

Ange gardien

Fiche du gestionnaire

Type d'activité : En présentiel



Objectifs :

- Prendre soin et agir avec bienveillance en donnant de petites attentions.
- Favoriser le sentiment d'affiliation sociale et d'appréciation.
- Favoriser une ambiance de travail dans le plaisir.

Matériel :

- Un récipient;
- Papier.

Instructions :

1. Inscrire le nom de chaque participant sur un bout de papier et le déposer dans le récipient;
2. Chaque participant pige un papier et prend connaissance du nom sur le papier. Attention, ce nom doit rester secret.
3. Au cours de la semaine, chaque participant prend soin de la personne qu'il a pigé et lui fait des petites attentions spéciales. Un minimum de deux (2) attentions ou gestes doivent être réalisés au cours de cette période.
 - Exemples: Écrire un mot, apporter un café, déneiger la voiture, saluer la personne, s'intéresser à elle, diner ou prendre une pause en sa compagnie, lui apporter son aide, etc.
4. À la fin de la semaine, chaque participant doit tenter de deviner qui est l'ange gardien l'ayant pigé et le dévoiler.

Cette activité est recommandée en tout temps et est aussi recommandée lors des différents événements au cours de l'année, tel que le temps de fêtes, la St-Valentin, etc.

Variante en virtuel:

Cette activité se réalise en virtuel mais sans l'aspect de secret.

Exemples de gestes et d'attentions spéciales à distance: Envoyer un petit mot, planifier une pause en Teams avec la personne, prendre le temps de lui demander comment elle va, lui faire livrer un café à son domicile, etc.