

# ENERGIZERS & ICEBREAKERS POUR SE PRÉPARER À RACONTER UNE HISTOIRE



**Par Elan interculturel (Sergina Trenti, Eloïse Dubrana et Louise Lavallée)**



Pour créer un podcast, les participant·es seront peut-être amené·e·s au travail d'écriture (des fictions radiophoniques, les voix off, etc.). Écrire peut être une source de stress : peur de ne pas avoir d'idées, de mal écrire, de ne pas être assez original·e, etc. Ici, nous vous proposons quelques activités pour faciliter le passage à l'écriture dans le jeu et la légèreté afin que tous·tes les participant·e·s se sentent à l'aise et détendu·e·s. Ces activités (écriture et storytelling) peuvent être utiles avant la rédaction d'une fiction radiophonique ou de l'écriture narrative du podcast. Vous pouvez les proposer en début d'atelier avant d'entamer les activités radiophoniques et/ou des activités créatives.



# FAIRE CONNAISSANCE...

## ➔ L'HISTOIRE DE MES CLÉS

- 1 Asseyez-vous en cercle.
- 2 Commencez par présenter votre trousseau de clés. Pour chaque clé, donnez des informations personnelles détaillées. Par exemple : “C’est la clé de ma maison. Je vis au milieu des champs dans une petite maison rose. J’y habite depuis quatorze ans maintenant... C’est la clé de mon vélo électrique. Il est nouveau et d’un vert éclatant. Quand il fait beau, je vais au travail en vélo. Ça me prend une demi-heure.”
- 3 Invitez les personnes à parler à tour de rôle de leurs clés, toutes ensemble ou en binôme.

## ➔ UN OBJET INTIME

- 1 Demandez à chacun·e de ramener un objet qui a un lien pour elleux avec l’amour, la sexualité ou l’intimité.
- 2 Demandez aux participant·es de s’asseoir en cercle et de montrer leur objet.
- 3 Chacun·e évoque le souvenir lié à cet objet ou l’histoire de cet objet.

## ➔ APPRENDRE LES PRÉNOMS

- 1 Faites un cercle.
- 2 Commencez par dire un domaine dans lequel vous êtes doué·e. Par exemple: “Bonjour, je m’appelle Damien et je suis doué pour faire des pâtisseries”.
- 3 Demandez à la personne à votre droite de répéter ce que vous avez dit. Puis, elle doit se présenter à son tour en valorisant une de ses compétences. Par exemple: “ Voici Damien, il est doué pour faire des pâtisseries. Je m’appelle Aïssa et je suis douée dans l’art de débattre.”

# STORYTELLING



## LE CADAVRE EXQUIS CLASSIQUE

- 1 Faites des mini-groupes (5 à 6 personnes par groupe).
- 2 Laissez cinq récipients à la disposition de chaque groupe, avec une étiquette sur chaque récipient:
  - un récipient avec l'étiquette «noms », qui accueillera des mots tels que «grand-mère », « Il/elle », «La courgette », etc.
  - un récipient avec l'étiquette « adjectifs », qui accueillera des mots tel que « violet».
  - un récipient avec l'étiquette « verbes d'action» qui accueillera des verbes conjugués à la 3e personne, tel que «dort ».
  - un verre avec l'étiquette «noms 2», qui accueillera lui aussi des noms,
  - Et enfin, un dernier récipient avec l'étiquette « adjectif 2».

⚠ Les verres doivent rester dans le même ordre tout au long de l'activité !
- 3 Demandez aux participant-es d'écrire sur un petit bout de papier, pour chaque récipient, un mot qui correspond à son étiquette et de le glisser à l'intérieur.
- 4 Puis, proposez aux participant-es de piocher un mot par récipient et d'en faire une phrase. Cette dernière n'a généralement pas de sens, comme « le poisson velu dort sur le gâteau rose ». Ensuite, demandez aux différents groupes de piocher tous les mots afin de constituer les phrases et de faire une petite histoire.
- 5 Demandez à chaque groupe de lire son histoire devant les autres.



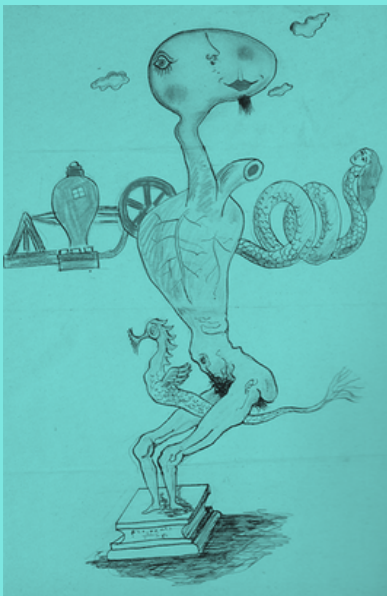
# ATELIER D'ÉCRITURE



## LE CADAVRE EXQUIS MOUVANT

\* EN AMONT, PRÉPAREZ UN BOL AVEC DES MOTS À PIOCHER (N'IMPORTE QUELS MOTS ET UN MOT PAR BOUT DE PAPIER).

- 1 Demandez à chaque personne d'écrire un mot au hasard sur un bout de papier.
- 2 Proposez aux participant·es de marcher dans l'espace, papier à la main. Quand iels croisent le regard de quelqu'un·e, iels s'arrêtent en face de la personne afin de créer des binômes.
- 3 Demandez aux binômes de mettre leurs mots en commun et d'écrire avec une phrase sur un nouveau bout de papier.
- 4 Puis, demandez aux binômes de recommencer à marcher ensemble. Quand iels croisent un autre binôme, iels mettent en commun leurs phrases et écrivent, à quatre, une histoire à partir de leurs phrases respectives.
- 5 Passez voir les groupes un à un et demandez-leur de piocher au hasard quatre mots dans un bol que vous aurez préparé en amont.
- 6 Laissez 10 minutes au groupe pour finir d'écrire l'histoire en intégrant les mots que vous leur avez donnés.
- 7 Chaque groupe lit son histoire devant les autres.

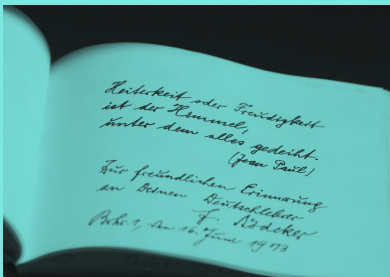
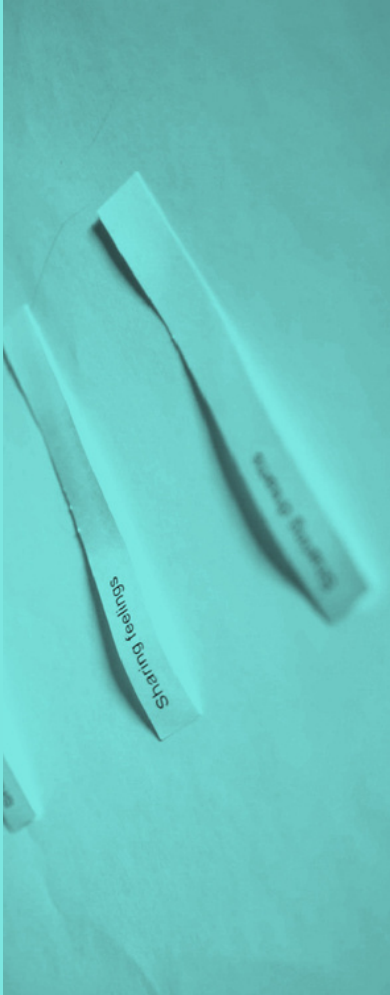


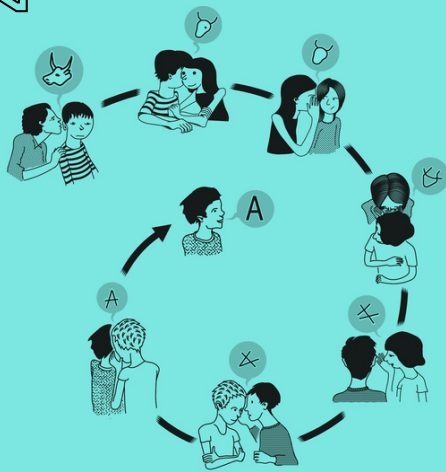
**CADAVRE EXQUIS,**  
André Breton 1927



## LE POÈME DÉCOUPÉ

- 1 Laissez à disposition des participant·es une pile de magazines contenant du texte (vous pouvez aussi prédécouper des mots en amont ). Vous pouvez dans le travail de préparation choisir des textes explorant les questions liées à l'intimité, à la sexualité et aux identités de genre.
- 2 Présentez votre propre poème afin que les participant·es comprennent le but de l'activité : iels devront découper des mots dans des magazines afin de créer leur propre poème. Dans l'idée, ce poème devra rendre compte des thématiques qui nous traversent à savoir, les questions liées à l'intimité, à la sexualité et au genre.
- 3 Donnez aux personnes le temps de composer leur texte.
- 4 Passez voir les participant·es et aidez-les si besoin.
- 5 Revenez en grand groupe, chaque personne présente son poème aux autres.
- 6 Accrochez les poèmes au mur.





## LA RUMEUR

- 1 Pensez à une histoire courte liée au genre, à la sexualité ou à l'amour. Prenez le temps de la rendre assez complexe et d'y intégrer des détails.
- 2 Asseyez-vous en cercle.
- 3 Racontez l'histoire en chuchotant à l'oreille d'un·e participant·e.
- 4 Demandez-lui de transmettre l'histoire en chuchotant à son tour à la personne à sa droite.
- 5 L'histoire est transmise quand l'histoire est racontée à tout le monde.
- 6 À la fin de l'exercice, la dernière personne raconte l'histoire.
- 7 Discutez des parties de l'histoire qui ont changé et de celles qui sont restées intactes.





## HISTOIRE MOUVANTE



- 1** Dites aux participant·es qu'ils vont créer une histoire collectivement. Chaque personne inventera une phrase qui permettra d'enrichir l'histoire. Les différents récits devront explorer des thématiques liées à l'intimité, à l'amour, à la sexualité.
- 2** Invitez une première personne à se lever pour proposer une phrase qui marque le début de l'histoire. Iel se positionne à une extrémité de la pièce.
- 3** Une seconde personne se lève pour proposer la phrase de conclusion de l'histoire. Iel se place à l'autre extrémité de la pièce.
- 4** Les autres personnes se lèvent une par une pour proposer une phrase et se positionnent en fonction de si celle-ci est plus proche du début ou de la fin de l'histoire.
- 5** A chaque fois qu'un·e participant·e rejoint l'histoire, les personnes se positionnent les un·e·s par rapport aux autres et répètent les phrases.
- 6** Une fois que tout le monde a rejoint l'histoire en se plaçant, celle-ci est considérée comme complète.





## CONTE DE FÉES :

En amont, préparez un bol avec des mots à piocher en rapport avec le genre, l'amour ou la sexualité. Mélangez-les à des mots issus d'autres champs lexicaux totalement différents. Cette activité peut se réaliser en mini-groupes à l'écrit ou en cercle à l'oral.

### 1 À l'écrit :

Faites des groupes de 3 à 4 personnes. Donnez à chaque groupe une feuille avec écrit une phrase clichée sur les contes de fées : « [Nom d'une princesse disney] se promène dans la forêt enchantée... ». Dites-leur qu'ils vont devoir écrire une petite histoire à partir de cette phrase. Puis, demandez à chaque groupe de piocher six mots au hasard dans le bol que vous avez préparé en amont. Demandez-leur d'intégrer ces mots dans leurs histoires. Puis, prenez dix minutes pour lire vos histoires les un-e-s devant les autres.



### 2 À l'oral :

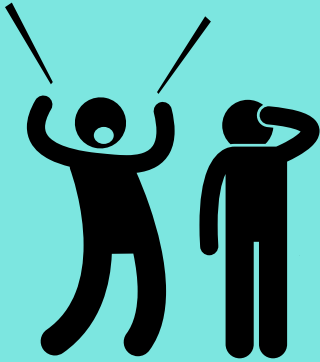
Mettez-vous en cercle. Dites que vous allez raconter une histoire commune et que chacun-e d'entre vous devra dire une phrase. Commencez par : « [Nom d'une princesse disney] se promène dans la forêt enchantée... ». La personne suivante pioche un mot dans le bol préparé en amont et complète l'histoire. Et ainsi de suite.







## LANGUE IMAGINAIRE



- 1 En guise d'introduction à cet exercice, commencez à parler de façon incompréhensible ("blabliblu" etc.), en utilisant la communication non verbale pour souligner votre message (langage corporel, intonation, expressions faciales)
- 2 Demandez aux personnes de quoi vous avez l'air de parler.
- 3 Divisez le groupe en paires.
- 4 Dites-leur que chaque binôme va faire une petite représentation devant le reste du groupe. L'un·e sera un·e haut·e fonctionnaire étranger·ère venu·e faire un discours et l'autre son·sa traducteur·ice. Le·a haut·e fonctionnaire s'exprime dans une langue qu'il·a inventée en y associant des gestes. Son·sa traducteur·ice invente une traduction au fur et à mesure devant les autres membres du groupe.
- 5 Si les participant·es ne sont pas encore à l'aise, iels peuvent s'entraîner en binôme avant de passer devant le reste du groupe.
- 6 Concluez l'activité par quelques questions : "Comment allez-vous ?"; "Qu'est-ce qui est difficile ?"; "Quel rôle vous convient le mieux ?".



### Variante

Au lieu de proposer un·e haut·e fonctionnaire et son·sa traducteur·trice, proposez-leur d'improviser un dialogue entre deux personnes. L'une d'entre elle parle toujours une langue imaginaire mais l'autre répond en français. Vous pouvez donner le contexte de la scène "une rupture amoureuse", "un premier rendez-vous un peu bancal", etc.



## L'OBJET CACHÉ

- 1 Pour cette activité vous aurez besoin d'un sac non transparent avec une petite ouverture et des objets (par exemple : un moulin à poivre, une orange, des brocolis, une cuillère...)
- 2 Asseyez-vous en cercle autour d'une table.
- 3 La première étape de l'exercice est de toucher un objet dans le sac et de deviner de quoi il s'agit sans le dire au reste du groupe (au toucher). La personne doit ensuite décrire cet objet ou raconter une histoire qui implique cet objet (sans prononcer le nom de l'objet !). Le reste du groupe doit alors deviner de quel objet il s'agit.
- 4 Montrez l'exemple : prenez le sac, fermez les yeux et plongez votre main dans le sac, choisissez un objet sans regarder. Puis commencez à raconter une histoire (par exemple si c'est un brocoli) : "Il était une fois un petit garçon qui voulait faire une surprise à ses parents. Il est donc allé au marché pour faire des courses : il voulait cuisiner un plat. Il est arrivé chez le marchand de légumes et il a acheté un poivron, un oignon et un autre légume : il est vert, on peut le cuire, la plupart de temps les enfants n'aiment pas ça." Ne mentionnez pas le nom de l'objet !
- 5 Les personnes doivent deviner de quel l'objet il s'agit.
- 6 Sortez l'objet du sac et passez le sac à une autre personne. Iel plonge sa main dans le sac et fait de même. Et ainsi de suite jusqu'à ce que le sac soit vidé.



# L'HISTOIRE AU CINQ SENS

**Durée** 30min- 1h

**Participant·es** A partir de huit participant·es . Faire des groupes de 4.

**Matériel**

- Quatre sacs opaques par équipe
- Différents ingrédients (voir la préparation ci-dessous)
- Quatre petits papiers par personne
- Feuilles et stylos

## Préparation



Divisez les sacs en quatre catégories. Notez leur numéro sur chaque sac. Sacs n°1, sacs n°2, etc.

Pour chaque catégorie, inventez une “recette”: soyez créatif.ve, mélangez toutes sortes d’ingrédients. Voici quelques exemples :

Sac 1 : café, poivre et curry

Sac 2 : dentifrice et savon

Sac 3 : bougie parfumée et menthe

Sac 4 : shampoing et vinaigre

⚠ Les odeurs ne doivent pas être identifiables.

## Instructions



Divisez le groupe en équipes de quatre.

Posez un sac de chaque catégorie, quatre papiers par personne et des stylos sur chaque table.

Dites-leur de prendre le sac n°1.

Donnez-leur les instructions : Fermez les yeux, ouvrez le sac sans regarder à l’intérieur, ne parlez pas, sentez simplement. Pensez à un personnage : une personne, un animal, réel ou imaginaire. Fermez le sac et passez-le à la personne suivante.

Après avoir senti le premier sac, tout le monde écrit le personnage auquel iel a pensé au travers de l’odeur, sans le dire aux autres participant·es .

Et ainsi de suite avec les autres sacs.

Sac 2 : Pensez à un lieu.

Sac 3 : Pensez à une action, un verbe.

## Instructions



Sac 4 : Pensez à une émotion.

Après les quatre tours, donnez le temps aux équipes de partager leurs personnages, lieux, actions et émotions.

Récupérez tous les papiers par catégories. Vous avez maintenant quatre piles de papiers pliés.

Pour chaque équipe, laissez une personne choisir un papier de la “pile personnages”, une autre de la “pile lieux”, une troisième de la “pile actions” et une dernière de la “pile émotions”. Chaque groupe doit avoir maintenant un personnage, un lieu, une action et une émotion.

Chaque équipe doit maintenant écrire une histoire se basant sur les quatre éléments.

Cette histoire peut ensuite donner lieu à un enregistrement radiophonique.