

Sabbat du Ministère des Possibles

7 décembre 2024

Objectif :

« C'est possible ! » : Encourager les Eglises et les membres à mener des projets d'accueil et d'intégration. C'est la vision du Ministère des Possibles de la Fédération. Au travers du sabbat spécial, l'objectif est de proposer aux Eglises de vivre un temps de sensibilisation.

Ce ministère souhaite Encourager les Eglises et les membres à mener des projets d'accueil et d'intégration pour les personnes en situation de handicap (<https://adventisteffs.org/ministeres/pole-mission/possibles/>). Nous avons donc fixé le premier sabbat de décembre, comme le « sabbat du Ministère des Possibles »

Déroulement proposé :

- Une prédication dans le cadre d'« Eglise Ensemble » que vous pouvez diffuser dans vos Eglises. Celle-ci sera assurée par Rose-Mélène Eliscar. Un lien vous sera fourni dans la semaine qui précède.

- Un après-midi autour de la sensibilisation aux handicaps avec :
 - A 14h30 : des activités et jeux « clés en main ».
 - Il s'agira d'un temps pour tous, à vivre de façon intergénérationnelle.
 - Un document pour mettre en place ces activités (ci-après)
 - Vous serez encouragés à partager par des photos et vidéos ce que vous vivrez localement.
 - A 16h30 : un temps de débriefing et d'échanges en Eglises pour vous amener à mettre en place des actions concrètes pour les personnes en situation de handicap.

Activités et jeux « clés en main »

1) Teste-moi :

Consignes : Cette première activité consiste à faire un bref tour d'horizon sur le handicap au travers d'un quizz. Il permettra aux groupes de tester leurs connaissances en la matière. La rapidité et la justesse seront également évaluées. Pour commencer, faites des groupes de 5 à 10 personnes. Le nombre de groupe correspondra aux à la quantité de participants. Vous devrez garder les mêmes groupes pour toutes les activités.

Au lancement de cette activité, chaque groupe répondra aux questions du quizz suivant. Une bonne réponse équivaut à 1 point de gagné. Certaines questions ont plusieurs bonnes réponses. Une mauvaise réponse correspond à un point de perdu. La réponse « je ne sais pas ne permet ni d'en gagner, ni d'en perdre. L'équipe ayant fait le plus de point gagnera cette étape. S'il y a deux groupes exæquos, le chronomètre déterminera le gagnant.

Matériels à prévoir : Des crayons à papier ou stylos, l'impression de ce document pour les différents groupes.

Le handicap en général :

1. Trois des mots suivants ont donné sa signification au pictogramme S3A.
Lesquels ?



Amour. Accueil. Argent. Amusement. Allégresse. Accompagnement. Athlète. Amérique. Artisanat. Aboiement. Accessibilité. Araignée. Amabilité. Amphibie. Abribus.

2. Un handicap se voit toujours dès le 1er regard ?
- Vrai
 - Faux
 - Je ne sais pas

3. Certaines de ces disciplines sportives peuvent être pratiquées par des personnes handicapées. Lesquelles ?

- | | |
|------------------|---------------|
| a. Escrime | g. Box-office |
| b. Canoë | h. Pétanque |
| c. Foot-fauteuil | i. Triathlon |
| d. Judo | j. Equitation |
| e. Tennis | k. Ski alpin |
| f. Tir à l'arc | l. Escalade |

4. Parmi ces handicaps, un seul est considéré comme visible. Lequel ?

- | | |
|--------------------|-------------------|
| a. La lombalgie | d. La sympathie |
| b. La cardiopathie | e. La trisomie 21 |
| c. La néphropathie | f. Le diabète |

5. La personne décrite ci-dessous souffre en fait d'un handicap invisible. Lequel ?

Près de vous se trouve une personne qui, en dépit d'une apparence tout à fait normale, éprouve des problèmes d'organisation, d'attention et de mémoire. Sa lenteur et sa fatigue continuelle exaspèrent son entourage qui juge qu'elle ne fait pas suffisamment d'efforts.

- a. Elle est victime d'une distraction chronique.
- b. Elle souffre d'un traumatisme crânien.
- c. Elle traîne une paresse incurable
- d. Elle a la maladie du sommeil.

6. Parmi ces affirmations sur le diabète, deux sont fausses. Lesquels ?

- a. Le diabète a pour origine uniquement la surconsommation de sucres dans son alimentation.
- b. En France, il n'est pas possible de devenir pilote de ligne quand on est diabétique.
- c. Le diabète est une maladie chronique qui peut être soignée mais pas guérie.
- d. Une personne qui casse sans arrêt du sucre sur le dos de ses voisins peut les rendre diabétiques.

La surdité :

7. Qu'appelle-t-on un bruit blanc ?

- a. Un bruit de fond régulier et quotidien comme celui du trafic.
- b. Un bruit dans l'oreille qui permet d'atténuer les acouphènes.
- c. Le bruit que fait la canne d'une personne non-voyante quand elle touche un obstacle.

8. Qu'est-ce que le Marteau et l'enclume :

- 1- Ce sont des outils pour faire des armes
- 2- Ce sont des os au niveau des oreilles
- 3- Ce sont des mots inventés

9. Les sourds sont tous muet !

- Vrai
- Faux
- Je ne sais pas

10. Si j'articule et parle fort un sourd va mieux me comprendre

- Vrai,
- Faux
- Je ne sais pas

11. Quels sont les obstacles à la lecture sur les lèvres ?

- d. Les moustaches ou la barbe
- e. Le rouge à lèvres.
- f. Les mots qui ont une consonance identique « vert », « verre », « vers », etc...
- g. Une faible lumière.
- h. Le port d'un appareil dentaire.
- i. L'accent patois.

La malvoyance :

12. Tous les malvoyants lisent le braille

- Vrai
- Faux
- Je ne sais pas

13. Une de ces affirmations est fausse. Laquelle ?

- a. Les aveugles de naissance rêvent à des sons, des odeurs, des paroles, des sensations, mais pas à des images.
- b. Une personne sourde peut conduire une voiture.
- c. Un pianiste non-voyant n'utilise que les touches blanches de son clavier.
- d. L'alphabet Braille a été traduit en chinois et dans 200 langues et dialectes.

14. Tous les malvoyants peuvent se déplacer avec chiens guides ou d'assistance ?

- Vrai
- Faux
- Je ne sais pas

15. Les malvoyants peuvent-ils rêver ?

- Vrai
- Faux, sinon ce ne sont pas des malvoyants
- Je ne sais pas

La neuropsychologie :**16. La consommation de certaines drogues comme le cannabis peut entraîner de la bipolarité**

- Vrai
- Faux
- Je ne sais pas

17. Les personnes schizophrènes sont généralement violentes

- Vrai
- Faux
- Je ne sais pas

18. Vrai ou faux sur l'épilepsie ?

- a. La crise d'épilepsie est comme une décharge électrique qui modifie le comportement des neurones à travers la totalité ou une partie du cerveau.
- b. La danse de Saint-Guy trouve son origine au moyen-âge auprès des personnes souffrant d'épilepsie.
- c. A la suite d'une crise, les épileptiques sont souvent désorientés et ressentent une fatigue intense.
- d. Parmi les causes de l'épilepsie, on peut trouver une malformation congénitale, des séquelles lors de la naissance, un traumatisme crânien, un accident vasculaire cérébral.

19. Les personnes dépressives sont paresseuses : elles manquent de volonté et ne font pas assez d'efforts,

- Vrai
- Faux
- Je ne sais pas

20. Qu'est-ce que la zoothérapie ?

- a. Les soins donnés aux animaux des zoos.
- b. Une technique de soins pour les personnes handicapées mentales.
- c. La visite d'un zoo dont on ressort très happy.
- d. Une psychothérapie pour animaux dépressifs.

21. Parmi ces affirmations sur la schizophrénie, deux sont fausses, Lesquelles ?

- a. Elle est contagieuse.
- b. Elle se manifeste par des hallucinations et des délires.
- c. Elle se caractérise par une envie frénétique de faire du ski.
- d. Le regard des autres est vécu comme angoissant.
- e. On ne choisit pas d'être schizophrène, on en souffre !

22. Certaines de ces activités représentent une énorme difficulté pour les personnes handicapées mentales. Lesquelles ?

- a. Mémoriser et évaluer les informations
- b. Avoir la notion du temps
- c. Courir
- d. Apprécier la valeur de l'argent
- e. Nager
- f. Maîtriser la lecture et l'écriture

23. Quels peuvent être les signes d'une dyscalculie ?

- a. Des difficultés pour se souvenir de son âge.
- b. Des erreurs lors du dénombrement.
- c. Des difficultés à évaluer les distances, les quantités, les durées.
- d. Des confusions entre les chiffres.

24. Quels peuvent être les signes d'un trouble de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDA/H) ?

- a. Des difficultés à finir les choses.
- b. Le besoin de bouger en permanence.
- c. Être perdu lorsqu'il y a plus d'une chose à faire.
- d. L'oubli et/ou la perte fréquente de ses affaires.

25. Quel est le handicap de Michel ?

Je vis dans un monde dont je n'ai pas toutes les clés, un monde parfois incompréhensible, imprévisible. Je me sens bombardé d'informations et de sensations que mon cerveau peine à analyser. J'ai du mal à comprendre les pensées ou les émotions de l'autre et je me trouve submergé au moindre changement dans mon quotidien. Pour me protéger de ce monde extérieur envahissant, je me replie sur mon monde intérieur. Je me réfugie dans une routine qui me rassure et me donne le sentiment de maîtriser un petit quelque chose dans ma vie. Michel.

26. Vrai ou faux sur les TOC ?

- a. Les TOC ou Troubles Obsessionnels Compulsifs font partie des pathologies de l'anxiété.
- b. Dans le film « Pour le pire et pour le meilleur », Jack NICHOLSON incarne le rôle d'un personnage qui souffre de TOC.
- c. 65% des cas débutent avant l'âge de 25 ans.
- d. Les TOC peuvent survenir dès la petite enfance.
- e. 3% de la population en France souffre de TOC.

27. Vrai ou faux sur le trouble bipolaire ?

- a. Le trouble bipolaire est une perturbation électrique du cerveau.
- b. Le trouble bipolaire fait partie des troubles psychiques.
- c. Le trouble bipolaire est une maladie rare.
- d. Le trouble bipolaire est une maladie caractérisée par des changement d'humeur.

Le handicap moteur :**28. Les personnes atteintes d'un handicap moteur sont tous en fauteuil roulant**

- Vrai
- Faux
- Je ne sais pas

29. Une personne paralysée des quatre membres est une personne :

- a) Quadraplégique
- b) Tétraplégique
- c) Tétraploïde
- d) Paralytique
- e) Quadrupède

30. Vrai ou Faux sur la Sclérose En Plaques ?

- a. La SEP est une maladie du système nerveux.
- b. La SEP touche plus particulièrement les jeunes femmes (2/3 des cas) entre 20 et 40 ans.
- c. La SEP est héréditaire.
- d. La SEP évolue par poussées ou crises successives, alternées de phases de rémissions plus ou moins complètes.

2) « Fresque : moi, les autres et la différence »

Consigne : Cette activité concerne la création d'une œuvre artistique collective sur le handicap, au cours de laquelle chaque personne est mise dans une situation de handicap différente. Il s'agit de découvrir les difficultés auxquelles sont confrontées les personnes handicapées dans leurs interactions et de chercher des moyens de les surmonter. Chaque membre de l'équipe devra incarner une forme de déficience. Par exemple, un membre de l'équipe incarnant une personne ayant une incapacité motrice aura un bras attaché dans le dos, alors qu'un autre simulant une incapacité auditive aura des bouchons dans les oreilles. Un autre personnifiant la déficience visuelle aura les yeux bandés, ainsi de suite. Jusqu'à ce que chaque personne ait décidé de son handicap.

Puis le groupe déterminera de l'œuvre qu'elle souhaite réaliser. Elle la notera sur la feuille de dessin avant de commencer l'œuvre et ne pourra la modifier après le début de la création. Elle aura 15 minutes pour réaliser son chef d'œuvre. Après quoi, elle présentera le nom bien lisible de ce qu'elle souhaitait réaliser, et la création de l'ensemble du groupe. Elle n'oubliera pas de la faire remonter (la photo) du chef-d'œuvre au ministère des Possibles à la fédération.

Nécessaire à prévoir : de la peinture, des crayons de couleurs, des crayons à papier, quelques feuilles blanches à dessin de format A3 pour les équipes, quelques pinceaux, un/des récipients d'eau, des gommes...

3) Braille pas sur moi :

Consigne : Voici un texte en braille à traduire en français. Tu trouveras ci-joint l'alphabet français en Braille. A toi de traduire le passage avec ton équipe et de deviner de quel passage il est question. Tu peux choisir de tout traduire, ou une portion. L'essentiel est d'être stratégique. Si tu trouves la référence du passage, ton équipe a gagné.

Matériel : Stylo ou crayon à papier, quelques feuilles blanches pour brouillon (les bibles sont interdites quel que soit leur support).

Voici l'alphabet de Braille Français :

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
a	b	c	d	e	f	g	h	i	j
k	l	m	n	o	p	q	r	s	t
u	v	w	x	y	z				

4) Vis ma vue dans l'espace des possibles :

Consigne : Chaque équipe devra construire une canne factice avec le matériel qu'elle aura préparé pour l'occasion : du bois, du papier, de l'aluminium, etc. Elle devra prévoir pour chaque concurrent un foulard ou un cache-yeux. Un parcours d'obstacle sera organisé, reproduisant au maximum les situations de la vie de tous les jours que peuvent rencontrer les personnes à mobilités réduite. Tous les membres de l'équipe devront participer à cette activité, à tour de rôle. Ils formeront donc une colonne en début de parcours.

Lorsque le top départ sera donné, le premier frayera son chemin sur le parcours, les yeux bandés, grâce à sa canne factice. Il devra arriver au bout du parcours afin d'obtenir un indice. Il pourra le récupérer et refaire le parcours en sens inverse, afin de passer la canne au prochain candidat. S'il est important que les membres de l'équipe se taisent pour ne pas lui souffler le parcours, il pourra toutefois se faire accompagner par un « aidant » désigné par l'équipe, qui sans lui souffler un seul mot, devra l'aider autant que possible (sans pour autant le tirer ou le traîner) à ne pas se heurter aux obstacles. Un créneau de 15 minutes sera alloué à chaque équipe.

Dès que l'équipe aura collecter ses indices en fin de chronomètre, 1 minutes supplémentaires lui seront donner, afin de trouver le mot qui répond aux indices. La première équipe qui aura trouvé la bonne réponse gagnera la partie.

Une autre variante est en fauteuil roulant. Il s'agira d'emprunter ou de trouver des fauteuils roulants manuels puis organiser un parcours avec des obstacles. Cette fois-ci les yeux du concurrent dans le fauteuil ne seront pas bander. Mais il devra soit faire le parcours seul dans le fauteuil, ou être poussé par une personne qui suivra ses instructions les yeux bandés. Dans le parcours d'obstacle, essayez de reproduire des situations de la vie de tous les jours que peuvent rencontrer les personnes à mobilité réduite. Cela peut être en intérieur comme en extérieur.

Voir sur la feuille des résultats, les indices de l'énigme à mettre sur papier format A6 qui seront récupérés par les joueurs.

5) Capacités-incapacités :

Consigne : Il s'agit d'un concours LSF à partir du site Ariel. Chaque équipe devra retenir un maximum de mot biblique en langue des signes. 15 seront mis à disposition. Les équipes devront être stratégiques afin de retenir le maximum et les restituer le moment venu. Le chrono et les signes correctement signés permettront de marquer des points et de déterminer l'équipe gagnante.

Voici les mots à disposition avec les liens. Merci de préparer sur tablettes, ordinateurs, ou téléphones les liens que voici à l'avance :

- Ancien Testament : <https://ariels.fr/vocabulaire-biblique/ancien-testament/>
- Genèse : <https://ariels.fr/vocabulaire-biblique/genese-2/>
- 2 Samuel : <https://ariels.fr/vocabulaire-biblique/2-samuel/>
- Jérusalem : <https://ariels.fr/vocabulaire-biblique/jerusalem-2/>
- Royaume de Dieu : <https://ariels.fr/vocabulaire-biblique/royaume-de-dieu/>

- Jourdain : <https://ariels.fr/vocabulaire-biblique/jourdain-2/>
- David : <https://ariels.fr/vocabulaire-biblique/david/>
- Absalom : <https://ariels.fr/vocabulaire-biblique/absalom/>
- Mathusalem : <https://ariels.fr/vocabulaire-biblique/mathusalem/>
- L'Eternel : <https://ariels.fr/vocabulaire-biblique/leternel/>

- Calomnie : <https://ariels.fr/vocabulaire-biblique/calomnie/>
- Miséricorde : <https://ariels.fr/vocabulaire-biblique/misericorde/>
- Michée : <https://ariels.fr/vocabulaire-biblique/michee/>
- Méprisé : <https://ariels.fr/vocabulaire-biblique/mepriser-2/>
- Miracle : <https://ariels.fr/vocabulaire-biblique/miracle-2/>

6) Goûter dans le noir :

Consigne : Ce jeu permet de mettre à disposition une forme de loto des goûts, des odeurs, et du toucher. Préparez un set de 30 odeurs, objets, aliments, à faire sentir, à goûter, ou à toucher. Exemple : feuille de menthe, de la cannelle, une rose, du poivre, de la peinture, de l'aluminium, de la pâte à modeler, de la banane, de l'huile, du citron, de l'anis étoilé, de la réglisse, du sel, du sucre, du jus de tomate, plastique, métal, bois, papier, etc.

Chaque équipe choisira deux candidats. Ils devront avoir les yeux bandés ils devront découvrir ce que l'on leur fera toucher, goûter et sentir. Et à tour de rôle sur chronomètre, ils devront dire ce qu'ils pensent avoir trouvé. L'équipe qui aura trouvé le plus d'éléments, dans un temps record aura gagné.

7) Potins sans un son :

Consigne : Discuter avec des casques anti-bruit ou des casques avec fonds musicaux est-ce possible ? Cette activité permettra une immersion dans la peau d'un malentendant ou sourd, et d'un entendant qui souhaitent entretenir une conversation et se faire comprendre, sans pour autant avoir le même langage ou les mêmes codes.

Matériel à prévoir : des casques antibruit, casques et/ou airpods connectés (avec une musique couvrante diffusée en continu pendant tout le jeu).

Une information/énigme (**qui apparait sur la feuille des réponses**) sera retranscrite par écrit en amont. Il sera ensuite présenté en intégralité à la première personne. Celle-ci aura pour mission de transmettre l'information initiale et de faire deviner à l'autre la pathologie. Il utilisera tous les moyens dont il dispose sauf l'usage de la parole. S'il y a possibilité d'avoir une salle close pour l'exercice c'est un plus. Autrement, prévoir des caches yeux, afin que les autres personnes de la file ne voient pas la transmission. Ainsi à tour de rôle, l'énigme et la résolution de l'énigme devra arriver jusqu'au dernier de la file. Il faudra s'assurer que l'échange se fasse sans qu'aucun son ou parole ne soit entendu. En revanche, les gestes, les mots et la lecture labiale sont possibles. Chacun recevra un casque, tant celui qui transmet le message que celui qui le reçoit. L'équipe devra s'assurer que les casques antibruit, ou avec mélodie couvrante empêchant véritablement de se focaliser sur ce qui est partagé. A la fin, le dernier de la file devra restituer un message ressemblant au message initial et la bonne réponse.

8) Action ou résultat :

Consigne : Positionnez les équipes en ligne. Chaque participant devra mettre sa main dominante (celle avec laquelle il écrit) dans son dos, lorsque son tour arrive, et essayer de faire une de ces actions qui vous semblent habituellement d'une simplicité enfantine.

Le nécessaire à prévoir est noté en gras.

- Ouvrir une **bouteille d'eau** minérale et servir à boire aux personnes qui sont dans l'équipe.
- Retirer sa **veste** ou son **pull** puis le remettre.
- Ouvrir un **paquet de gâteaux** ou **de bonbons**, se servir et en faire la distribution au membre de l'équipe.
- Délacer ses **chaussures**, les retirer, puis les remettre en les relaçant.
- Prendre une **feuille de papier** et un **crayon** et écrire son prénom, son nom et la date d'aujourd'hui en toutes lettres, puis signer :
 - De la main gauche, si vous êtes droitier
 - De la main droite, si vous êtes gaucher
- Coincer le pouce sous l'index et le majeur de chacune de ses mains puis essayer d'ouvrir la **bible** à la page 53...
- Trouver, puis dire comment exprimer le mot BONJOUR dans la langue des signes qu'utilisent les sourds et malentendants.
- Engager une conversation sur le foot ball avec l'équipe. Vous avez 2 minutes pour glisser dans la conversation les expressions suivantes : « Une voiture qui a besoin de sirop » ; « Un coq qui veut arrêter la trompette ».

Chaque participant a exactement 2 minutes par séquence d'activité.

9) 10-Lait-Queue-Scie :

Consigne : Choisir un membre de l'équipe : Qui devra : 1) trouver le mot titre de cette activité ; 2), Lire sans réfléchir, d'une seule traite ce texte à haute voix, le comprendre et en donner et le vrai orthographe : « **Madame Rose alieva deubor doacher bourg. Ella la bitude deu rou léenvoi ture mesang a scélééré à fond. O si ell peumet tre 10 eureh pourfran chir la dystan se. Deplusse, elle kond dui une fer a rit, ceki féquel sefé kla xoné cent ar ret, ossi lacon dui es épui sante.** »

Vous avez 3 minutes pour valider cette activité.

Temps de débriefing et d'échanges en Eglise

Comment avez-vous vécu cet après-midi ?

Qu'est-ce que cela vous amène à porter comme regard sur le "handicap"?

Comment votre Église/groupe prend en compte les personnes dans cette situation ?

Que pourriez-vous mettre en place concrètement ?