

## ANIMER À DISTANCE

## Animer l'atelier

## Définir les temps de la séance

- Durée conseillée de 1h30
- Éviter de surcharger : 1 ou 2 messages à travailler
- Prévoir des temps de pause
- Bien annoncer chaque séquence / et conclure



## Rendre mon atelier interactif



**Faciliter les échanges  
entre les participants**



**Partager la parole :  
s'assurer régulièrement  
que chacun a pu s'exprimer**

Attention aux écrans partagés,  
on ne se voit plus entre nous



Les silences sont plus remarqués à distance cependant ce n'est un problème puisqu'ils peuvent permettre un temps de réflexion individuel. Ils doivent quand même être anticipé et maîtrisé par l'animateur pour éviter une impression d'attente, d'ennui.

## Autoriser les émotions



**Rappeler la confidentialité des échanges,  
le non-jugement, la bienveillance  
pour créer un climat de confiance**



**Permettre aux gens de pouvoir couper  
leur caméra et micro si besoin**



**Prévoir une possibilité de parole  
avec l'animateur et/ou un autre participant  
via le tchat privé**



**Réserver si nécessaire un temps  
de discussion individuelle à la fin, ou à  
distance de l'atelier** (création d'une salle)



Ne pas oublier d'expliquer simplement aux participants que ressentir des choses est normal et que l'atelier est un lieu d'expression de ces émotions, dans un cadre bienveillant et de non-jugement. La parution de ces émotions est inévitable et doit être anticipé par l'animateur pour ne pas être déstabilisé.

