ministres forment le Cabinet.

#### UN/UNE MINISTRE PEUT :

- S'occuper d'un enjeu touchant à un ministère dont il ou elle est responsable.

#### Pour soulever nos préoccupations :

- S'associer à des campagnes plus vastes pour avoir une voix plus forte.

#### PREMIER MINISTRE

- Chef du parti pour lequel il y a le plus grand nombre de député(e)s.
- Le (la) chef du gouvernement fédéral.
- Choisit les ministres qui forment le Cabinet.

#### LE PREMIER MINISTRE PEUT :

- Faire preuve de leadership sur des enjeux qui touchent à nos préoccupations.

#### Pour soulever nos préoccupations :

- S'associer à des campagnes plus vastes pour avoir une voix forte.

# Logement communautaire d'Ottawa (LCO)

## Soulever nos préoccupations

Il existe deux catégories de questions que les locataires de LCO veulent aborder avec le personnel : celles qui touchent les locataires et les enjeux communautaires. Prenez note du nom des gens à qui vous parlez pour pouvoir faire un suivi, au besoin.

### QUESTIONS QUI TOUCHENT LES LOCATAIRES :

**Baux et paiement de loyer, entretien et réparations, sécurité, ou préoccupations personnelles.**

#### SERVICES DE SÉCURITÉ

Chaque jour, entre 14 h et 8 h, des agents et agentes de sécurité communautaire patrouillent les communautés, répondent aux appels et vont aux activités communautaires.



Dans les cas où la vie n'est pas menacée (bruit, conflits entre voisins, stationnement ou activités suspectes) faites le 613-745-9277. En cas de situation présentant un danger de mort ou pour un crime en cours, composez le 911.

#### SERVICES D'ENTRETIEN

Les commandes de priorité 1 sont traitées dans les 24 heures. Les travaux de priorité 2 sont effectués dans les 10 jours ouvrables.



Centre d'appels 24 heures : 613-731-1182. Demandez le numéro de commande et notez-le. Si le travail n'est pas fait à temps, n'est pas terminé ou n'est pas satisfaisant, rappelez.

#### ADMINISTRATEURS/ADMINISTRATRICES DU LOGEMENT

Premier point de contact au Centre de service aux locataires. Vérifient les revenus annuels, renouvellent les baux et calculent les loyers.



S'occupent des questions liées aux baux (paiement du loyer, frais de stationnement, etc.) Vous les trouverez au Centre de service aux locataires.

#### AGENTS ET AGENTES AU SERVICE DES LOCATAIRES ET DES COMMUNAUTÉS

Répondent aux préoccupations des locataires et les dirigent aux services externes.



S'occupent des préoccupations comme le bien-être des voisins, les conflits entre voisins, l'aiguillage aux services externes, etc. Vous les trouverez au Centre de service aux locataires.

### ENJEUX COMMUNAUTAIRES : Touchent la collectivité (c.-à-d. les jardins communautaires, les activités pour les jeunes, les préoccupations liées à la circulation, la sécurité, les activités communautaires, etc.)

#### NOTRE ASSOCIATION (OU CERCLE) DE LOCATAIRES

Un groupe de résidents et résidentes qui travaillent en collaboration pour améliorer la vie de leur communauté.



#### L'ASSOCIATION/LE CERCLE DE LOCATAIRES PEUT :

Porter les préoccupations qui touchent toute la communauté ainsi que vos idées novatrices à l'attention de LCO et d'autres organisations. Aider à élaborer conjointement des solutions. Tenir des réunions des résident(e)s avec LCO.

#### AGENTS ET AGENTES AU SERVICE DES LOCATAIRES ET DES COMMUNAUTÉS

Appuient la mise en œuvre de la participation des locataires et les initiatives de développement communautaire.



#### LES AGENTS ET AGENTES AU SERVICE DES LOCATAIRES ET DES COMMUNAUTÉS PEUVENT :

Cerner les enjeux et chercher des solutions. Tenir des activités communautaires. Développer des partenariats avec des agences extérieures pour fournir des services (p. ex. le Boys and Girls Club). Au Centre de service aux locataires.

**PROCHAINES ÉTAPES :** Si vous avez essayé toutes les avenues ci-dessus, appelez le Centre de service aux locataires et demandez-leur de vous conseiller. Pour une question qui touche un locataire, contactez le/la gestionnaire des services aux locataires. Pour un enjeu communautaire, contactez le/la gestionnaire du développement communautaire.

# Service de police d'Ottawa (SPO)

## Soulever nos préoccupations

### POUR SIGNALER UN CRIME

Crime en cours :  
**9-1-1 ATS**

Pour signaler un crime grave, une entrée par effraction, un incident suspect ou une perturbation :  
**613-230-6211**

Pour signaler un vol, la perte ou le recouvrement d'un bien, un bien endommagé, une personne disparue ou un véhicule volé :

**613-236-1222, poste 7300,  
ATS 613-760-8100**

### POUR SOULEVER UNE PRÉOCCUPATION TOUCHANT LA COLLECTIVITÉ

#### QUI EST-CE?

##### Centres de police communautaire (CPC)

- Fournissent de l'information et aiguillent les gens.
- Favorisent une communication constante entre les membres de la collectivité et la police.
- Cherchent à tirer des enseignements des communautés afin de créer des services policiers qui répondent aux besoins de la collectivité.
- Favorisent les initiatives de prévention du crime.

##### COMMISSION DE SERVICES POLICIERS D'OTTAWA

- Organisme constitué de sept membres (trois conseillers/conseillères municipaux, quatre citoyens/ citoyennes);
- Est tenue de rendre compte à la collectivité et à la Province.
- Détermine, après consultation avec le chef de police, les priorités en matière de services policiers.
- Engage le chef de police et surveille son rendement.

#### COMMENT EST-CE QU'ILS ET ELLES PEUVENT NOUS AIDER?

##### LES CPC PEUVENT :

- Travailler avec nous pour élaborer une réponse communautaire.
- Nous aiguiller vers d'autres ressources.
- Se servir de leur situation pour obtenir l'attention des médias.

##### Pour soulever nos préoccupations :

- Visiter [ottawapolice.ca/fr](http://ottawapolice.ca/fr) pour trouver le CPC dans votre communauté.
- Contacter l'agent listé.
- Si l'on ne répond pas à notre préoccupation, penser à contacter le sergent listé.

##### LA COMMISSION PEUT :

- Les membres peuvent présenter nos préoccupations à la Commission.

##### Pour soulever nos préoccupations :

- Participer aux réunions publiques organisées annuellement par la police pour entendre les préoccupations de la collectivité.
- Faire une présentation de cinq minutes à une réunion mensuelle de la Commission.
- Appeler les membres de la Commission, ou leur envoyer un courriel ou une lettre.
- Joindre d'autres groupes communautaires qui partagent nos préoccupations.

# Les écoles

## Soulever nos préoccupations

### IL Y A QUATRE CONSEILS SCOLAIRES À OTTAWA :

les conseils des écoles publiques, de langue française et de langue anglaise, et les conseils des écoles catholiques, de langue française et de langue anglaise.

QUI EST-CE?	COMMENT EST-CE QU'ILS ET ELLES PEUVENT NOUS AIDER?
<b>CONSEIL D'ÉCOLE</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Parents, leaders communautaires, directeur/directrice, quelques membres du personnel de l'école.</li> <li>– Un comité consultatif dans chaque école.</li> <li>– Conseille le directeur/la directrice et le conseil scolaire.</li> <li>– Se réunit mensuellement pendant l'année scolaire, en général.</li> </ul>	<b>LE CONSEIL D'ÉCOLE PEUT :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Faire des recommandations au directeur/à la directrice et au conseil scolaire.</li> <li>– S'avérer un partenaire important.</li> <li>– Communiquer avec les parents.</li> </ul> <b>Pour faire connaître nos préoccupations :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Les contacter directement.</li> <li>– Assister à une réunion.</li> <li>– Devenir membre.</li> </ul>
<b>DIRECTEUR/DIRECTRICE</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Employé(e) du conseil scolaire.</li> <li>– Supervise les activités quotidiennes de l'école.</li> </ul>	<b>LE DIRECTEUR/LA DIRECTRICE PEUT :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Autoriser des actions dans l'école.</li> <li>– Présenter un dossier au surintendant/à la surintendante.</li> </ul> <b>Pour faire connaître nos préoccupations :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Le/la contacter directement.</li> </ul>
<b>CONSEILLERS ET CONSEILLÈRES SCOLAIRES</b> <p>NOUS LES ÉLISONS, ILS/ELLES SONT RESPONSABLES ENVERS NOUS</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Élu(e)s durant les élections municipales.</li> <li>– Siègent au conseil scolaire et établissent des politiques.</li> <li>– Favorisent la participation de la communauté et la bonne communication entre le conseil et la collectivité.</li> </ul>	<b>LES CONSEILLERS ET CONSEILLÈRES SCOLAIRES PEUVENT :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Présenter une motion au Conseil, ou l'appuyer;</li> <li>– Répondre à des questions, trouver des solutions ou faciliter l'interaction avec l'école et l'administration du Conseil.</li> </ul> <b>Pour faire connaître nos préoccupations :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Le/la contacter pour lui soumettre une question ou une préoccupation.</li> <li>– Il peut être nécessaire de contacter plusieurs conseillers et conseillères pour influencer un vote.</li> </ul>
<b>COMITÉS DU CONSEIL SCOLAIRE</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Reçoivent les commentaires de la collectivité.</li> <li>– Présentent des motions au Conseil scolaire.</li> <li>– Donnent une orientation au personnel du Conseil scolaire.</li> </ul>	<b>LE CONSEIL SCOLAIRE ET LES COMITÉS PEUVENT :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Recevoir de l'information.</li> <li>– Faire part de leurs recommandations au Conseil scolaire.</li> </ul> <b>Pour faire connaître nos préoccupations :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Contacter les conseillers, conseillères, qui font partie du comité.</li> <li>– Faire une présentation lors d'une réunion du comité.</li> </ul>
<b>SURINTENDANT/SURINTENDANTE</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Employé(e) du conseil scolaire.</li> <li>– Supervise les directeurs et les directrices.</li> </ul>	<b>LE SURINTENDANT/LA SURINTENDANTE PEUT :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Autoriser un plus large éventail d'actions que le directeur/la directrice.</li> </ul>

# Comment influencer les représentants élus

(Conseillers municipaux, député provincial, membre du parlement ou conseiller scolaire)



- **Les informer de votre point de vue**
  - Appelez votre représentante élue, ou envoyez-lui un courriel ou une lettre;
  - Organisez une réunion avec lui;
  - Quand elle vote ou prend une décision à l'appui de votre cause, remerciez-la;
  - Invitez-le à vos activités ou à venir dans votre quartier.
- **Faire une présentation devant un comité, un conseil ou une commission qui reçoit des délégations publiques**
  - Formulez une recommandation concrète;
  - Contactez des membres clés du comité, du conseil ou de la commission à l'avance pour leur demander d'appuyer votre recommandation.
- **Parler au personnel responsable des services ou du programme**
- **Participer aux consultations publiques**
- **Former une coalition**
  - Recherchez des organisations qui partagent vos préoccupations;
  - Travailler de concert avec elles pour renforcer vos voix.
- **Organiser une veille ou une manifestation**
- **Faire circuler une pétition**
- **Exprimer votre point de vue dans les médias**
  - Écrivez une lettre au courrier des lecteurs;
  - Invitez les médias à venir voir sur place;
  - Organisez une interview avec les médias.
- **Participer aux élections**
  - Posez une question lors d'une réunion des candidats et candidates;
  - Appuyez le candidat ou la candidate de votre choix;
  - Votez pour le candidat ou la candidate qui se montre sensible à vos préoccupations;
  - Portez-vous candidate et plaidez votre cause.

– Adapté de la *Trousse de participation citoyenne* de l'IVTF – [www.cawi-ivtf.org](http://www.cawi-ivtf.org)

# Faire une présentation devant un conseil, une commission ou un comité

Présenter vos préoccupations devant une assemblée formelle comme un comité, un conseil ou une commission peut être un moyen efficace d'influencer les décideurs. Une présentation faite devant un comité permanent ou le Conseil municipal s'appelle une « députation » et peut durer au plus cinq minutes. Afin de ne pas vous sentir pressé/pressée, chronométrez votre présentation et assurez-vous qu'elle ne dépasse pas le temps alloué.

Si vous envoyez votre texte écrit à l'avance à la coordinatrice du comité permanent, celui-ci fera partie intégrante du procès-verbal. Le titre de votre déclaration écrite devrait comprendre le nom du comité, du conseil ou de la commission à qui vous ferez la présentation, la date de la présentation, votre nom et le nom de l'organisation dont vous faites partie, le cas échéant.

## Le contenu de votre présentation :

- **Mot d'ouverture**

Par exemple : « *Madame la présidente, bonjour. Avant de commencer, j'aimerais vous remercier de me permettre ainsi de m'adresser au Comité.* »

...OU...

« *J'aimerais remercier les membres du Conseil scolaire de me permettre d'aborder devant eux cette question très importante.* »

- **Présentez-vous et présentez brièvement votre organisation.**
- **Énoncez clairement le problème dont vous parlerez.**
- **Expliquez à l'assemblée pourquoi la question est importante (une combinaison de faits et d'expérience personnelle).**
- **Donnez des exemples du problème et de la solution proposée.**
- **Dites aux conseillers, conseillères, ce que vous voulez qu'ils ou elles fassent et le délai que vous proposez.**
- **Répétez-leur encore pourquoi la question est si importante.**
- **Remerciez-les et dites-leur que vous surveillerez la situation et attendrez une intervention de leur part!**

– Adapté de la *Trousse de participation citoyenne* de l'IVTF – [www.cawi-ivtf.org](http://www.cawi-ivtf.org)



# Poser une question dans une assemblée publique

- Présentez-vous et identifiez la communauté ou le groupe dont vous faites partie; ainsi, les gens sauront que d'autres partagent vos préoccupations.
- Concentrez-vous sur un seul sujet qui est prioritaire.
- Dites-leur ce qui vous préoccupe, et pourquoi. Illustrez votre préoccupation par une histoire ou un exemple personnel.

## Exemple :

*« Je m'appelle Haven Taylor. J'habite un logement subventionné avec mes trois enfants d'âge scolaire. La semaine dernière, la bicyclette de mon fils était juste à notre porte, et elle a été vandalisée. Je ne permets pas à mes enfants de jouer dehors dans notre quartier parce que j'ai peur qu'ils se fassent agresser. Je n'ai pas signalé l'incident de la bicyclette parce que je crains les représailles. J'aimerais demander aux candidats, candidates, quelles mesures ils vont prendre pour rendre les quartiers de logements subventionnés plus sécuritaires pour les familles comme la mienne. »*

## Créez votre question

Je m'appelle \_\_\_\_\_

Je représente \_\_\_\_\_

Je suis particulièrement préoccupée par \_\_\_\_\_

Je connais l'importance de cette préoccupation parce que (donnez un exemple de l'incidence de cette difficulté sur vous ou sur des gens que vous connaissez)

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Ma question est la suivante (dites-lui ce que vous aimeriez qu'il ou elle fasse) :

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

– Adapté de la *Trousse de participation citoyenne* de l'IVTF – [www.cawi-ivtf.org](http://www.cawi-ivtf.org)

# Tenir une réunion avec un ou une décisionnaire

## 1<sup>re</sup> étape – Déterminez qui vous allez rencontrer

Qui peut affronter votre difficulté? Qui pouvez-vous potentiellement influencer?

## 2<sup>e</sup> étape – Formez votre équipe

L'équipe idéale compte de deux à cinq personnes. Cela démontre que votre communauté se préoccupe de la question, sans les assaillir. Si vous rencontrez une représentante ou un représentant élu, assurez-vous qu'au moins un membre de l'équipe réside dans le quartier qui l'a élu(e).

## 3<sup>e</sup> étape – Appelez son bureau pour prendre rendez-vous

## 4<sup>e</sup> étape – Préparez votre message

- Quel est le problème?
- Qui en est affecté?
- Quel en est l'impact sur votre communauté?
- Comment peut-on corriger la situation?

## 5<sup>e</sup> étape – Planifiez votre réunion

- Attribuez un rôle à chaque membre de votre équipe : porte-parole principal qui présentera les gens dans l'équipe; messagère qui relate une expérience personnelle; résident du quartier; et secrétaire-observatrice.
- Passez en revue ce que vous prévoyez dire pendant la réunion, et exercez-vous.
- Déterminez l'ordre dans lequel les membres de l'équipe prendront la parole.
- Préparez du matériel à apporter à la réunion, parmi lequel on compte : un profil du groupe, le programme de la rencontre, toute information générale sur la question, des lettres d'autres membres de votre communauté qui n'ont pu vous accompagner.

## 6<sup>e</sup> étape – Rencontrez le ou la décisionnaire

- **Présentez-vous, et expliquez ce que vous espérez accomplir dans cette réunion;**
- **Expliquez votre cause** – qui en est affecté, quel en est l'impact sur ces personnes et comment corriger la situation.
- **Sollicitez son engagement** – Demandez-lui ce qu'il ou elle est prêt/prête à faire pour vous aider. Prenez note de son engagement.
- **Fin de la rencontre** – Remerciez votre hôte et passez en revue ce que chacun de vous a accepté de faire.

## 7<sup>e</sup> étape – Envoyez une lettre de remerciement après la rencontre en réitérant les engagements qu'il ou elle a pris ainsi que vos plans de suivi

## 8<sup>e</sup> étape – Faites le bilan de votre expérience

– Adapté de la *Trousse de participation citoyenne* de l'IVTF – [www.cawi-ivtf.org](http://www.cawi-ivtf.org)

# Bilan de la réunion avec un ou une décisionnaire

Utilisez ce formulaire pour consigner les résultats de toute réunion que vous tenez avec le ou la décisionnaire que vous cherchez à influencer.

En le remplissant immédiatement après l'activité, vous vous souviendrez des détails de la discussion et du suivi que vous désirez faire.

Date de la réunion :

1. Noms des gens (ou de la personne) que vous avez rencontrés :

2. Personnes présentes :

3. But de la rencontre :

4. Quelles préoccupations avez-vous soulevées?

5. Quelle a été leur réponse à vos préoccupations?

6. Qu'avez-vous fait comme DEMANDE (vos requêtes concrètes)?

7. À quoi se sont-ils engagés?

8. Quel suivi s'impose?

9. Qu'avez-vous appris qui vous rendra plus efficace la prochaine fois?

– Adapté de la *Trousse de participation citoyenne* de l'IVTF – [www.cawi-ivtf.org](http://www.cawi-ivtf.org)



# Des réunions agréables et efficaces

## Objectifs :

**DURÉE : 90 MINS**

- Explorer des façons de rendre les réunions agréables, efficaces et inclusives.
- Renforcer nos compétences en matière de présidence et d'organisation de réunions.

## Quand l'utiliser :

- Utiliser cette méthode quand les leaders (actuels et émergents) ont besoin de soutien pour tenir des réunions menant au changement positif.

## Préparation et installation :

- Étudiez le document *Quelques problèmes communs lors des réunions et quoi faire pour y remédier* afin de vous en servir pendant l'activité 4.
- Lorsque les participantes et les participants arrivent, donnez-leur tous les documents sauf *Quelques problèmes communs lors des réunions et quoi faire pour y remédier* – vous leur donnerez celui-là à la fin de l'atelier.

## Fournitures :

- Tableau papier, crayons-feutres, papier-cache
- Quatre crayons-feutres supplémentaires, ou un autre objet (Activité 2)

## Documents à distribuer :

- Ordre du jour avec le temps alloué à chaque activité
- *Auto-évaluation : Outils pour des réunions efficaces* (Activité 3)
- *Quelques outils de réunions* (Activité 3)
- *Procès-verbal* (Activité 3)
- *Quelques problèmes communs lors des réunions et quoi faire pour y remédier* (Activité 4)
- *Formulaire d'évaluation des participantes et participants* (Annexe C) (Activité 6)

# FEUILLE DE TRAVAIL DE COFACILITATION : DES RÉUNIONS AGRÉABLES ET EFFICACES

OBJECTIFS	ACTIVITÉ	FOURNITURES	RÔLES
Aider tout le monde à se sentir bienvenu et inviter leur participation <b>10 min</b>	<b>Activité 1 : Présentations</b> – Distribuer les documents – Chacun se présente – Confirmer l'ordre du jour – Remue-méninge sur l'entente de groupe	– Documents : <i>Ordre du jour, Auto-évaluation, Quelques outils de réunions</i>	
Trouver la meilleure façon de travailler ensemble pour atteindre nos buts <b>10 min</b>	<b>Activité 2 : Exercice de l'araignée</b> – Expliquer l'activité, demander des volontaires – Faire l'activité sans parler – Faire l'activité en parlant – Réfléchir à la différence – Résumer	– Espace sécuritaire pour faire l'activité – Quatre crayons-feutres ou autres objets	
Expérimenter les outils clés et se pencher sur leur utilisation <b>35 min</b>	<b>Activité 3 : Outils pour des réunions efficaces</b> – Auto-évaluation – Revue des outils appris dans cet atelier – Établir un ordre du jour – Revue des autres outils	– Documents : <i>Auto-évaluation, Quelques outils de réunions</i>	
Éviter les problèmes qui surviennent dans des réunions, et y faire face <b>25 min</b>	<b>Activité 4 : Le film silencieux</b> – Deux par deux, introduire le sujet – Expliquer l'exercice du film silencieux – Tout le groupe le fait, puis chaque moitié du groupe le fait pendant que l'autre moitié observe – Réfléchir à ce qu'on peut faire : Avant, Après et Pendant – Distribuer le document	– Document : <i>Quelques problèmes communs lors des réunions et quoi faire pour y remédier</i>	
S'engager à renforcer ses compétences en matière de présidence et d'organisation de réunions <b>5 min</b>	<b>Activité 5 : Mise en pratique</b> – Remplir le questionnaire d'auto-évaluation à nouveau et noter les changements – Souligner les compétences sur lesquelles se concentrer et réfléchir à la façon de s'y prendre – Échanger avec les autres	– Document : <i>Auto-évaluation</i>	
Présenter une méthode simple d'évaluer cet atelier <b>5 min</b>	<b>Activité 6 : Évaluation</b> – Distribuer et faire remplir le <i>Formulaire d'évaluation des participantes et participants</i> (Annexe C)	– Document : <i>Formulaire d'évaluation des participantes et participants</i>	

## ACTIVITÉ 1 : Présentations – 10 min

**OBJECTIF :** Aider toutes les personnes présentes à se sentir les bienvenues et les convier à exprimer leurs idées.

### DÉROULEMENT :

- Distribuez les documents à mesure que les gens arrivent.
- Demandez à chacun de se présenter en énonçant son nom, l'organisation ou le quartier qu'il ou elle représente et ce qu'il ou elle espère tirer de l'atelier. Notez les attentes de tout le monde sur le tableau papier.
- Comparez les points à l'ordre du jour aux attentes exprimées par les participantes et les participants. Indiquez-leur clairement lesquelles de leurs attentes vous prévoyez réaliser au cours de cet atelier, et celles que vous ne pourrez pas réaliser. Demandez l'approbation du groupe sur cet ordre du jour.
- Faites un remue-méninge sur l'entente de groupe. Inscrivez « Entente de groupe » en haut d'une feuille de tableau papier. Demandez au groupe : « *Pour bien travailler ensemble, qu'est-ce qu'il est important de garder à l'esprit?* » Notez les idées sur le tableau papier. Demandez l'approbation du groupe sur l'entente énoncée.

**Conseil :** Voir l'exercice *Créer un lieu sûr* dans l'atelier *Travailler ensemble* pour un traitement plus approfondi du processus d'établissement d'une entente de groupe.

## ACTIVITÉ 2 : Exercice de l'araignée – 10 min

**OBJECTIF :** Trouver la meilleure façon de travailler ensemble pour atteindre nos buts.

### DÉROULEMENT :

#### Présentation de l'activité :

- Expliquez aux participantes et participants que vous allez faire une activité pour les aider à réfléchir au fonctionnement des groupes. Dites-leur que vous avez besoin de quatre volontaires qui travailleront ensemble pour accomplir une tâche, et que les autres observeront en silence.
- Demandez aux volontaires de se tenir dos à dos avec les bras entrecroisés. Dites-leur qu'ils ne doivent pas se parler et rappelez aux observateurs qu'ils doivent garder le silence. Déposez un crayon-feutre par terre devant chacun des quatre volontaires. Dites-leur qu'à « trois », ils doivent ramasser le crayon-feutre qui se trouve à leurs pieds. Comptez jusqu'à trois.
- Pour la deuxième ronde, déposez encore un crayon-feutre par terre devant chacun des quatre volontaires, et dites-leur que cette fois-ci, ils peuvent se parler. Donnez-leur le temps de trouver une façon de le faire ensemble. Puis comptez jusqu'à trois.

#### Réflexion :

- Demandez aux quatre volontaires ce qu'il y avait de différent entre les deux rondes, puis demandez aux observateurs ce qu'ils et elles ont remarqué.

#### Résumé :

- Posez la question suivante : « *Qu'est-ce que cela nous apprend sur les réunions efficaces?* »

*Voici quelques idées :*

- La communication est importante.
- Lorsqu'on se partage le leadership, on accomplit davantage.
- Nous avons tous et toutes des compétences différentes à apporter à un groupe.
- Le respect des différences nous mènera plus loin.
- Il faut prévoir des adaptations aux obstacles qui empêchent les gens de participer pleinement.
- Il faut tenir compte du fait que les gens ne travaillent pas tous de la même façon et n'ont pas tous les mêmes buts.

## ACTIVITÉ 3 : Outils pour des réunions efficaces – 35 min

**OBJECTIF :** Expérimenter les outils clés et se pencher sur leur utilisation.

### DÉROULEMENT :

#### Présenter les outils et le questionnaire d'auto-évaluation (5 min)

- Faites remarquer au groupe que nous avons tous des aptitudes naturelles pouvant faire de nous de bons leaders et de bons participants et participantes dans une réunion. Certains et certaines d'entre nous savent bien écouter, alors que d'autres aident les gens à se sentir bienvenus par un sourire ou une parole aimable.
- Indiquez au groupe qu'il existe des outils pour améliorer l'efficacité des réunions. Référez-les au document *Auto-évaluation : Outils pour des réunions efficaces*. Accordez-leur un moment pour remplir le questionnaire d'auto-évaluation.

#### Outils expérimentés dans cet atelier (5 min)

- Une fois que tout le monde a fini de remplir le questionnaire d'auto-évaluation, passez chacun des outils en revue.
- D'abord, demandez : « Parmi ces outils, lesquels avons-nous déjà utilisé dans cet atelier? » Prenez ensuite les outils un à la fois et demandez au groupe de réfléchir à la façon dont il a été utilisé et à ce que vous avez accompli en l'utilisant ainsi. Une fois que les participants et les participantes ont donné leurs idées, vous pouvez ajouter ou souligner certains points :

#### Quelques points à couvrir :

##### QU'AVONS-NOUS ACCOMPLI?

#### Présentations

- tout le monde se sent accepté
- chacun a eu la chance de réfléchir à ce qu'il ou elle souhaite retirer de l'atelier
- les idées de tout le monde sont valorisées

#### Entente de groupe

- nous avons établi une interprétation commune de notre façon de travailler ensemble
- nous avons dressé une liste à laquelle nous pouvons nous quand certains points doivent être renforcés;
- en créant la liste ensemble, le groupe a vécu une expérience positive de travail collaboratif

#### Remue-méninge

- permet aux gens de sentir que leur point de vue est valorisé
- insuffle de l'énergie au groupe
- favorise un sentiment de sécurité qui encourage les gens à continuer à s'engager

#### Établir l'ordre du jour (10 min)

- Signalez au groupe que l'ordre du jour peut être établi avant une réunion ou au début de celle-ci. Pour cet atelier-ci, l'ordre du jour était déjà programmé, mais nous l'avons comparé aux attentes de chacun et nous avons confirmé que les participantes et les participants étaient d'accord avec le programme. Dans d'autres cas, on peut préparer l'ordre du jour avec le groupe pendant la réunion.
- Vous allez maintenant prendre le temps d'expérimenter la préparation d'un ordre du jour en groupe. Donnez-leur un scénario qui est proche de leur réalité ou, si ce groupe doit se revoir, réfléchissez ensemble à l'ordre du jour de sa prochaine réunion.



- Inscrivez ORDRE DU JOUR en haut d'une feuille de tableau papier. Demandez au groupe quelles questions il sera important de couvrir lors de cette réunion. Vous pourriez demander : « Y a-t-il des sujets que vous vous sentiriez mal de ne pas traiter à cette réunion? » Notez les suggestions sur le tableau papier, en regroupant les idées semblables.
- Établissez les priorités en demandant quels sujets doivent être traités les premiers, et lesquels pourraient attendre jusqu'à la prochaine réunion. Marquez d'un astérisque les questions clés à traiter.
- Écrivez à côté de chacun des sujets une estimation du temps requis pour le couvrir.
- Mettez-vous d'accord sur l'ordre, en gardant à l'idée le fait que certaines personnes seront peut-être absentes au début de la rencontre. Numérotez les questions.
- À la fin de ce jeu de rôle, demandez au groupe ce qui a bien fonctionné dans l'établissement de cet ordre du jour.
- Remarquez que dans une situation réelle, vous pourriez réécrire l'ordre du jour définitif sur une nouvelle feuille de tableau papier.
- Soulignez que pendant la réunion, vous devez faire preuve de souplesse car certaines questions pourraient prendre plus de temps que prévu ou de nouveaux sujets pourraient émerger. Quand vous devez faire des ajustements au programme au cours de la réunion, demandez des suggestions au groupe et obtenez son approbation.
- Demandez : « *Que feriez-vous différemment pour préparer l'ordre du jour?* »

## **Passer les autres outils en revue (10 min)**

### **Puiser dans les idées de tout le monde**

- Demandez : « *Pourquoi est-ce important d'inclure les idées de tous et de toutes?* » « *Dans cet atelier, qu'avons-nous fait pour nous montrer inclusifs?* » « *Que pourrions-nous faire de plus?* »
- Vous pouvez faire référence à l'exercice de l'araignée.
- Quelques points à ajouter :
  - Faites un tour de table et invitez chaque personne à dire quelques mots.
  - Demandez-vous si la langue, ou autre chose, constitue un obstacle qui devrait être abordé.
  - Établissez un contact visuel avec chaque individu.
  - Prenez le temps de demander aux gens ce qu'ils pensent et écoutez réellement leurs idées.
  - Si certains membres du groupe dominent la réunion, rappelez aux gens l'entente de groupe. Vous pourriez dire : « *Écoutons ce qu'en pensent ceux et celles qui n'ont pas encore parlé* »

### **Passer à l'action**

- Faites remarquer au groupe que lorsqu'on espère effectuer des changements positifs dans nos vies et dans nos quartiers, on veut toujours partir sur une note d'action. Cela peut signifier simplement de se mettre d'accord sur les prochaines étapes ou bien de nommer les mesures individuelles ou collectives que vous appliquerez avant la prochaine réunion.

### **Procès-verbal – Prendre des notes**

- Demandez au groupe : « *Qu'est-ce qui vous plaît au sujet de la prise de notes? Qu'est-ce qui vous déplaît?* »
- Soulignez que c'est un rôle important, mais qu'il est bon de faire une rotation à l'occasion pour que la preneuse/le preneur de note puisse participer à la prochaine réunion. Insistez sur le fait que de « bonnes notes » ne sont pas celles où tout est écrit, mais plutôt celles qui comprennent les idées clés.
- Faites référence au document sur le procès-verbal; relevez le fait qu'il inclut les mesures à prendre.

### **Evaluation**

- L'évaluation peut être rapide, mais elle vous aide à voir si vous êtes sur la bonne voie. « *Qu'est-ce qui a bien été? Qu'est-ce que vous pourriez améliorer?* »

## ACTIVITÉ 4 : Le film silencieux – 25 min

**OBJECTIF :** Éviter les problèmes qui peuvent survenir dans les réunions, et y faire face lorsqu'ils se produisent.

- **Conseils :** Pour vous préparer à faciliter cet exercice, lisez le document *Quelques problèmes communs lors des réunions et quoi faire pour y remédier*.
- **Pour gagner du temps :** Si vous êtes en retard dans l'atelier, vous pouvez simplement distribuer le document ou garder cette activité pour un autre atelier.

### DÉROULEMENT :

#### Présentation de l'activité (5 min)

- Entamez l'activité par le biais d'un dialogue : « Quelle difficulté craignez-vous le plus dans une réunion? »
- Expliquez aux participantes et participants qu'ils vont créer un film silencieux dans lequel ils joueront des personnages dans une réunion hors de contrôle. Chacun doit choisir le personnage qu'il ou elle veut représenter, et réfléchir à un geste évocateur.
- Dites-leur qu'à « trois », tout le monde fera son geste en même temps (rappel : sans mots). Puis comptez jusqu'à trois. Après quelques secondes, dites stop.
- Refaites l'exercice, mais cette fois-ci seulement la moitié du groupe fait ses gestes pendant que l'autre moitié les regarde. Comptez jusqu'à trois, puis dites "stop" après quelques secondes. Répétez l'exercice pour l'autre moitié du groupe.

#### Réflexion (10 min)

- Demandez au groupe : « *Quels problèmes y a-t-il eu au cours de cette réunion?* » Notez-les sur le tableau papier.
- Affichez ou inscrivez : PRÉVENTION et PENDANT QUE ÇA SE PASSE. Mentionnez qu'il y existe des mesures que vous pourriez prendre pour prévenir le problème, et des mesures que vous pourriez prendre pendant que ça se passe au cours d'une réunion.
- Choisissez quelques-uns des problèmes inscrits sur le tableau papier et discutez-en en demandant :
- PRÉVENTION – « *Si vous organisiez une réunion, que pourriez-vous faire pour éviter ces difficultés?* »
- PENDANT QUE ÇA SE PASSE – « *Que pourriez-vous faire pendant que ça se passe?* »
- **Conseil :** Durant cet exercice, il est préférable d'interagir avec le groupe plutôt que d'écrire les réponses sur le tableau papier, puisque les participantes et les participants recevront de la documentation.

#### Résumé

- Une réunion réussie est comme un sandwich : vous devez vous préparer avant la rencontre et faire un suivi après celle-ci afin d'avoir une très bonne réunion entre les deux.
- Distribuez le document *Quelques problèmes communs lors des réunions et quoi faire pour y remédier*.

## ACTIVITÉ 5 : Mise en pratique des compétences - 5 min

**OBJECTIF :** S'engager à renforcer ses compétences en matière de présidence et d'organisation de réunions.

### DÉROULEMENT :

- Invitez les participantes et les participants à reprendre leur questionnaire d'auto-évaluation et à attribuer une deuxième note à chacune des compétences. Demandez : « *Vous sentez-vous plus prêt, prête, après avoir assisté à cet atelier?* »
- Demandez-leur de souligner les compétences sur lesquelles ils veulent concentrer leurs efforts et de réfléchir à la façon dont ils et elles s'y prendront.
- Faites un tour de table où chaque personne nomme les compétences qu'elle veut améliorer et décrit ce qu'elle fera pour y arriver.
- Si le temps le permet et s'il y a des collègues de travail dans le groupe, invitez-les à expliquer comment ils appuieront cette personne.

## ACTIVITÉ 6 : Évaluation – 5 min

**OBJECTIF :** Présenter une méthode simple d'évaluation et l'utiliser pour évaluer cet atelier.

### DÉROULEMENT :

- Expliquez aux participantes et participants qu'une évaluation de cet atelier s'impose comme l'un des éléments d'une réunion réussie. Distribuez le *Formulaire d'évaluation des participantes et participants* (Annexe C) et demandez-leur de le remplir.



# Des réunions agréables et efficaces

## Ordre du jour de l'atelier

- Présentations – 10 minutes
- Exercice de l'araignée – 10 minute
- Outils pour des réunions efficaces – 35 minutes
- Film silencieux – Quelques problèmes communs lors des réunions – 25 minutes
- Passer de l'apprentissage à l'action – 5 minutes
- Évaluation – 5 minutes

## AUTO-ÉVALUATION : Outils pour des réunions efficaces

	<b>Suis-je prêt, prête, à utiliser ces outils?</b> Sur une échelle de 1 à 5, je comprends ce concept et me sens prêt(e) à l'utiliser dans une réunion.				
	1 Pas du tout	2 Un peu prêt(e)	3 Assez prêt(e)	4 Prête(e)	5 Très prêt(e)
<b>Présentations</b>					
<b>Entente de groupe</b>					
<b>Établir un ordre du jour</b>					
<b>Remue-méninge</b>					
<b>Puiser dans les idées de tout le monde</b>					
<b>Passer à l'action</b>					
<b>Prendre des notes</b>					
<b>Évaluation</b>					

# Quelques outils de réunion

## Exemple d'entente de groupe

- Nous créons un climat de confiance afin que chacun et chacune se sente à l'aise de s'exprimer.
- Nous reconnaissons que chacun et chacune apporte ses propres expériences et connaissances.
- En exprimant nos préoccupations, nous nous soutenons mutuellement.
- Nous apprenons de nos différences et nous reconnaissons ce que nous avons en commun.
- Nous respecterons le fait que l'anglais est une deuxième langue pour certains et certaines d'entre nous.

Source : *Tisser des fibres d'inclusion*, IVTF, 2012

## Remue-méninge

**BUT** : Donner lieu à la pensée créatrice et émettre le plus grand nombre d'idées possible.

- On soumet une question spécifique au groupe, par exemple « *Qu'espérez-vous tirer de cet atelier?* » ou « *Qu'est-ce qui devrait paraître dans notre prochain bulletin d'information?* » Établissez une limite de temps pour le remue-méninge et respectez-la.
- Chaque personne énonce chaque idée qui lui vient. Il n'est pas permis de critiquer les idées ni d'en discuter jusqu'à ce que le remue-méninge soit terminé. Un preneur de notes/une preneuse de notes (ou deux) devrait être nommé/e pour consigner toutes les idées sur un tableau papier. Encouragez la pensée créative. Les idées bizarres peuvent mener à des approches nouvelles et novatrices.
- Lorsque la liste est faite, on peut discuter des idées et les évaluer. On peut peaufiner la liste et certaines idées sont écartées ou combinées.

## Établir l'ordre du jour

L'ordre du jour peut être établi avant une réunion ou au début de celle-ci. Lorsque l'ordre du jour a été préparé avant la réunion, réexaminez-le et obtenez l'approbation du groupe avant de commencer la réunion. S'il s'agit d'un petit groupe ou si celui-ci se réunit régulièrement, l'ordre du jour peut être établi pendant la réunion :

- 1 Inscrivez « *Ordre du jour* » en haut d'une feuille de tableau papier. Demandez au groupe quelles questions il sera important de couvrir lors de cette réunion. Vous pourriez demander : « *Y a-t-il des sujets que vous vous sentiriez mal de ne pas traiter à cette réunion?* »
- 2 Notez les suggestions sur le tableau papier, en regroupant les idées semblables.
- 3 Établissez les priorités en demandant quels sujets doivent être traités les premiers, et lesquels pourraient attendre jusqu'à la prochaine réunion. Marquez d'un astérisque les questions à traiter absolument.
- 4 Écrivez à côté de chacun des sujets une estimation du temps requis pour le couvrir.
- 5 Mettez-vous d'accord sur l'ordre, en gardant à l'idée le fait que certaines personnes seront peut-être absentes au début de la rencontre. Numérotez les questions.

**UN BON ORDRE DU JOUR EST SOUPLE** : Pendant la réunion, faites preuve de souplesse car certaines questions pourraient prendre plus de temps que prévu ou de nouveaux sujets pourraient émerger durant la discussion. Si vous faites des ajustements au programme au cours de la réunion, demandez l'approbation du groupe ou demandez-lui à quels sujets la priorité devrait être accordée pour le reste de la réunion. Partagez le leadership.



# Quelques problèmes communs lors des réunions et quoi faire pour y remédier

## Les participants arrivent en retard, entrent et sortent de la salle et partent tôt

**PROBLÈME :** Pour qu'ils se sentent inclus, il faut faire des mises à jour pour ces participants, sans pour autant faire traîner la rencontre pour les autres.

**EN PRÉVENTION :** Prenez en considération les différentes perspectives culturelles au sujet des heures de début des réunions et les barrières qui empêchent les gens d'arriver à temps. Lorsque c'est possible, commencez la réunion à l'heure prévue, de manière à créer pour le groupe une norme de ponctualité. Demandez aux gens de bien organiser leur horaire, afin de ne pas partir avant la fin d'une réunion. Faites preuve de souplesse si nécessaire.

**PENDANT :** Résumez brièvement les parties que la personne a manquées, ou demandez à quelqu'un dans l'assemblée de le faire discrètement afin de ne pas perturber la réunion. Demandez si quelqu'un doit partir tôt. Si certaines personnes doivent s'absenter temporairement pour s'occuper des enfants, préparer la nourriture, etc., entendez-vous sur la façon de se rattraper à leur retour dans le groupe. Terminez la réunion à l'heure convenue par tout le monde.

## Les gens font des choses distrayantes, comme faire du bruit avec des feuilles ou avoir des conversations à part

**PROBLÈME :** Les gens ne sont pas intéressés par la discussion, ils ne s'identifient pas aux questions ou ne sentent pas que leur point de vue est pris en compte; vous n'avez pas leur attention.

**EN PRÉVENTION :** Obtenez un accord général sur l'ordre du jour avant de commencer la réunion. Assurez-vous qu'il n'y a pas un moyen plus efficace de résoudre les problèmes autrement que dans une réunion plénière. Planifiez une pause pour revigorer les gens.

**PENDANT :** Demandez aux personnes impliquées si elles sont intéressées à la discussion, ou pourquoi elles ne semblent pas y participer. Faites participer les gens de façon différente : un remue-méninge, partager le leadership, fournir un élément visuel, faire une pause.

## Quelqu'un monopolise la parole durant la réunion

**PROBLÈME :** Les gens ne sont pas toujours conscients de leur propre comportement. Ils pensent parfois faire de meilleures contributions que les autres.

**EN PRÉVENTION :** Créez un accord de groupe qui prend en compte l'écoute mutuelle et qui prévoit du temps pour la participation de tous et de toutes. Référez-vous à cet accord. De cette façon, le groupe prend conscience de la dynamique du groupe, et peut vous aider. Il peut être utile de limiter le temps accordé aux interventions.

**PENDANT :** Demandez aux personnes qui n'ont pas encore parlé de contribuer. Faites une activité énergisante qui va changer le niveau d'énergie dans la salle. Modifiez la dynamique en faisant un tour de table au cours duquel chaque personne dit une seule phrase, ou demandez aux participants et participantes d'écrire leurs idées avant de parler, ou encore, demandez-leur de se parler deux par deux. Demandez à ceux ou celles qui dominent la conversation de laisser les autres parler. Quand les gens se répètent, signalez-leur.

## Quelqu'un répète sans cesse une question, une idée ou une solution

**PROBLÈME :** La personne n'a pas le sentiment qu'elle est entendue ou que le groupe prend en compte ses suggestions, ou encore la personne ne se sent pas acceptée par le groupe, donc elle cherche à s'affirmer.

**EN PRÉVENTION :** Pas toujours possible. Les gens ont des besoins spécifiques.

**WHEN IT'S HAPPENING:** Un membre du groupe peut indiquer à la personne qu'il ou elle a entendu, et tenter d'expliquer pourquoi ses idées n'ont pas été acceptées ou mises en œuvre. Il est préférable d'attendre après la réunion. La personne mérite une rétroaction honnête, même si c'est désagréable. Sinon, assurez-vous vraiment d'avoir entendu ses préoccupations; le groupe peut offrir de planifier une réunion spéciale dans le but d'écouter cet individu et de traiter du problème.

## Certaines personnes ne participent pas

**PROBLÈME :** Les participants et participantes pensent qu'ils et elles n'ont rien à apporter, l'ambiance dans la salle peut inciter les gens les plus timides à ne pas participer, ou d'autres personnes peuvent dominer. Par conséquent, ils et elles ne s'identifient pas aux décisions prises, et sont moins susceptibles de jouer un rôle actif dans le suivi.

**EN PRÉVENTION :** La facilitatrice/le facilitateur peut encourager ceux et celles qui n'ont pas parlé à partager leur information ou leur opinion. Si les hommes parlent plus souvent que les femmes, les adultes plus souvent que les enfants, les personnes blanches plus souvent que les personnes racisées, etc., ces rôles peuvent être révélés si quelqu'un tient un registre du nombre de contributions et sensibilise le groupe en soulignant les tendances.

**PENDANT :** Utilisez une activité énergisante qui encourage la participation de tout le monde. Ralentissez le rythme de la réunion pour ceux et celles pour qui la langue parlée à la réunion est une langue seconde. Exprimez l'importance des opinions de chacun et chacune, faites un exercice qui fait ressortir et valorise l'expérience de ceux et celles qui ne parlent pas.

## Il y a de la tension à la réunion

**PROBLÈME :** Peut être le résultat d'une mauvaise dynamique de groupe, mais provient souvent de conflits non résolus lors de réunions antérieures ou entre les membres du groupe.

**EN PRÉVENTION :** Les membres peuvent s'informer sur la dynamique de groupe et ainsi être en mesure de repérer les problèmes avant qu'ils ne s'accumulent.

**PENDANT :** Prenez une courte pause. Faites un remue-méninge sur un sujet pour lequel ils ont un intérêt commun. Traitez de manière concrète la cause la plus difficile de la tension en la soulevant à des fins de discussion. Fournissez une activité énergisante ou une activité qui permet aux gens de changer la position de leur corps, car cela peut aussi faire changer leur point de vue dans la discussion. Mettez fin à la séance pour permettre aux individus ou à de petits groupes d'aborder les problèmes.



## Quelqu'un sort, bouleversé

**PROBLÈME :** Peut survenir pour diverses raisons, telles qu'un désaccord profond avec le processus ou avec certaines décisions. Il peut s'agir d'une tentative de communiquer avec le groupe ou de s'éloigner du groupe. Le fait de sortir de la salle est le geste ultime.

**EN PRÉVENTION :** Pas toujours possible, car cette personne peut ne pas être disposée à faire des compromis sur sa position ferme. Mais si on demande à cette personne, sans la juger, sur quoi repose son désaccord ou sa désapprobation, et quelles sont ses attentes de résolution, cela peut éviter que l'individu sorte de la salle.

**PENDANT :** Dépend de plusieurs variables. Si la personne est partie par principe et qu'on ne peut pas la joindre, le groupe pourrait décider de poursuivre la réunion ou d'attendre jusqu'à la prochaine assemblée pour se prononcer sur la question en cause. Si la personne est partie parce qu'elle a été perturbée, le groupe peut demander à une ou plusieurs personnes de lui parler, et lui demander de rejoindre le groupe le cas échéant.

## Le groupe n'arrive pas à prendre une décision

**PROBLÈME :** Personne ne prend la responsabilité de résumer et de faciliter. Les objectifs peuvent ne pas être clairs.

**EN PRÉVENTION :** Les gens peuvent être informés des rôles des membres, assurant à la fois des tâches et des fonctions de maintenance. On peut discuter des objectifs et de l'ordre du jour, et en convenir, avant le début de la réunion.

**PENDANT :** Résumez la discussion jusqu'à ce point. Reformuler le problème, la question ou l'objectif. Demandez au groupe s'il est prêt à prendre une décision. Prenez une pause. Prenez la décision de ne rien décider jusqu'à la prochaine réunion.

## Les gens discutent de nombreuses questions à la fois

**PROBLÈME :** Un ordre du jour n'a pas été défini et convenu. La réunion ne met pas l'accent sur des points précis.

**EN PRÉVENTION :** Définir un ordre du jour clair à l'avance, afin que les gens sachent que les questions qui les concernent le plus seront couvertes. Utilisez des tableaux papier pour que les gens aient un rappel visuel du sujet. Quand d'autres questions surviennent, elles peuvent être inscrites sur un autre tableau papier pour en discuter plus tard. Assurez-vous qu'il y a une facilitatrice ou un facilitateur.

**PENDANT :** Demandez à l'interlocutrice ou l'interlocuteur si sa remarque porte sur les questions débattues actuellement.

– Adapté de : Coover, Virginia, Ellen Deacon, Charles Esser et Christopher Moore, *Movement for a New Society, Resource Manual for a Living Revolution*, New Society Publishers, Philadelphia, Pennsylvania, 1977.



## Travailler ensemble

### Objectifs :

**DURÉE : 90 MINS**

- Comprendre les divers outils et approches de prise de décision.
- Explorer le but collectif d'un groupe.

### Quand l'utiliser :

- Quand les attentes, les buts, les souhaits, la compréhension ou encore les raisons de participer des individus varient au sein d'un groupe existant;
- Avec un groupe qui cherche de l'information sur les approches et les outils de prise de décision.

Si vous tenez une série d'ateliers, celui-ci pourrait succéder à n'importe lequel des ateliers suivants : *Amener les gens du quartier à s'engager, Renforcer notre quartier, Établir des liens positifs entre les gens du quartier ou Planifier des actions.*

### Fournitures :

- Tableau papier, papier-cache et crayons-feutres
- Des plumes rouges et vertes, une de chaque couleur pour chaque participant et participante (Activités 3, 5 et 6). (Exercice des plumes : Tous droits réservés Jossey-Bass/Pfeiffer, 1998)
- Feuilles autocollantes de grandeur moyenne de trois couleurs différentes (Activité 4)
- Un bol ou un chapeau; une copie du document *Types de décisions*, découpée en bandes, une bande par décision (incluant l'avantage et un exemple) (Activité 5)
- Petits cercles autocollants (les pois) pour l'exercice de « pois-mocracie » (Activité 6)

### Documents à distribuer :

- *Types de décisions* (Activité 5)
- *Formulaire d'évaluation des participantes et participants* (Annexe C) (Activité 8)



## FEUILLE DE TRAVAIL DE COFACILITATION : TRAVAILLER ENSEMBLE

OBJECTIFS	ACTIVITÉ	FOURNITURES	RÔLES
Accueillir les gens et introduire le thème de l'atelier <b>5 min</b>	<b>Activité 1 : Présentations</b> – Les gens se présentent – Chacun exprime une chose qu'il ou elle espère apprendre	– Tableau papier et crayons-feutres	
Faire valoir l'importance de la communication efficace et faire comprendre combien il est facile de mal communiquer <b>5 min</b>	<b>Activité 2 : Le jeu du téléphone</b> – Un message chuchoté fait le tour du cercle		
Créer un lieu inclusif <b>10 min</b>	<b>Activité 3 : Créer un lieu sûr</b> – Élaborer une entente de groupe	– Plumes rouges et vertes	
Mieux comprendre l'objectif du groupe <b>25 min</b>	<b>Activité 4 : Objectif du groupe</b> – Pourquoi participez-vous au groupe ou à l'atelier? – Quel est l'objectif du groupe? – Quelles compétences et expériences y apportez-vous?	– Feuilles autocollantes	
Découvrir différentes approches de prise de décision <b>10 min</b>	<b>Activité 5 : Tableau sur la prise de décision</b> – Passer en revue le tableau sur la prise de décision – Avantages et utilisation de chaque approche	– Document : <i>Types de décisions</i> – Chapeau ou bol – Plumes rouges et vertes	
Comprendre différents types de prise de décision <b>20 min</b>	<b>Activité 6 : Décision sucrée</b> – <i>Exercice des plumes</i> ou vote avec <i>l'exercice de « pois-mocracie »</i> – Comparer les approches	– Plumes rouges et vertes pour tout le monde – Cercles autocollants pour « pois-mocracie » – Tableau papier et crayons-feutres	
Continuer à définir le but du groupe et son processus de prise de décision <b>10 min</b>	<b>Activité 7 : Remue-méninge sur les prochaines étapes</b> – Se référer à ce que les gens espèrent apprendre		
Évaluer l'atelier <b>5 min</b>	<b>Activité 8 : Évaluation</b> – Distribuer le <i>Formulaire d'évaluation des participantes et participants</i> (Annexe C)	– Document : <i>Formulaire d'évaluation des participantes et participants</i>	

## ACTIVITÉ 1 : Présentations – 5 min

**OBJECTIF :** Accueillir les gens et introduire le thème de l'atelier.

### DÉROULEMENT :

- Invitez les participants et les participantes à se présenter et à exprimer, en une phrase, une chose qu'il ou elle espère apprendre dans cet atelier.
- Notez les réponses sur le tableau papier et affichez la feuille au mur pour pouvoir vous y référer tout au long de l'atelier.

## ACTIVITÉ 2 : Le jeu du téléphone – 5 min

**OBJECTIF :** Faire valoir l'importance de la communication efficace et faire comprendre combien il est facile de mal communiquer.

### DÉROULEMENT :

- Demandez aux participants et participantes de s'asseoir en cercle (ou de se tenir debout en cercle). Chuchotez un message simple à quelqu'un; un exemple de message pertinent serait « *On prend de meilleures décisions quand tout le monde y participe* » ou « *Nous pouvons bien nous entendre* ». Chaque personne chuchote ensuite le message à son voisin ou sa voisine, et la dernière personne prononce le message à voix haute devant le groupe. Il y a de bonnes chances que le message final soit différent de l'original.
- Invitez les commentaires des participants et participantes : « Selon vous, qu'est-ce que cette activité démontre au sujet de la communication dans un contexte de travail de groupe et de prise de décision? » Si personne ne le mentionne, faites valoir l'importance de la communication claire et ouverte lorsque le groupe travaille ensemble et prend des décisions.

## ACTIVITÉ 3 : Créer un lieu sûr – 10 Min

**OBJECTIF :** Créer, au sein de cet atelier, un lieu sûr où tout le monde se sent à l'aise et inclus.

### DÉROULEMENT :

- Invitez les participants et participantes à établir une liste des éléments qui leur permettent de se sentir à l'aise et inclus dans ce groupe. Écrivez la liste sur le tableau papier. Mentionnez qu'on pourrait aussi appeler cette liste une entente sur le fonctionnement du groupe. Voici un exemple d'entente suggérée par les idées d'autres groupes : partager le temps de parole pour que tout le monde ait la chance de parler, parler chacun son tour et se respecter mutuellement.

**Conseil :** Invitez les participants et participantes à donner leur définition du respect, puisque cette notion varie d'une personne à l'autre. Par exemple, le respect peut signifier écouter, ne pas juger, etc.

- Donnez une plume verte et une plume rouge à chaque participante et participant. Passez en revue, un à un, les points de l'entente, en invitant chaque personne à lever sa plume verte si elle est d'accord et sa plume rouge si elle ne l'est pas. Si quelqu'un lève sa plume rouge, invitez le participant ou la participante en question à exprimer la raison de son désaccord; ceci a pour but d'engendrer la discussion. Soulignez qu'un désaccord constitue une donnée supplémentaire et nous donne l'occasion d'apprendre les uns des autres.
- Portez à l'attention du groupe que l'avantage de cette entente réside dans le fait qu'elle contribue à instaurer un milieu qui est inclusif des différents styles de personnalité, cultures, capacités, orientations sexuelles, sexes, etc. Cette entente aide également à réduire les risques de conflit.

- L'entente est alors affichée au mur de façon à ce que tout le monde puisse la voir et s'y référer au cours de l'atelier ou pendant des rencontres à venir. Expliquez-leur que le groupe peut décider de changer l'entente en tout temps.

**Note :** Les ateliers *Des réunions agréables et efficaces* et *Établir des liens positifs entre les gens du quartier* couvrent aussi les ententes de groupe.

## ACTIVITÉ 4 : Objectif – 25 min

**OBJECTIF :** Comprendre l'objectif de ce groupe.

### DÉROULEMENT :

- Invitez les participantes et les participants à trouver un ou une partenaire avec qui travailler. Demandez-leur de répondre aux questions suivantes afin de préciser l'objectif du groupe :
  - « *Pourquoi participez-vous à ce groupe?* » ou « *Pourquoi êtes-vous venu/venue à cet atelier?* »
  - « *Selon vous, quel est l'objectif du groupe ou de l'atelier?* »
  - « *Quelles compétences, aptitudes et expériences apportez-vous à ce groupe ou à cet atelier? Pensez à d'autres groupes auxquels vous avez participé ou à d'autres expériences que vous avez vécues.* » (Par exemple : prendre soin d'enfants, de parents ou de grands-parents, cuisiner, talents d'artiste, tenue de comptes, etc.)
- Donnez aux participants et participantes trois feuilles autocollantes de couleurs différentes, et demandez-leur d'y inscrire leurs réponses aux trois questions – une réponse par feuille. Sur le tableau papier, faites trois colonnes ayant comme en-têtes les questions ci-dessus. Les gens peuvent ensuite afficher leurs réponses dans la colonne correspondante. (10 min)
- Passez les réponses affichées en revue et partagez-les avec le groupe. (10 min)
- Demandez : « *Qu'est-ce qui vous a surpris?* », « *Voyez-vous des éléments communs, une tendance?* » et « *Manque-t-il quelque chose?* »
- Invitez les participants et participantes à écrire sur une feuille autocollante ce qu'il ou elle aimerait apprendre dans ce groupe. Passez en revue ce qui aura été affiché. (5 min)

**Conseil :** S'il y a des opinions diverses sur le but du groupe, reconnaissez ce fait et dites au groupe que les approches de prise de décision qu'ils et elles s'apprêtent à examiner peuvent justement les aider à décider du but du groupe. Insistez sur le fait qu'on veut élaborer un processus qui est inclusif des idées et des préoccupations de tous les membres du groupe.

**Conseil :** Faites un lien avec le concept des systèmes. Nous vivons dans un pays démocratique où il est attendu que les citoyens et citoyennes s'engagent, comme lorsqu'ils et elles vont voter. Par exemple, chaque individu est encouragé à partager ses idées et à faire entendre sa voix sur les sujets qui lui importent.

**Conseil :** Pour augmenter le niveau d'énergie du groupe, vous pouvez poser les questions suivantes une à une, en invitant les gens à se lever si c'est leur cas :

- « *Est-ce que vous : jouez au soccer? Aimez cuisiner? Jouez d'un instrument de musique? Parlez plus d'une langue?* »
- Posez vos propres questions.

## ACTIVITÉ 5 : Tableau de prise de décision – 10 min

**OBJECTIF :** Découvrir différents outils et approches de prise de décision.

### DÉROULEMENT :

- Distribuez le document *Types de décisions*. Avant l'atelier, vous aurez découpé les différents types d'approches (chacun avec ses avantages et un exemple) et vous les aurez placés dans un bol ou un chapeau. Maintenant, invitez les participantes et les participants à venir, un à la fois, tirer une approche du bol (ou du chapeau) et la lire au groupe.
- Demandez aux participantes et participants de répondre à chacune des approches en levant leur plume verte s'ils considèrent que c'est un avantage et leur plume rouge s'ils considèrent que c'est un désavantage, et d'expliquer leur raisonnement. Sur le tableau papier, inscrivez leurs réponses sous deux colonnes : « *Avantages* » et « *Désavantages* ». En tenant compte des avantages et désavantages, invitez-les à réfléchir aux situations qui se prêtent à différentes approches, p. ex. un vote anonyme dans l'élection des membres d'un conseil d'administration ou d'une association de locataires.
- À la fin de l'exercice, vérifiez auprès des participantes et participants : « *Qu'est-ce qui vous a surpris?* », « *Voyez-vous des éléments communs/une tendance?* » et « *Manque-t-il quelque chose?* »

## ACTIVITÉ 6 : Décision sucrée – 20 min

**OBJECTIF :** Comprendre deux types d'outils de prise de décision :

- le consensus (*exercice des plumes* : rouge, verte)
- les outils d'établissement des priorités (*exercice de « pois-mocracie »*)

### DÉROULEMENT :

#### • Exercice des plumes (10 min)

Expliquez que le groupe va décider quel dessert il aimerait manger lors de sa prochaine rencontre. Présentez les choix suivants : gâteau au fromage, tartelettes au beurre, gâteau au beurre d'arachides et chocolat, ou crème glacée. Vous pouvez aussi demander aux participants et participantes de suggérer quelques desserts.

Chaque participante et participant utilisera ses plumes verte et rouge pour cet exercice. La plume verte indique l'accord avec le choix de dessert et la plume rouge, le désaccord.

Nommez les desserts un à un et demandez un vote « *à plumes levées* ». Si quelqu'un lève sa plume rouge, arrêtez la discussion et demandez-lui de préciser les raisons de son désaccord.

À la fin de l'exercice, entamez une discussion sur les réactions des participantes et participants à l'utilisation des plumes en posant des questions comme :

« *Était-il plus facile d'utiliser les plumes vertes que les plumes rouges?* »

« *Était-il plus facile de signaler votre désaccord à l'aide d'une plume rouge que de vous exprimer verbalement d'emblée? Pourquoi?* »

« *Pourquoi est-ce difficile d'émettre des commentaires négatifs?* »

Notez les réponses sur le tableau papier, au besoin.

- **Exercice de « Pois-mocracie » (10 min)**

Utilisez la même liste de desserts que dans l'exercice des plumes.

Donnez à chaque personne un ou deux pois (les petits cercles autocollants), selon le nombre de desserts sur la liste. Demandez-leur de placer un ou deux pois sur leur dessert préféré. Après que tout le monde a placé ses pois, observez le résultat : c'est le dessert qui a le plus de pois qui sera servi à la prochaine rencontre.

À la fin de l'exercice, demandez aux participants et participantes leurs réactions à l'utilisation des pois en posant des questions comme :

« Comment ce processus de prise de décision diffère-t-il de l'exercice des plumes? »

« Qu'avez-vous pensé du résultat et du processus pour arriver à cette décision? Qu'avez-vous ressenti? »

Notez les réponses sur le tableau papier, au besoin.

Pour explorer la différence entre les outils et leur utilité, faites un remue-méninge sur les avantages et les désavantages de chaque outil. Notez les réponses sur le tableau papier.

## **ACTIVITÉ 7 : Remue-méninge sur les prochaines étapes – 10 min**

**OBJECTIF :** Découvrir ce que les participantes et participants ont appris aujourd'hui et examiner comment ils et elles utiliseront ces leçons pour continuer à définir le but de leur groupe ou ses processus de prise de décision.

**DÉROULEMENT :**

- Expliquez que cet exercice vise à examiner comment les leçons apprises dans cet atelier peuvent être mises en pratique .
- Faites un remue-méninge sur les façons dont le groupe utilisera les outils de prise de décision, et inscrivez sur le tableau papier les mesures concrètes à prendre dans les prochaines étapes.
- Référez-vous aux attentes exprimées par les participantes et les participants lors des présentations au début de l'atelier.

## **ACTIVITÉ 8 : Évaluation – 5 min**

**OBJECTIF :** Évaluer l'atelier.

**DÉROULEMENT :**

- Distribuez le *Formulaire d'évaluation des participantes et participants* (Annexe C) et demandez-leur de le remplir.



# Types de décisions

Vous pouvez choisir parmi diverses approches de gestion de réunion, ou les combiner, selon la situation. Votre choix dépendra des tâches que vous devez accomplir, du temps dont dispose le groupe, du temps dont vous disposez pour prendre des décisions et de la dynamique du groupe.

TYPE D'APPROCHE	AVANTAGES	EXEMPLE
<b>Consensus</b>	– Tout le groupe doit participer à la discussion et se mettre d'accord. Cette approche garantit l'appui unanime et un processus décisionnel consciencieux	Que devrions-nous servir à notre prochain souper communautaire et atelier : des mets végétariens, du poisson ou du poulet?
<b>Déléguer la décision à un sous-groupe qui connaît les attentes, puis prendre une décision</b>	– Renforce la confiance. Tire parti de l'expérience et de l'expertise des gens. C'est une approche inclusive, mais structurée et rapide, qui fait participer les gens	Marta, Jyoti et Yusuf vont développer des idées visant à faire participer un plus grand nombre de bénévoles aux prochaines activités de la table ronde communautaire. Nous discuterons de leurs idées à la prochaine réunion
<b>Recueillir des suggestions du groupe, puis proposer une solution</b>	– Approche inclusive, tout en étant rapide. Pourrait se faire en une seule réunion	Nous avons convenu qu'Omar et Angela rencontreront notre conseiller municipal au sujet des réductions des dépenses dans les loisirs. D'après vos discussions avec les gens de la collectivité, cernons les points à traiter pour qu'ils puissent les inclure dans leur présentation
<b>Interroger les individus, puis décider</b>	– Approche démocratique et inclusive, qui peut comporter des étapes claires	Nous avons les résultats du sondage portant sur les activités que les membres de la collectivité aimeraient nous voir organiser. Regardons-les et voyons si nous pouvons élaborer un plan d'action
<b>Vote</b>	– Méthode courante. Démocratique et rapide	Il a été suggéré que notre prochaine réunion se tienne à l'un de deux endroits. Passons au vote

Source : *Tisser des fibres d'inclusion*, IVTF, 2012



## Planifier des actions

### Objectifs :

**DURÉE : 90 MINS**

- Élaborer un plan pour traiter d'une préoccupation dans notre quartier.
- Renforcer nos compétences en vue d'élaborer un plan d'action.

### Quand l'utiliser :

- Avec un groupe de résidentes et résidents chargé d'une question particulière sur laquelle il peut avoir une incidence (p.ex. un lieu de rencontre communautaire, un club de devoirs, l'éclairage de rue, ou une politique gouvernementale ou institutionnelle).
- Avec un groupe qui veut s'entendre sur un plan de travail pour une proposition de financement.
- Un comité peut être formé pour intégrer les idées tirées de cet atelier à un plan d'action, puis en faire un rapport au groupe.
- Avec un groupe de résidentes et résidents qui se rencontrent de temps en temps pour essayer de cerner leurs difficultés

### Préparation et installation :

- En préparation pour l'atelier, réfléchissez à des façons d'aider votre groupe à se concentrer sur une question. Dans ce guide, vous trouverez entre autres l'atelier *Renforcer notre quartier* et les exercices *La sculpture vivante* et *La carte du temps*.
- Le jour de l'atelier, affichez la murale de l'autobus à un endroit où tout le monde peut la voir, et affichez la carte routière pour le plan d'action à côté de la murale.

### Fournitures :

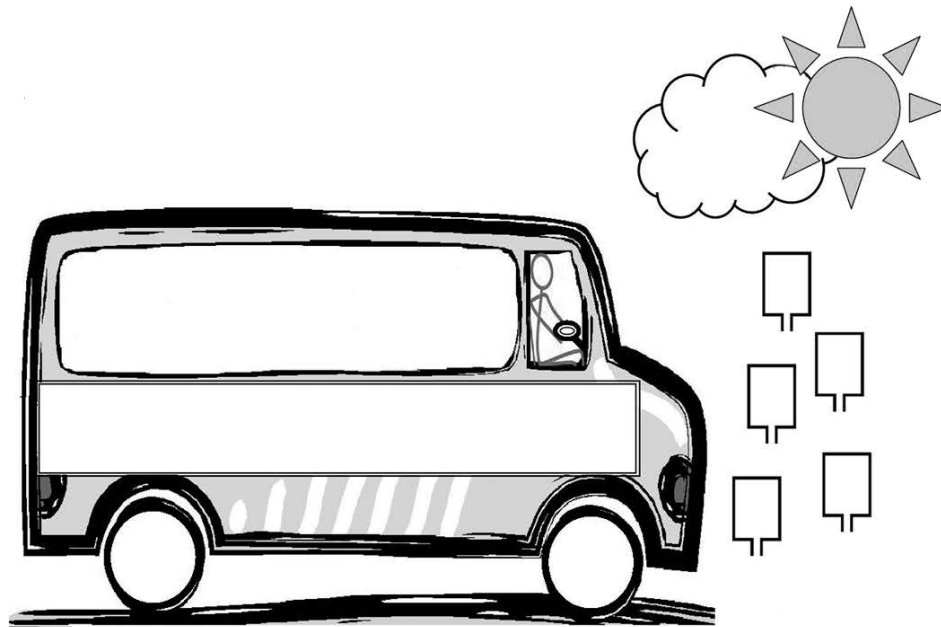
- Tableau papier, crayons-feutres, papier-cache
- Stylos pour les participantes et participants
- La murale de l'autobus :
  - Papier pour bannière (1,20 m à 1,50 m de longueur, selon la grandeur de la salle)
  - Un chemin allant d'un bout à l'autre de la murale et portant l'inscription « Chronologie des activités »
  - Un autobus sur le chemin, juste à gauche du centre de la murale, de sorte que la plus grande partie du chemin soit devant l'autobus.
  - L'autobus a de grandes roues et un capot doté de phares. Sous les fenêtres, il y a suffisamment d'espace pour la bannière sur laquelle vous inscrirez le slogan. Il n'y a que le chauffeur dans l'autobus.
  - Dessinez six à huit panneaux routiers devant l'autobus, au-dessus du chemin; un soleil dans le coin supérieur droit; et des nuages au-dessus de l'autobus.
- La Carte routière pour le plan d'action (voir p. 129) écrite sur le papier pour bannière ou sur le tableau papier, en caractères assez gros pour que tout le monde puisse voir lorsque vous le remplirez pendant l'atelier
- Feuilles autocollantes (Activité 3)
- Petites feuilles autocollante servant de billets d'autobus, une par participante/participant (Activité 7)
- Billets de correspondance, un par participante/participant (Activité 7) – petite feuille de papier comportant une citation inspirante (voir p. \_\_\_), par exemple :

« Ne doutez jamais qu'un petit groupe de citoyens et citoyennes engagés et réfléchis puisse changer le monde. D'ailleurs, rien d'autre n'y est jamais parvenu. »

### Documents à distribuer :

- *Carte routière pour le plan d'action, Formulaire d'évaluation des participantes et participants* (Annexe C) (Activité 8)

# Murale de l'autobus



## Chronologie



## FEUILLE DE TRAVAIL DE COFACILITATION : PLANIFIER DES ACTIONS

OBJECTIFS	ACTIVITÉ	FOURNITURES	RÔLES
Présenter les participants et montrer l'image <b>15 min</b>	<b>Activité 1 : Introduction</b> – Tour de table de présentations, attentes pour l'atelier – Introduire l'image de l'autobus et du chemin – Distribuer <i>Carte routière pour le plan d'action</i> – Create a slogan	– Bannière affichée – Document : <i>Carte routière pour le plan d'action</i>	
Préciser ce que nous voulons accomplir <b>10 min</b>	<b>Activité 2 : Ce que nous voulons accomplir – But</b> – Inscrire le but sur la murale – Identifier une idée clé de but		
Tirer des leçons des démarches antérieures et identifier les activités futures <b>25 min</b>	<b>Activité 3 : Exercice de chronologie</b> – Présenter l'exercice – Dégager les démarches antérieures – Identifier les activités futures – Scander	– Feuilles autocollantes	
Identifier les gens avec qui nous pouvons travailler pour faire avancer notre démarche <b>20 min</b>	<b>Activité 4 : Qui est dans l'autobus?</b> – Qui conduit l'autobus? – Qui, dans la collectivité, peut prendre cet autobus? – Alliés potentiels dans l'autobus – Résumé		
Identify resources needed <b>5 min</b>	<b>Activité 5 : Ressources</b> – De quoi a-t-on besoin pour faire avancer cet autobus? Écrire sur l'autobus – Ressources dans le quartier		
Préciser les résultats à court terme <b>10 min</b>	<b>Activité 6 : Incidences en cours de route (FACULTATIVE; pour atelier plus long)</b> – Écrire sur les panneaux		
Encourager chacun et chacune à contribuer au plan d'action <b>10 min</b>	<b>Activité 7 : Monter à bord</b> – Les gens écrivent sur leur billet – Échanger puis remettre son billet au chauffeur – Recevoir une correspondance portant une citation	– Feuilles auto-collantes – Stylos – Correspondances avec citations	
Évaluer l'atelier <b>5 min</b>	<b>Activité 8 : Évaluation</b> – Distribuer et faire remplir le <i>Formulaire d'évaluation des participantes et participants</i> (Annexe C)	– Document: <i>Formulaire d'évaluation des participantes et participants</i>	

## ACTIVITÉ 1 : Introduction – 15 min

**OBJECTIVE:** Introduce participants and image of the workshop.

### OBJECTIF :

#### • **Présentation des participantes et participants (5 min)**

Souhaitez la bienvenue à tous, passez les objectifs en revue et rappelez-leur la question qui sera abordée dans le plan d'action. S'il n'y a pas encore de comité pour faire le suivi, expliquez-leur que vous allez en former un, et demandez des volontaires.

Inscrivez dans le haut d'une feuille de tableau papier : *L'importance de (la question)*. Demandez à chaque individu de se présenter et d'exprimer pourquoi cette question est importante pour le quartier. Écrivez les idées des gens sur la feuille de tableau papier pour les aider à se concentrer sur cette seule question.

#### • **Introduire la murale de l'autobus et la carte routière (5 min)**

Présentez l'image utilisée dans l'atelier – Désignez la murale affichée au mur. Expliquez que dans cet atelier, vous allez utiliser l'image d'un autobus qui avance sur un chemin. C'est l'autobus que nous allons prendre pour nous rendre là où nous voulons aller. Au cours de cet atelier, nous allons définir l'action que nous pouvons entreprendre pour nous y rendre.

Désignez le soleil et les nuages en notant qu'il y existe des influences, tout autour de nous, qui ont une incidence sur notre quartier. Les problèmes que notre quartier connaît résultent souvent de problèmes et d'inégalités plus grands, qui ne sont pas de notre faute. Malgré cela, nous pouvons élaborer des plans nous permettant d'opérer un changement, voire d'apporter des changements à ces forces plus grandes.

Distribuez le document *Carte routière pour le plan d'action* et référez-les à celle affichée au mur, en expliquant que vous allez remplir cette carte routière en partie dans l'atelier, puis qu'un comité pourra la terminer et la partager avec le groupe plus tard.

#### • **Créer un slogan (5 min)**

Dites au groupe que nous avons suspendu une bannière sur le côté de cet autobus parce que nous sommes fiers de ce que nous faisons.

Référez-les au tableau papier où vous avez inscrit leurs idées sur l'importance de cette question pour le quartier. Mettez-vous d'accord sur un slogan de quelques mots qui résume ce que le groupe veut. Ce sera la solution recherchée au problème. Par exemple, si la difficulté est qu'« il n'y a nulle part où tenir des réunions communautaires », ce que vous voulez est « UN ENDROIT POUR NOUS ». Écrivez cela en gros caractères sur la bannière affichée sur l'autobus.

Une fois que le slogan est affiché, demandez au groupe : « *Qu'est-ce qu'on veut?* » Ils et elles répondent « *UN ENDROIT POUR NOUS!* » Scandez-le plusieurs fois, puis répétez le slogan ou une version de celui-ci tout au long de l'atelier – pour le plaisir et pour maintenir un haut niveau d'énergie.

Inscrivez le slogan sur la carte routière pour le plan d'action affichée au mur, et invitez les participantes et les participants à l'inscrire sur leur propre document.

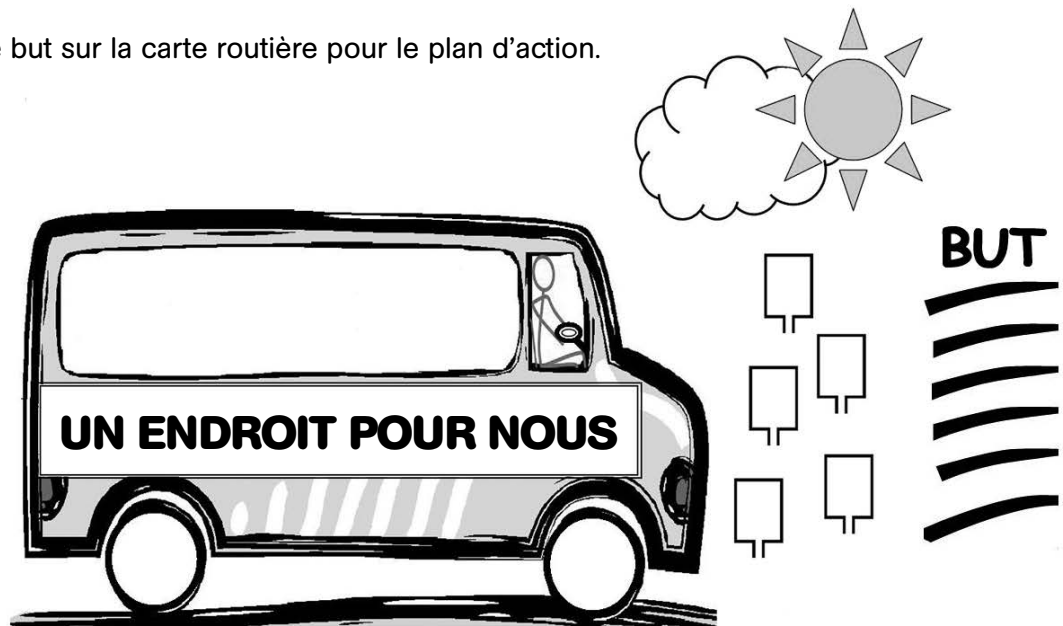
## ACTIVITÉ 2 : Ce que nous voulons accomplir – But – 10 min

**OBJECTIF :** Préciser ce que nous voulons accomplir.

### DÉROULEMENT :

- En haut à droite de la murale, inscrivez BUT.
- Mentionnez que notre but représente l'endroit où nous souhaitons nous rendre. C'est comme notre vision, ce à quoi cela ressemblerait si nous atteignons ce que nous voulons.

- Inscrivez dans le haut d'une feuille de tableau papier : « But : là où nous voulons aller. » Demandez au groupe « Où voulons-nous aller? Que voulons-nous accomplir? » Notez leurs idées sur le tableau papier.
- Identifiez une idée clé qui illustre bien ce que les gens ont dit, et inscrivez-la sur la murale sous le mot « But ». Note : Il n'est pas nécessaire de trouver la version finale; un comité peut peaufiner l'énoncé du but plus tard.
- Inscrivez l'idée de but sur la carte routière pour le plan d'action.



## Chronologie

### ACTIVITÉ 3 : Exercice de chronologie – 25 Min

**OBJECTIF :** Tirer des leçons des démarches antérieures et identifier les activités futures qui nous rapprocheront de notre but.

#### DÉROULEMENT :

- **Présenter l'exercice**

Faites référence au but, en rappelant au groupe que c'est là que notre autobus se dirige. Nous voulons nous assurer que les actions que nous entreprenons en route nous y conduiront. À cette fin, nous allons consigner nos activités tout au long du chemin, qui représente notre chronologie des activités.

- **Dégager les démarches antérieures (10 min)**

Demandez au groupe si des démarches ont été entreprises dans le passé pour faire face à cette difficulté, et quelles leçons on peut tirer de cette expérience. Désignez le chemin derrière l'autobus en demandant : « Quelles démarches ont eu lieu dans le passé pour faire face à cette difficulté dans le quartier? »

Notez les activités antérieures sous le chemin, derrière l'autobus, en ajoutant des dates si les gens les connaissent.

Demandez : « En se fondant sur cet historique, qu'est-ce qui semble important pour que notre plan réussisse? » S'il y a plusieurs activités antérieures, vous pouvez écrire les idées sur une feuille de tableau papier intitulée « Pour réussir... »

**Note :** C'est une bonne occasion de reconnaître les contributions et les frustrations antérieures tout en dirigeant les gens vers de nouvelles possibilités. Il pourrait aussi être bon de reconnaître qu'il y a des facteurs auxquels nous ne pouvons rien, mais qui influencent ce qui arrive dans le quartier. Nous ne sommes pas la cause de tous les problèmes. Vous pouvez désigner le soleil et les nuages comme étant des symboles du contexte et des systèmes qui nous affectent. Ils sont comme la météo, qui échappe à notre contrôle. Ensemble, nous pouvons chercher à exercer une influence positive.

- **Identifier les activités futures (15 min)**

Informez le groupe que vous allez maintenant réfléchir aux activités qui seront entreprises à l'avenir pour atteindre le but. Inscrivez « ACTIVITÉS » sur le tableau papier et faites un remue-méninge d'idées d'activités. En groupe, déterminez lesquelles sont les plus pratiques et les plus efficaces.

Écrivez celles-là sur des feuilles autocollantes et affichez-les sous le chemin, puis déplacez-les à mesure que le groupe décide des activités à entreprendre les premières. Une fois qu'elles sont dans l'ordre voulu, vous pouvez écrire une date sous chaque activité.

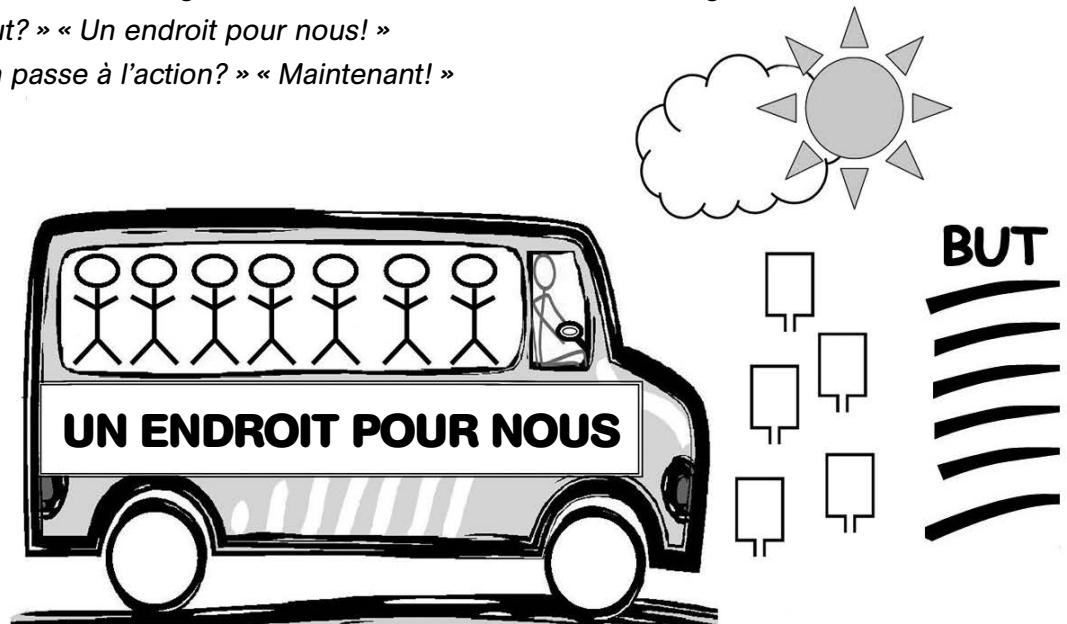
Remplissez la carte routière pour le plan d'action affichée au mur et invitez les participantes et participants à remplir leur propre document.

- **Scandez**

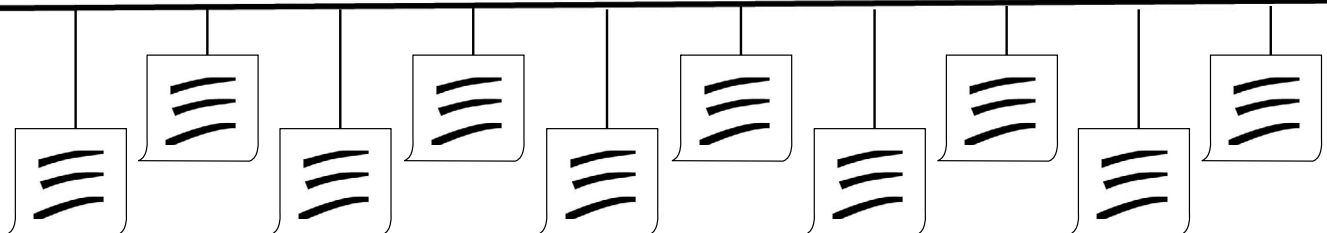
Référez le groupe à votre chronologie et invitez-les à scander encore le slogan.

« Qu'est-ce qu'on veut? » « Un endroit pour nous! »

« Quand est-ce qu'on passe à l'action? » « Maintenant! »



----- **Chronologie** -----





## ACTIVITÉ 4 : Qui est dans l'autobus? – 20 min

**OBJECTIF :** Identifier les gens avec qui nous pouvons travailler pour faire avancer notre démarche.

### DÉROULEMENT :

#### • Qui conduit l'autobus? (2 min)

Faites-leur part de l'objectif de cette activité et signalez-leur que pour l'instant, il n'y a qu'une seule personne à bord de l'autobus.

Demandez : « *Qui voulez-vous voir conduire cet autobus?* »

Faites-leur remarquer que nous avons besoin de leaders, mais que si nous conduisons l'autobus chacun notre tour – que nous partageons le leadership et le travail –, nous serons en mesure de nous rendre plus loin sur le chemin.

#### • Qui, dans la collectivité, peut prendre cet autobus? (5 min)

Demandez : « *Qui voulons-nous assurément avoir dans l'autobus?* » Dessinez quelques bonshommes-allumettes dans l'autobus.

Commencez par la communauté : Demandez s'il y a des groupes de gens de la communauté qui ne sont pas encore impliqués qu'il serait important d'inclure. Dessinez d'autres bonshommes-allumettes dans l'autobus et inscrivez des noms au-dessus.

Demandez : « *Cet autobus est-il accessible?* » « *Y a-t-il quelque chose que nous devons faire pour nous assurer que les gens listés ci-dessus peuvent participer?* » (p. ex. lieu de rencontre, soutien à la garde d'enfants, appui linguistique, heure des réunions)

#### • Alliés potentiels dans l'autobus (10 min)

Expliquez que des alliés ou des partenaires sont des individus ou des organisations qui partagent certains intérêts dans l'atteinte de notre but. Dans certains cas, ils ou elles auront le pouvoir et l'influence nécessaires pour effectuer du changement. Demandez : « *Avec qui pouvons-nous travailler pour atteindre notre but?* » Lorsque les participantes et participants nomment des groupes ou des individus, dessinez d'autres bonshommes-allumettes et inscrivez leur nom au-dessus.

Votre liste pourrait comprendre des bailleurs de fonds potentiels.

Sur un tableau papier, faites deux colonnes, l'une portant l'entête ALLIÉS POTENTIELS et l'autre INTÉRÊTS. Demandez : « *Y a-t-il des gens dans l'autobus qui ne voudront peut-être pas travailler avec nous?* »

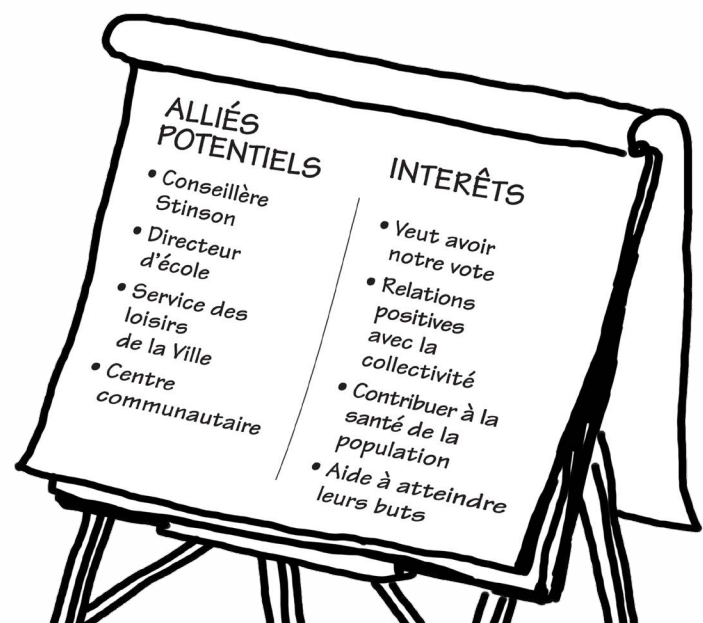
Choisissez-en trois ou quatre, et inscrivez leurs noms dans la colonne ALLIÉS POTENTIELS.

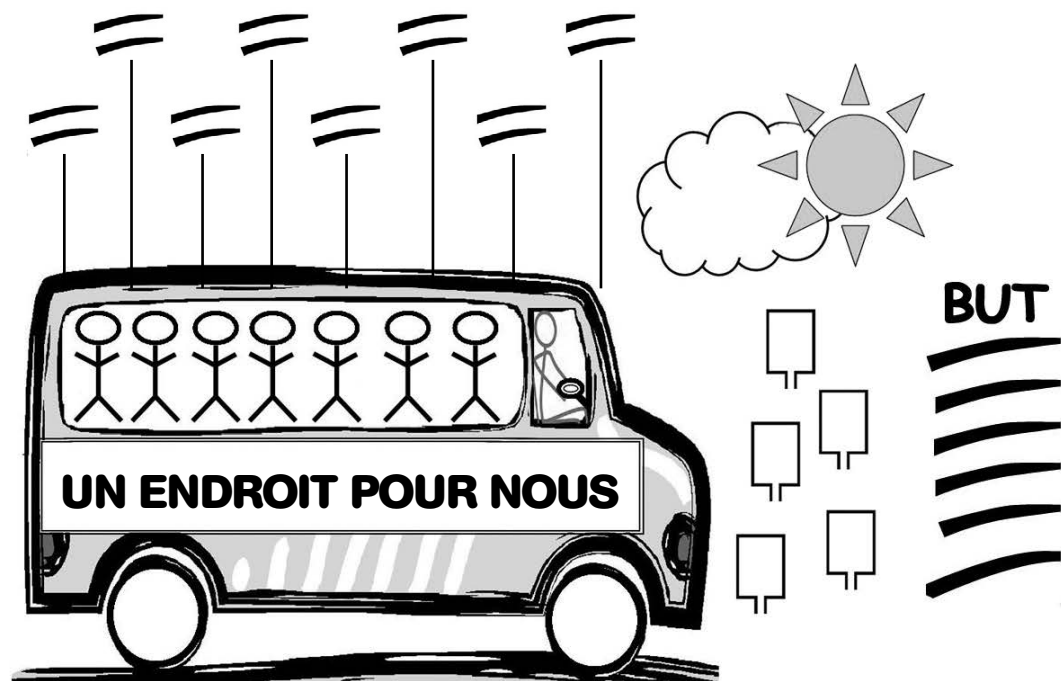
Demandez : « *Pourquoi serait-il dans leur intérêt d'être impliqués/impliquées?* »

« *Comment pourraient-ils/elles en bénéficier?* »  
Écrivez les idées dans la colonne INTÉRÊTS.

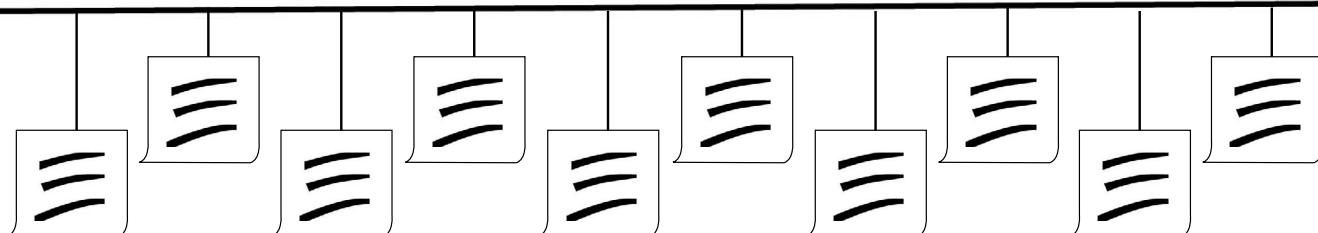
#### • Résumé (3 min)

Remplissez la section *Alliés potentiels* de la carte routière pour le plan d'action.





## Chronologie



### ACTIVITÉ 5 : Ressources – 5 min

**OBJECTIF :** Définir les ressources nécessaires.

**DÉROULEMENT :**

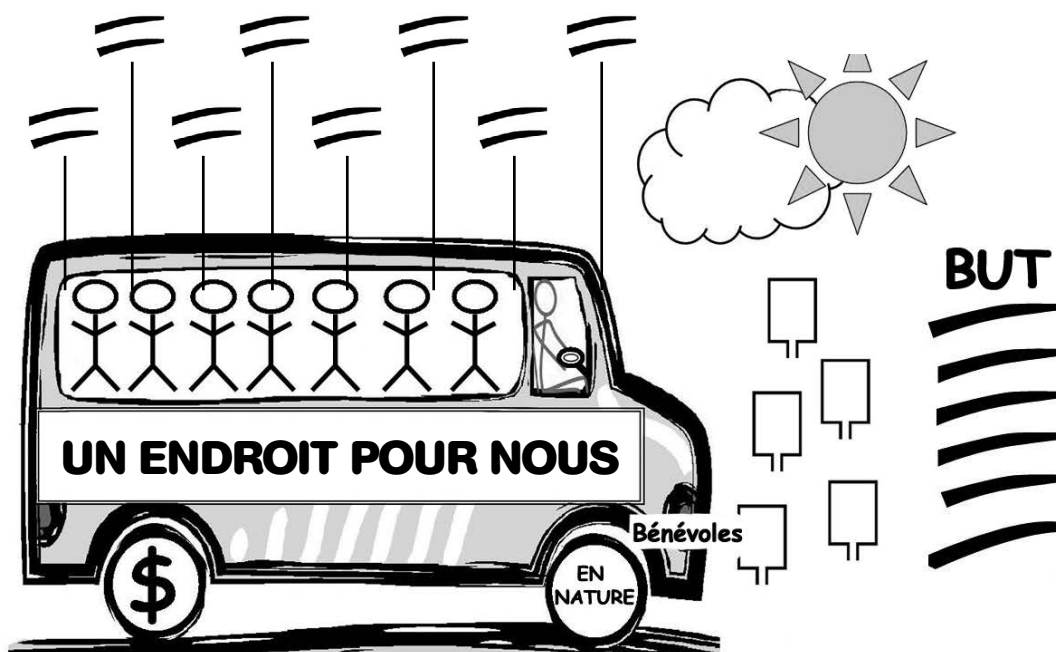
- Demandez : « *De quoi a-t-on besoin pour faire avancer cet autobus?* » Indiquez qu'à moins de vouloir le pousser nous-mêmes, l'autobus aura besoin de carburant. Demandez ce qui servira de carburant et notez les réponses sur le moteur et les roues (argent, bénévoles, contributions en nature.)
- Demandez : « *Quelles ressources existent déjà dans la communauté?* »
- Faites un remue-méninge pour déterminer les ressources supplémentaires requises pour différentes activités. Notez-les sur le tableau papier.
- Remplissez la carte routière pour le plan d'action.

## ACTIVITÉ FACULTATIVE : Incidences en cours de route – 10 min

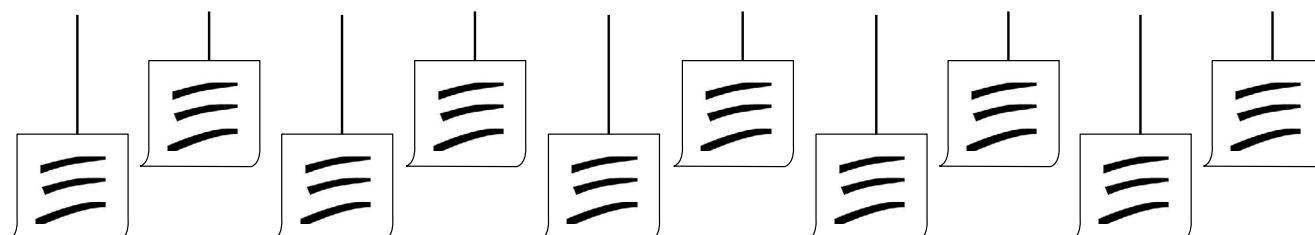
**OBJECTIF :** Préciser les résultats à court terme.

### DÉROULEMENT :

- Signalez au groupe que nous devons voyager très loin pour atteindre notre but, mais qu'en cours de route nous pouvons constater que nos activités ont une incidence sur le quartier ou sur les systèmes que nous devons influencer. Ce seront là des signes que nous effectuons du changement positif.
- Désignez les panneaux routiers dans la murale : ce sont les résultats à court terme. Invitez-les à nommer certains changements qu'ils pourraient observer. Écrivez leurs idées sur les panneaux.
- Remplissez la carte routière pour le plan d'action.
- **Note :** Si votre atelier ne dure que 90 minutes, vous n'aurez probablement pas le temps de faire cette activité. Dans ce cas, vous pourriez simplement désigner les panneaux routiers et expliquer ce qu'ils représentent, ou vous pourriez organiser une autre réunion pour identifier vos résultats à court et moyen terme. Il peut être important d'identifier ces résultats si vous préparez une proposition de financement, mais reconnaître les incidences à court et moyen terme peut aussi stimuler la motivation des gens puisqu'ils voient des résultats immédiats.



### Chronologie



## ACTIVITÉ 7 : Monter à bord – 10 min

**OBJECTIF :** Encourager chacun des participants et participantes à contribuer au plan d'action.

### DÉROULEMENT :

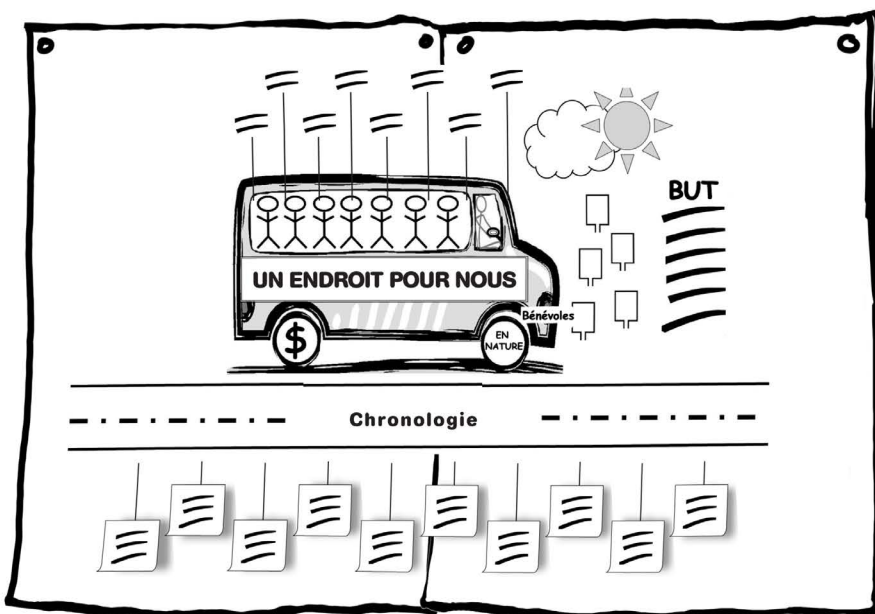
- Remerciez le groupe d'avoir contribué ses idées au plan d'action. Expliquez qu'un suivi sera mis en place, par exemple un comité qui intégrera ces idées à la carte routière, qu'il présentera au groupe lors d'une prochaine réunion. Invitez-les à y participer.
- Informez-les que l'autobus est prêt à partir et qu'il est temps de monter à bord. Pour ce faire, chacun aura besoin d'un billet. Distribuez les petites feuilles autocollantes en guise de billet d'autobus, et invitez les gens à écrire sur leur billet quelles actions ils et elles prévoient entreprendre pour que ce plan d'action prenne vie.
- Une fois que tout le monde a écrit sur sa feuille, demandez à chacun de lire ce qui est écrit sur son billet, puis de le coller sur la carte routière pour le plan d'action avant de monter à bord de l'autobus. Informez-les qu'un billet de correspondance sera présenté à chacun des passagers et passagères. Au moment où chacun affiche son billet d'autobus, remettez-lui un billet de correspondance portant une citation provenant de l'atelier *Défendre les intérêts de la communauté*, p. 82.

## ACTIVITÉ 8 : Évaluation – 5 min

**OBJECTIF :** Évaluer l'atelier.

### DÉROULEMENT :

- Distribuez le *Formulaire d'évaluation des participantes et participants* (Annexe C), et demandez-leur de le remplir.



**CARTE ROUTIÈRE POUR LE PLAN D'ACTION**

BLOGAN :

BUT :

AVEC QUI POUVONS-NOUS TRAVAILLER? :


# Carte routière pour le plan d'action

**Slogan :**

**But :**

**Avec qui pouvons-nous travailler?** (Communauté/Alliés/Partenaires) :

Activité	Date/Mois	Ressources nécessaires (\$, gens, lieux)	Qui fait quoi?

Signes d'incidence en cours de route :

# ANNEXE A : Historique

Depuis 2008, le Cadre de développement communautaire (CDC) s'efforce d'appuyer le changement dans les quartiers prioritaires d'Ottawa en adhérant à la série de principes directeurs suivants :

- adapté au milieu;
- engagement des résidents et résidentes;
- collaboration des partenaires communautaires dans le traitement des questions qui importent aux quartiers;
- valorisation des ressources; et
- procurer des possibilités d'acquisition de connaissances.

Après s'être concentré sur cinq quartiers prioritaires à ses débuts, le modèle du CDC a aujourd'hui (en 2012) une portée qui s'est étendue à l'échelle de la ville.

En 2010, le comité de renforcement des capacités et de l'engagement civique du Cadre de développement communautaire (coordonné par Centraide Ottawa et dont les membres proviennent de la Ville d'Ottawa, du Réseau des agent(e)s de développement communautaire, de Bénévoles Ottawa, de Leadership Ottawa, de l'IVTF et du Centre de santé communautaire Pinecrest-Queensway) a assumé la tâche de repérer les meilleures pratiques et de recommander des actions concrètes pour renforcer les capacités des résidents et résidentes et des travailleuses et travailleurs communautaires œuvrant pour favoriser un changement positif dans leurs quartiers. Il s'est dégagé de cet exercice une proposition relative à l'élaboration de ressources et de matériel de formation pour des ateliers qui pourraient être facilités dans les quartiers par des travailleuses, travailleurs et leaders communautaires.

Au même moment, l'Initiative de réduction de la pauvreté 3 (RP3) du Réseau des agent(e)s de développement communautaire reconnaissait la nécessité pour les résidents et résidentes d'acquérir des compétences et des connaissances afin de favoriser un changement systémique positif.

La proposition relative à la production de ce guide est née des commentaires que ces deux groupes ont recueillis auprès des résidents et résidentes. Financés par la Ville d'Ottawa, les agents et agentes de développement communautaire de l'Initiative de réduction de la pauvreté 3 (RP3), l'IVTF et Safe People ont élaboré la proposition, en s'inspirant de leur expérience collective en matière d'appui au renforcement des capacités des résidents et résidentes. Des entrevues avec des informateurs clés œuvrant dans le développement communautaire (dont Logement communautaire d'Ottawa, ACORN Ottawa, le Conseil de planification sociale d'Ottawa et la Coalition des maisons communautaires d'Ottawa) sont venues enrichir le contenu de la proposition.

Une fois que le comité de renforcement des capacités et de l'engagement civique du CDC eut approuvé la proposition, l'IVTF et Safe People ont été engagés pour diriger et coordonner la production de ce guide. Un groupe de référence a été formé, rassemblant des résidentes et résidents et des travailleuses et travailleurs communautaires qui ont mis leur expérience et leurs connaissances au service du projet.

En juillet 2012, le CDC a réussi à obtenir un financement de trois ans de United Way/Centraide Ottawa en appui à la prestation de la formation *Créer le changement que nous souhaitons* auprès des facilitatrices résidentes et du personnel de développement communautaire, ainsi qu'en appui à la cofacilitation d'ateliers et d'activités de renforcement des capacités adaptés aux quartiers. Ce financement a permis au CDC d'engager l'IVTF et Safe People à l'été 2013 pour effectuer une évaluation du guide et de son utilisation dans les quartiers. Cette évaluation a mené à la révision du guide, effectuée selon les recommandations des utilisatrices et utilisateurs.

## **Résultats escomptés de la mise en œuvre du guide** ***Créer le changement que nous souhaitons* :**

1. Les travailleurs et travailleuses communautaires et les stagiaires détiennent de meilleures compétences, en particulier des compétences en facilitation, pour amener les résidents et résidentes à aborder leurs préoccupations de façon efficace.
2. Les résidents et résidentes sont plus engagés à transmettre leur point de vue sur la vie de leur quartier aux individus, aux agences et aux institutions qui touchent la vie de leur communauté. Les leaders émergents sont appuyés.
3. Par suite d'action collective et de collaboration, les résidents et résidentes vivent des changements positifs dans leur quartier.
4. Une meilleure compréhension du renforcement des capacités des quartiers contribue plus efficacement au changement dans les quartiers.

### **Résultats indirects :**

- Les systèmes collaborent dans des actions directes en réponse aux préoccupations et aux solutions présentées par les résidents et résidentes;
- Une utilisation optimale des ressources, la collaboration et le réseautage améliorent le rapport coût-efficacité.

# ANNEXE B : Glossaire

**Agent de changement** (*agent of change*) : individu capable de se représenter un avenir meilleur et qui travaille activement vers cet avenir.

**Approche adaptée au milieu** (*place-based approach*) : reconnaît que les quartiers constituent les éléments de base d'une ville et que le fait de soutenir le développement d'un quartier améliore la ville. L'approche adaptée au milieu incite les résidents et résidentes ainsi que les fournisseurs de services à adopter une vision pour leur quartier, à établir une orientation, et à jouer un rôle partagé dans la mise en œuvre d'actions menant à un changement positif.

**Approche fondée sur l'actif** (*asset-based approach*) [www.abcdinstitute.org](http://www.abcdinstitute.org) (en anglais) : vise à cerner et à utiliser les forces d'un quartier comme moyen de le développer.

**Capital social** (*social capital*) : il s'agit des bénévoles, des partenaires et des individus ou des commerces qui peuvent nous diriger vers les ressources dont nous avons besoin. Pour produire le changement que nous souhaitons dans nos communautés, le capital social se résume par « Qui connaissons-nous qui peut nous aider à atteindre les buts de notre communauté, et qui d'autre devons-nous connaître? » « Ceux que nous devons connaître » peuvent être les voisins dans l'édifice d'à côté, quelqu'un qui a des compétences particulières (p. ex. un menuisier pour nous aider à construire une remise de jardin), ou une conseillère municipale qui peut nous aider à trouver notre chemin à l'Hôtel de Ville.

**Développement communautaire** (*community development*) : offre aux résidents et résidentes d'un secteur ou d'un quartier la possibilité et les moyens de découvrir leurs forces, leurs intérêts et leurs objectifs communs afin qu'ils puissent unir leurs efforts pour assurer le mieux-être et l'avenir de leur collectivité.

**Organisation communautaire** (*community organizing*) : réunit des gens et des organismes afin qu'ils agissent en réponse à un intérêt commun. Soutien accordé à une communauté qui s'organise afin de susciter un changement en passant à l'action.

**Quartier** (*neighbourhood*) : secteur géographique possédant des caractéristiques physiques distinctes et habité par des personnes et des organismes qui dépendent en partie les uns des autres pour leur mieux-être.

**Soutien au niveau du système** (*system-level support*) : offre un réseau de contacts personnels ou professionnels (pouvant comporter des organismes gouvernementaux ou communautaires, des universitaires et des partenaires financiers) qui assurent des services de soutien et de résolution active de problèmes pour les initiatives communautaires.

## Initiatives de développement communautaire adapté aux quartiers dans la ville d'Ottawa

**Cadre de développement communautaire (CDC)** [<http://www.cdfcdc.ca>] – Une méthode de planification communautaire concertée, stratégique et adaptée au milieu, qui mise sur les points forts d'un quartier et vise à répondre aux besoins constatés par ses habitants. Réunissant des résidents et résidentes, des organismes communautaires, des institutions, des chercheurs, des bailleurs de fonds et des services municipaux, le Cadre de développement communautaire vise à assurer un partage d'information et à accroître les possibilités de soutien des initiatives communautaires ciblées d'une manière stratégique et concertée. *Créer le changement que nous souhaitons* est une initiative du Cadre de développement communautaire.



**Initiative : une ville pour toutes les femmes (IVTF)** [<http://www.cawi-ivtf.org>] – L'IVTF est une collaboration de femmes provenant d'une diversité de communautés, d'organisations et du milieu universitaire qui travaillent de concert avec les décideurs municipaux pour créer une ville plus inclusive et promouvoir l'égalité entre les sexes. Les femmes du réseau de l'IVTF développent leur connaissance du fonctionnement de la Ville tout en mettant en pratique des compétences telles que la facilitation, la présentation et la communication. À leur tour, les participantes se tournent vers leurs propres communautés pour partager ce qu'elles ont appris et engager d'autres personnes.

**Safe People** [<http://www.pqchc.com/>] – Un programme de leadership bénévole dans la zone desservie par le Centre de santé communautaire Pinecrest-Queensway qui offre de la formation et du soutien aux membres de la communauté qui font du bénévolat dans leurs quartiers, de manière à assurer le maintien du renforcement des communautés. Les activités de Safe People aident à renforcer les liens entre voisins et voisines ainsi qu'à développer des liens et favoriser la collaboration avec les agences et les organisations d'Ottawa. Les membres du programme planifient et mettent en œuvre des actions visant le changement positif dans les quartiers où ils et elles vivent, en aidant les citoyens et citoyennes préoccupés à faire entendre leur voix dans le processus décisionnel local.

**Centres de santé et de ressources communautaires (CSRC)** [<http://www.coalitionottawa.ca>] – Le personnel chargé du développement communautaire dans les treize centres de santé et de ressources communautaires s'emploie à accroître la capacité des communautés de résoudre les problèmes locaux, à promouvoir et faciliter l'action sociale, et à assurer la coordination et la prestation de services sociaux et de santé en français et en anglais pour contribuer au développement de communautés fortes et saines à la grandeur d'Ottawa.

**Initiative des communautés saines** [<http://www.och.ca>] – Une stratégie de **Logement communautaire d'Ottawa** ayant pour but de bâtir des communautés saines et durables où les locataires ont les moyens de passer à l'action. L'initiative repose sur quatre piliers : environnement social positif; milieu de vie sécuritaire; fierté par rapport à son milieu de vie; engagement dans l'ensemble de la communauté.

**Méthode des quartiers solides** [<http://centraideottawa.ca>] – Il s'agit d'un des objectifs prioritaires fixés par **United Way/Centraide Ottawa** pour favoriser l'augmentation du nombre de résidents qui prennent en charge leurs propres initiatives de développement, dans les quartiers prioritaires. Le développement du capital social est la principale stratégie retenue pour assurer l'atteinte de cet objectif, en collaboration avec les autres intervenants.

**Forum sur le capital social des quartiers d'Ottawa (FCSQO)** [<http://www.spcottawa.on.ca/fr/>] – Les buts et rôles du Forum sur le capital social des quartiers d'Ottawa sont les suivants : constituer et partager une compréhension de la façon dont le développement du capital social et le développement communautaire mènent à une amélioration de la collectivité, notamment l'élaboration d'outils d'évaluation; appuyer la capacité des initiatives locales, notamment la valorisation des ressources; offrir une tribune aux apprentissages et aux pratiques étayés portant sur le développement du capital social et le développement communautaire.

**Trousse pour un meilleur voisinage de Prévention du crime Ottawa (CPO)** [<http://www.crimepreventionottawa.ca/toolkit>] – Un outil en ligne (une version imprimable est également accessible sur le site Web) qui offre des idées, des renseignements et des ressources afin d'aider les résidents et résidentes à améliorer la qualité de vie de leur communauté. En plus d'autres initiatives, le CPO soutient activement des initiatives de quartier en cours à Vanier (Together for Vanier – Ensemble pour Vanier), dans la Basse-Ville (Lowertown, Our Home – Basse-ville, notre chez-nous) et à Pinecrest-Queensway (United Neighbours/Voisins unis), et y participe activement.

# ANNEXE C: Formulaire d'évaluation des participantes et participants

Formulaire à remplir par les résidentes et résidents après avoir participé à un atelier ou à un exercice.

1.	Tout à fait d'accord	D'accord	Pas d'accord	Pas du tout d'accord	Je ne sais pas
J'ai trouvé cet atelier/exercice utile en ce qui concerne mon implication dans mon quartier					

2. Qu'avez-vous appris de plus important dans le cours de cet atelier/exercice?

3. Grâce à votre participation à cet atelier/exercice, que planifiez-vous faire plus souvent, et que planifiez-vous faire différemment dans votre communauté?

4. Avez-vous des suggestions à faire pour améliorer cet atelier/exercice?

5. Avez-vous d'autres commentaires?

# ANNEXE D : Documents à distribuer

ATELIER/ EXERCICE	DOCUMENT À DISTRIBUER	PAGE
<b>DÉFENDRE LES INTÉRÊTS DE LA COMMUNAUTÉ</b>	<b>Citations sur la défense des intérêts de la communauté</b> ..... 82 <b>Styles de communication</b> ..... 79 <b>Histoire de changement dans un quartier</b> ..... 80 <b>Amener du changement dans nos quartiers</b> ..... 81 <b>Fournisseurs de services – systèmes :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qui fait quoi? – Trois paliers gouvernementaux ..... 84</li> <li>• Soulever nos préoccupations auprès du gouvernement municipal..... 85</li> <li>• Soulever nos préoccupations auprès du gouvernement provincial..... 86</li> <li>• Soulever nos préoccupations auprès du gouvernement fédéral..... 87</li> <li>• Soulever nos préoccupations auprès de Logement communautaire d’Ottawa..... 88</li> <li>• Soulever nos préoccupations auprès du Service de police d’Ottawa.. 89</li> <li>• Soulever nos préoccupations auprès des écoles ..... 90</li> </ul> <b>Actions possibles :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Influencer les représentants élus ..... 91</li> <li>• Faire une présentation devant un conseil, une commission ou un comité ..... 92</li> <li>• Poser une question dans une assemblée publique ..... 93</li> <li>• Tenir une réunion avec un ou une décisionnaire..... 94</li> <li>• Bilan de la réunion avec un ou une décisionnaire..... 95</li> </ul>	
<b>FAIRE CIRCULER NOTRE MESSAGE DANS LE QUARTIER</b>	<b>Conseils pratiques pour faire circuler l’information (Annexe 3)</b> ..... 59	
<b>L’ART D’ÊTRE LEADER</b>	<b>Le leadership motivateur</b> ..... 19	
<b>ÉTABLIR DES LIENS POSITIFS ENTRE LES GENS DU QUARTIER</b>	<b>Accueil de la diversité</b> ..... 57 <b>Le pot fissuré</b> ..... 58 <b>Le processus de communication</b> ..... 59 <b>Questions ouvertes</b> ..... 60	
<b>PRENDRE SOIN DE SOI ET PRENDRE SOIN LES UNS DES AUTRES</b>	<b>La roue médicinale</b> ..... 68 <b>Les bienfaits de prendre soin de soi et de prendre soin les uns des autres</b> ..... 69 <b>Obstacles à l’autogestion de la santé</b> ..... 70 <b>Établir des limites</b> ..... 71 <b>Lettre d’engagement à prendre soin de soi</b> ..... 72	
<b>LA ROUE DE LA DIVERSITÉ</b>	<b>La roue de la diversité</b> ..... 25	

Continuer...

# ANNEXE D: Documents à distribuer (suite)

ATELIER/ EXERCICE	DOCUMENT À DISTRIBUER	PAGE
<b>AMENER LES GENS DU QUARTIER À S'ENGAGER</b>	<b>Conseils pour amener les résidents et résidentes à s'engager</b> .....	49
<b>DES RÉUNIONS AGRÉABLES ET EFFICACES</b>	<b>Ordre du jour avec le temps alloué à chaque activité</b> ..... 104 <b>Auto-évaluation : Outils pour des réunions efficaces</b> ..... 104 <b>Quelques outils de réunions</b> ..... 105 <b>Procès-verbal</b> ..... 106 <b>Quelques problèmes communs lors des réunions et quoi faire pour y remédier</b> ..... 107	
<b>PLANIFIER DES ACTIONS</b>	<b>Carte routière pour le plan d'action</b> .....	129
<b>TRAVAILLER ENSEMBLE</b>	<b>Types de décisions</b> .....	117

# ANNEXE E : Ressources et références

Alforja. *Técnicas Participativas para la Educación Popular*, Tomo I. San Jose, Costa Rica, 1988.

Arnold, Rick, Bev Burke, Carl James, D'Arcy Martin et Barb Thomas. *Educating for a Change*. Toronto, Between the Lines, 1991.

Barndt, Deborah. *Naming the Moment, Political Analysis for Action*, Toronto: Canada, Jesuit Centre for Social Faith and Justice, 1989.

<http://www.popednews.org/downloads/naming%20the%20moment%20.pdf> (en anglais)

Brittroebuck, Deborah, *Improving Business Communication Skills, 4<sup>th</sup> edition*, New Jersey, Pearson Prentice Hall, Upper Saddle River, 2006.

Cadre de développement communautaire. <http://www.cdfottawa.ca/> (en anglais)

Conseil de planification sociale d'Ottawa. <http://www.spcottawa.on.ca/>

Coover, Virginia, Ellen Deacon, Charles Esser et Christopher Moore. *Movement for a New Society, Resource Manual for a Living Revolution*, Philadelphia, New Society Publishers, 1977.

Dobson, Charles. *The Citizen's Handbook, Practical Assistance for those who want to make a difference*, Vancouver. <http://www.citizenshandbook.org/> (en anglais)

Enseignements traditionnels d'une diversité de grands-pères et grands-mères autochtones d'Amérique du Nord.

Guynn, Matt. *Diversity Welcome*. Cette version est une adaptation de l'original.

[http://www.trainingforchange.org/diversity\\_welcome](http://www.trainingforchange.org/diversity_welcome) (en anglais)

Initiative : une ville pour toutes les femmes (IVTF). *Optique d'équité et d'inclusion : Guide de l'utilisateur*. Ottawa, Canada, 2010.

[http://www.cawi-ivtf.org/sites/all/files/pdf/publications/EI-Lens/E\\_I\\_Lens\\_User\\_Guide-Fr.pdf](http://www.cawi-ivtf.org/sites/all/files/pdf/publications/EI-Lens/E_I_Lens_User_Guide-Fr.pdf)

Initiative : une ville pour toutes les femmes (IVTF). *Tisser des fibres d'inclusion : Guide de facilitation à l'échelle communautaire*. Ottawa, Canada, 2012. <http://www.cawi-ivtf.org/fr/guide-de-facilitation>

Institut canadien pour la résolution des conflits. <http://www.cicr-icrc.ca/fr>

Kuyek, Joan. *Community Organizing – Holistic Approach*

Ontario Public School Boards' Association. *A Guide for Trustees : Making a Difference for Kids Running for Election as a School Board Trustee, Guide for Candidates and Communities*.

<http://www.opsba.org> (en anglais)

Picard, Cheryl. *Mediating Interpersonal and Small Group Conflict*, Golden Dog Press, 2002.

Prévention du crime Ottawa. *Trousse pour un meilleur voisinage*, Ville d'Ottawa.

[http://toolkit.crimepreventionottawa.ca/index.php?g\\_int\\_AppLanguageId=2](http://toolkit.crimepreventionottawa.ca/index.php?g_int_AppLanguageId=2)

Service de police d'Ottawa. <http://ottawapolice.ca/fr/home.aspx>

Smith, Anne et Flo Frank. *Guide de développement des collectivités : un outil de renforcement des capacités communautaires*, Développement des ressources humaines Canada, 1999.

<http://publications.gc.ca/collections/Collection/MP33-13-1999F.pdf>

Jossey-Bass/Pfeiffer. *The Pfeiffer Library*, volume 8, 2<sup>e</sup> édition, 1998.

# **ANNEXE F :**

## **Évaluation des cofacilitatrices/cofacilitateurs**

À la suite de chaque atelier ou exercice, il est important d'évaluer le déroulement de la séance et de faire un suivi auprès des participantes et participants concernant la prochaine étape. Les questions suivantes guideront les cofacilitateurs/cofacilitatrices dans leur réflexion commune. D'autres questions peuvent être ajoutées, selon les besoins de l'organisation.

**Titre de l'atelier/de l'exercice :**

**Cofacilitatrices/cofacilitateurs :**

**Organisation(s) participante(s) :**

**Nom du groupe participant :**

**Nombre de participantes et participants :**

**Composition du groupe :**

**Date de l'atelier/de l'exercice :**

**Qu'est-ce qui s'est bien passé?**

**Que pourrions-nous améliorer?**

**Qu'avez-vous appris de plus important?**

**À l'issue de cette séance, quelles mesures de suivi s'imposent?**

**Merci de partager cette information avec l'agente de liaison de quartier du CDC  
ou la coordonnatrice du CDC à [gilliank@seochc.on.ca](mailto:gilliank@seochc.on.ca)**



