

COMME UNE INTRO...



1- Je me raconte...

Sur un fond musical,
à partir de magazines disposés devant nous,
je choisis les images qui me parlent
et qui racontent qui je suis, ou ce que j'ai envie de dire sur moi.
Je les découpe et les colle sur une feuille cartonnée.
Je prends du temps et du plaisir à l'agrémenter si je le souhaite.

2- On en parle...

A partir de nos réalisations
personnelles, nous prenons le temps
chacune de nous présenter
aux autres femmes.

Ce temps de partage doit être particulièrement
bien arbitré pour qu'aucune femme ne se sente jugée ni
blessée. Il ne s'agit aucunement de rentrer dans une
discussion voir un débat, mais bien
un temps d'écoute des unes et des autres,
tel un cadeau que l'on peut faire aux autres.

- Colles
- Ciseaux
- Magazines de toutes sortes
- Feuilles cartonnées colorées
- Enceinte et musique douce
- Masking tape, paillettes, gommettes...



3- Un apport théorique

Dans ce premier café, il s'agit d'une présentation sommaire du programme prévu lors des différentes séances en nommant simplement les différents thèmes. Il est probable que les femmes réagissent par différentes réactions de prudence (rire nerveux, humour,...) traduisant pudeur, gêne, malaise...

Cela est lié au fait que ces sujets parlent de l'intime et touchent aussi notre vulnérabilité.

Si vous ressentez que ces réactions sont excessives chez une femme, il sera bon d'entrouvrir un espace à la fin du café avec elle ; opportunité qu'elle saisira si elle souhaite en reparler !

4- Un temps d'appropriation...

- Et vous, quelles attentes avez vous pour ce café ?
- Est ce que vous aimeriez aborder d'autres thèmes ?
- Est ce que certains thèmes ne vous semblent pas importants ?

Il est toujours possible de modifier ces deux étapes "3- Un apport théorique" et "4-Un temps d'appropriation" en demandant aux femmes d'imaginer les thèmes qu'elles aimeraient aborder avant de leur présenter ce qui a été prévu.

Pas de panique, les thèmes s'entrecoupent, si un sujet se rajoute: notez-le et insérez-le, là ou il vous semble le mieux placé, dans une des fiches de ce guide...



UN JOLI FLYER AVEC LES THÈMES (SANS DATES NI ORDRE POUR AJUSTER)
AVEC LE LIEU, LA RÉGULARITÉ ET L' HORAIRE CHOISI
POUR EN PARLER AUTOUR D' ELLES, À LEURS AMIES, COLLÈGUES, ETC...