

Antisava

LE JEU POUR CRÉER DE VRAIES CONNEXIONS



Les joyeux audacieux

Bienvenue :)

La bonne nouvelle

Bienvenue à toi dans ce kit Antisava !

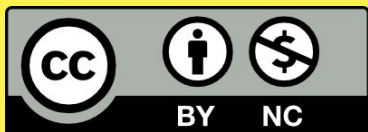
Le jeu pour démarrer des conversations authentiques et décalées :)

Dans ce PDF, tu trouveras :

- Le guide d'utilisation (à bien lire avant toute utilisation :)
- Les 24 cartes originales
- Les 24 cartes de l'extension
- Les 49 cartes de l'extension optimiste

[For the English version, please click here to discover the cards and rules](#)

Comment utiliser ce document ?



Nous avons envie de diffuser nos questions au maximum d'utilisateurs possibles, c'est pourquoi ces questions sont libres d'utilisation.

Nous les plaçons sous la licence Creative Commons "BY NC" : Attribution + pas d'utilisation commerciale.

"Le titulaire des droits autorise l'exploitation de l'œuvre, ainsi que la création d'œuvres dérivées, à condition qu'il ne s'agisse pas d'une utilisation commerciale (les utilisations commerciales restant soumises à son autorisation)." <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0/fr/>

=> Si vous souhaitez transformer ces cartes pour votre utilisation professionnelle ou privée, nous vous y encourageons de tout notre coeur : **pensez à bien citer la source.**

Et si vous souhaitez transformer les cartes en un projet commercial, contactez-nous à lesjoyeuxaudacieux@gmail.com :)

Comment utiliser ce document ?



“Selon les conditions suivantes :

- **Attribution** — Vous devez [créditer](#) l'Œuvre, intégrer un lien vers la licence et [indiquer](#) si des modifications ont été effectuées à l'Oeuvre. Vous devez indiquer ces informations par tous les moyens raisonnables, sans toutefois suggérer que l'Offrant vous soutient ou soutient la façon dont vous avez utilisé son Oeuvre.
- **Pas d'Utilisation Commerciale** — Vous n'êtes pas autorisé à faire un usage commercial de cette Oeuvre, tout ou partie du matériel la composant.

Comment utiliser l'Antisava

Ceci est un super guide d'utilisation pour l'Antisava, jeu de conversations authentiques et profondes



Les joyeux audacieux

Quand ?



La bonne nouvelle :

l'Antisava **peut s'utiliser dans pléthore de contextes différents :**

- En famille
- Avec ses amis
- Avec des inconnus (*par exemple en covoiturage*)
- Pour accueillir des nouveaux membres d'une équipe
- Pendant un événement / séminaire pour faciliter la création de lien avec d'autres personnes
- La limite est celle de votre imagination !

Guide d'initiation à l'Antisava

4 étapes indispensables pour réussir un temps de partage avec l'Antisava :)

La 5ème est en option, nous vous la conseillons surtout pour une utilisation dans le cadre professionnel

1

Choisir les cartes

2

Poser le cadre

3

Incarner

4

Jouer

5

Débriefer

Guide d'initiation à l'Antisava

1

Choisir les cartes

Les questions de l'Antisava sont très différentes les unes des autres. Certaines sont assez intimes, d'autres plus anodines, certaines drôles, d'autres plus réflexives.

Pour les personnes qui ont un Antisava qui date de juin 2019 et ultérieur, vous pouvez **trier les cartes par niveau de "profondeur"** de discussion :

Les couleurs des bordures des cartes correspondent à ces niveaux de profondeur.

Selon le moment où vous animez l'Antisava, cela peut être utile de trier les cartes et de choisir 1, 2 ou 3 niveaux de profondeur.

Idée d'Abdul, super ambassadeur du jeu : répartir les cartes en niveaux de profondeur et, au fur et à mesure des échanges, progresser dans le niveau de profondeur (en changeant les groupes si souhaité).



Chacun choisit ce qu'il/elle veut partager, pas d'obligation à répondre

Beaucoup d'écoute et de bienveillance, ces partages c'est précieux !

3 niveaux de profondeur :

Faible Moyen Fort

Guide d'initiation à l'Antisava

2

Poser le cadre

5 min

Prenez le temps d'introduire l'Antisava.

Si vous sentez que vos participants peuvent ressentir un peu de résistance à l'idée de partager quelque chose de personnel avec leurs collègues, posez le cadre :

- Proposez l'Antisava comme un jeu, un défi, une expérience
- Rappelez l'intention de l'Antisava : pourquoi vous souhaitez faire ce jeu, à quoi cela va servir
- Posez les règles et obtenez un OUI des participants à ces règles :
 - **Chacun choisit ce qu'il.elle veut partager** : aucune obligation à répondre à une question si on n'en a pas envie
 - **L'écoute et la bienveillance** : ce qui est dit reste confidentiel et on est là pour passer un bon moment.



Guide d'initiation à l'Antisava

3

Incarner

5 min

Eh oui, à vous de vous mettre en authenticité. Prenez quelqu'un au hasard dans le public et faites une ou deux questions avec lui.elle devant tout le monde. Cela donnera confiance !



Guide d'initiation à l'Antisava

4

Jouer

10-15 min

Vous découvrirez dans les pages suivantes d'autres utilisations alternatives. La manière de jouer que nous vous présentons ci-dessous est la plus courante :)

Répartissez vos participants en petits groupes de 3 à 5 personnes, puis donnez un petit paquet de cartes à chaque groupe :

- Soit avec des personnes qui ne se connaissent pas
- Soit avec les personnes de leur choix (*si vous sentez que les participants sont sur la réserve, préférez cette option*)

Une personne tient les cartes dans sa main, les tend à son voisin.e de gauche qui tire une carte au hasard et lit la question à voix haute.

Ensuite, deux options sont possibles :

- Chacun réfléchit 10 secondes, puis tout le monde répond à tour de rôle.
- OU : La personne qui a tiré la carte réfléchit, y répond.

Ensuite la personne qui a tiré la carte récupère le paquet et fait tirer la personne à sa gauche et ainsi de suite.

Guide d'initiation à l'Antisava

5

Débriefer (option : surtout dans le cadre professionnel)

5-10 min

Vos participants ont fait quelque chose qu'ils n'avaient pas l'habitude de faire ! Bravo à eux et à vous. On vous conseille de prendre le temps d'un **partage en cercle** pour prendre la température et voir comment s'est passée cette expérience.

Par exemple en posant ces **questions** :

- Qu'avez-vous aimé ?
- Comment cela s'est-il passé pour votre groupe ?
- Qu'avez-vous appris ?
- Qu'avez-vous envie de mettre en action ?

Vous n'avez pas besoin de répondre à ce que les participants vont dire : il s'agit tout simplement de leur permettre de s'exprimer sur leur vécu. Peut être que certains exprimeront que des questions étaient difficiles, trop intimes, et c'est tout à fait OK :) Bravo à eux d'avoir eu l'audace de faire le jeu.

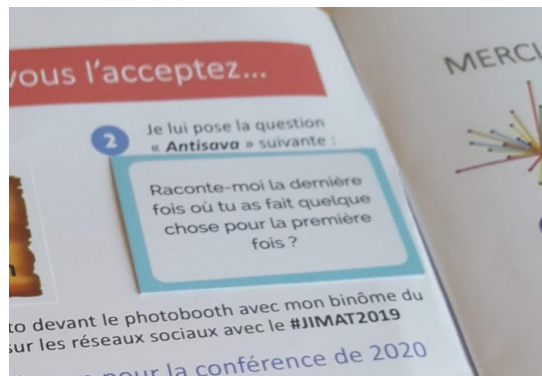
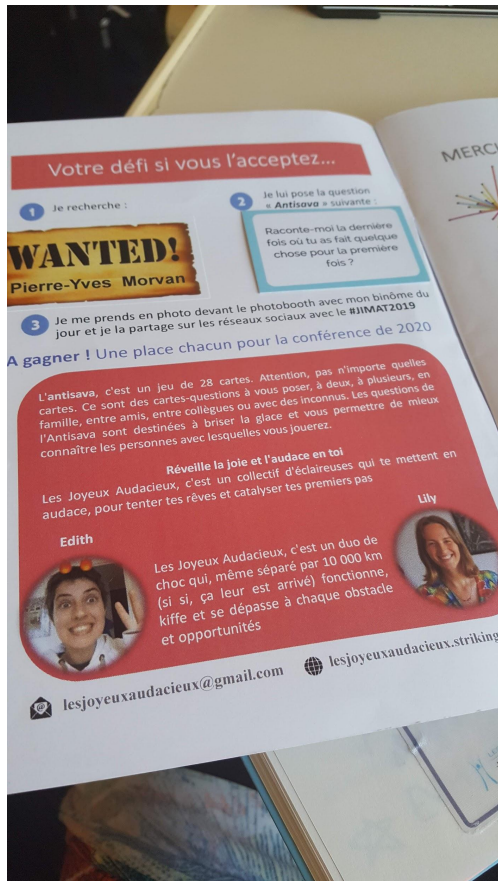
Vous pouvez utiliser un **bâton de parole original** (*une peluche, un coeur en mousse*) pour bien identifier qui prend la parole et permettre aux participants de se la passer.

Des idées dans tous les sens

Dans les pages suivantes, des tonnes d'idées sur comment utiliser l'Antisava.

Merci à tous ceux et celles qui ont pris le temps de remonter ces idées ❤️

Dans des événements



Inclure dans le programme de votre événement 1 carte Antisava + un nom de personne à retrouver pour discuter ensemble de la question

Journées Internationales du Mieux-Etre au Travail (Bordeaux 2019)



En introduction d'une conférence ou d'une table ronde : proposez à vos intervenants de tirer une carte

Enactus Festival 2019

Pour accueillir lors d'un événement



Notre utilisation pendant les événements Les Joyeux Audacieux : distribuer une carte à chaque participant à son arrivée, puis lui proposer d'aller à la rencontre des autres participants.

Les cartes permettent d'avoir un support à la rencontre et facilitent les échanges.

Prévoir :

- Dans votre mail d'invitation : préciser qu'il y a 30 minutes d'accueil, puis ensuite un démarrage officiel
- Trier les questions en fonction du thème de l'événement et du degré d'ouverture des participants
- 1 personne à l'accueil qui distribue les cartes, explique les règles et 1 personne qui tourne entre les participants pour relancer et/ou distribuer de nouvelles cartes.



Pour briser la glace lors d'un événement

Speed Dating Musical

“Je l'ai utilisé en début de séminaire après un jeu qui consistait à mémoriser les prénoms.

Je m'en suis servie en format **speed dating musical** où les participants qui possédaient plusieurs cartes déambulaient debout avec une musique de fond et engageaient la conversation dès lors que la musique stoppait. Puis, j'ai fait évoluer la règle et ai introduit le troc de cartes, ça a super bien marché !”

Vicky Audibert

M&M's

Distribuer des **m&m's** à vos participants qui correspondent à différentes consignes. Par exemple :

- Rouge : tout le monde répond
- Orange : seule la personne qui tire la carte répond
- Jaune : la personne qui tire la carte choisit la personne qui répond

Corentin Desplanques

D'autres idées que nos utilisateurs ont testé

Créativité

Lors d'un atelier de créativité : j'ai discrètement glissé des cartes de l'ANTISAVA sur une table au milieu d'autres objets. Les personnes avaient une consigne et devaient répondre en utilisant des objets. Et surprise, une des cartes a été prise 😊

Source

Retrouve ton binôme

Chaque participant reçoit une carte et doit réfléchir à la réponse. Les groupes doivent ensuite se former en retrouvant les cartes similaires.

Les participants partagent leur réponse.

Il est nécessaire de limiter le nombre de questions en amont.

Abdul Otman



D'autres idées que nos utilisateurs ont testé



Pour accueillir un nouveau collaborateur dans une équipe



"Contre toute attente, mon fils aîné de 11 ans a utilisé spontanément ce jeu en mode question flash le matin avant de partir à l'école ou encore en rentrant de l'école. J'adore!"

"Vendredi midi, j'ai testé l'Antisava avec des migrants. Je donne des cours d'alphabétisation dans l'asso SAVOIR ET DEVENIR. une super occasion de leur faire lire des petites phrases et d'en apprendre plus sur eux.



C'est **l'anniversaire** de quelqu'un, on lui demande de piocher une carte, tout le monde doit répondre à sa place. Ensuite, il donne sa version. C'est pas mal pour avoir un reflet/miroir de ce que pensent les autres, puis d'en apprendre plus sur la personne.

Abdul Otman

D'autres idées que nos utilisateurs ont testé

 "J'ai fait une **interview** (je vais bientôt écrire dessus) où j'ai demandé à la personne de piocher 3 cartes, puis j'ai écrit à partir de ses réponses (et des miennes). Je pense utiliser cette technique d'interview pour écrire ou faire un Podcast sur les habitants de mon écovillage"

Abdul Otman

"J'ai prêté le jeu à un amie qui a des problèmes, qui réfléchit beaucoup. Je lui ai proposé de piocher une carte quand elle en a marre de ce qui se passe dans sa tête et de se concentrer sur la question pour bien trouver la réponse."

En tant que coach & formatrice

"Je l'utilise en fin d'accompagnement individuel ou en cours pour donner matière à réflexion entre les séances. Je l'utilise aussi en solo pour m'inspirer des questions de coaching"

Joy Richez

On reste en
contact 

Et si jamais vous avez un doute ou une interrogation, envoyez-nous un petit mail, on se fera un grand plaisir de vous éclairer sur votre utilisation de l'Antisava (*que ce soit pour préparer un séminaire ou pour partager une blague ;)*)

Et si vous avez testé un nouveau format ou une nouvelle situation , racontez-nous ça aussi !

-> lesjoyeuxaudacieux@gmail.com

Jeu n°1 L'original



Les joyeux audacieux

Si tu pouvais te retrouver devant le
toi de tes 15 ans, quels conseils te
donnerais-tu ?



Les joyeux audacieux

Quelles sont les trois choses que
tu penses avoir en commun
avec moi ?



Les joyeux audacieux

Raconte-moi la dernière fois où tu
as fait quelque chose pour la
première fois ?



Les joyeux audacieux

Quand as-tu dit merci à quelqu'un
pour la dernière fois ? A quelle
occasion était-ce ?



Les joyeux audacieux

Si par magie tu gagnais
l'équivalent de ton salaire
actuel sans travailler, que
ferais-tu ?



Les joyeux audacieux

Parle-moi d'une personne que
tu admires particulièrement
et explique-moi pourquoi.



Les joyeux audacieux

Tu as 102 ans. Tu regardes ton
passé et tu te dis que tu es
vraiment fièr.e d'avoir réalisé...
... Quoi ?



Les joyeux audacieux

Qu'est-ce qui te donnerait envie
de me remercier ?



Les joyeux audacieux

Parle-moi de trois rêves que tu as ou 3 objectifs que tu t'es fixés.



Les joyeux audacieux

Quel était le métier que tu voulais faire quand tu étais petit.e ?



Les joyeux audacieux

Pour quelles choses es-tu
reconnaissant.e dans ta vie ?



Les joyeux audacieux

Si tu pouvais avoir un super
pouvoir, lequel serait-ce ?
Comment l'utiliserais-tu ?



Les joyeux audacieux

Si tu pouvais échanger ta place avec n'importe qui d'autre dans le monde pour une journée, avec qui serait-ce et pourquoi ?



Les joyeux audacieux

Quel était ton dernier
moment d'audace ?
Raconte-le moi en détail.



Les joyeux audacieux

Quel était ton dernier fou rire ?
Raconte-moi en détail.



Les joyeux audacieux

Quelle habitude voudrais-tu
mettre en place tous les matins
en te levant pour passer
une super journée ?



Les joyeux audacieux

A quoi ressemblerait
ta journée idéale ?



Les joyeux audacieux

Quelle serait une chose géniale
qui pourrait t'arriver tout de suite ?
Pourquoi l'apprécierais-tu ?



Les joyeux audacieux

Quelles sont les 3 choses que tu
as aimées dans ta journée
jusqu'à maintenant ? Pour
quelle(s) raison(s) ?



Les joyeux audacieux

Tu viens d'apprendre que tu allais mourir dans 1 an, changerais-tu quelque chose dans ta vie ?
Quoi et pour quelle raison ?



Les joyeux audacieux

Quand as-tu été ému.e pour la
dernière fois ? Pourquoi cela
t'a-t-il ému.e ?



Les joyeux audacieux

Parle-moi de quelque chose
qui te met en colère.



Les joyeux audacieux

Raconte-moi comment un
épisode de ta vie t'a changé.e
pour être la personne que tu es
aujourd'hui.



Les joyeux audacieux

Cite-moi 3 qualités que tu apprécies particulièrement chez toi.



Les joyeux audacieux

Jeu n°2

L'extension



Les joyeux audacieux

Quelles sont les valeurs qui sont importantes pour toi ?



Les joyeux audacieux

Qu'est-ce que l'année passée
t'a appris ?



Les joyeux audacieux

Qu'est-ce qui te donne de
l'énergie au quotidien ?



Les joyeux audacieux

Qui pourrais-tu remercier
pour t'avoir aidé.e
récemment ?



Les joyeux audacieux

Qu'as-tu appris de plus utile
venant de tes parents ?



Les joyeux audacieux

Si tu avais 1 milliard pour
monter une entreprise qui
révolutionne le monde,
que ferais-tu ?



Les joyeux audacieux

Si je te dis “famille”, quels sont les
3 mots qui te viennent à l'esprit ?
Explique-les moi !



Les joyeux audacieux

Entre plus d'argent et plus de
temps, que préférerais-tu ?
Pourquoi ?



Les joyeux audacieux

Si tu pouvais dîner avec
n'importe qui dans le monde,
qui serait-ce ?
Pour quelle raison?



Les joyeux audacieux

Si tu devais te réincarner dans un animal, lequel serait-ce ?
Pourquoi ?



Les joyeux audacieux

Quand est-ce que tu as fait un
jeu ou joué pour la dernière fois ?



Les joyeux audacieux

Si tu devais aller vivre 1 an sur une île déserte (où il y a à manger et à boire), quelles seraient les 5 choses que tu prendrais avec toi ?
Pourquoi ?



Les joyeux audacieux

Où aimerais-tu aller en vacances
les 12 prochains mois ?
Qu'aimerais-tu y faire ?



Les joyeux audacieux

Quel est le moment de la journée
où tu te sens le plus créatif.ve ?



Les joyeux audacieux

Si ta vie était un conte de fées,
quel en serait le titre ?



Les joyeux audacieux

À choisir, tu préférerais éternuer
dès que tu t'énerves ou bailler à
chaque fois que tu es content.e ?
Pourquoi ?



Les joyeux audacieux

Quel est le métier le plus farfelu
que tu as un jour imaginé faire ?



Les joyeux audacieux

Si tu étais un artiste, qui serais-tu ?
Et pourquoi ?



Les joyeux audacieux

Quelle folle aventure
aimerais-tu vivre ?



Les joyeux audacieux

Cette semaine, qu'as-tu ressenti
comme émotions ?



Les joyeux audacieux

Quels sont les obstacles que tu rencontres en ce moment ?



Les joyeux audacieux

Qu'aimerais-tu oser faire
dans ta vie ?



Les joyeux audacieux

Quelle serait une question que
tu n'aimerais pas que je te pose ?
Et que répondrais-tu ?



Les joyeux audacieux

Si le regard des autres ne
t'importait plus, que ferais-tu ?



Les joyeux audacieux

Jeu n°3

L'extension Optimiste

En partenariat avec la Ligue des Optimistes
de France



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Parle-moi d'une chanson ou d'une
musique qui te rend optimiste.



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Si tu avais un voeu à faire, lequel
ferais-tu ? Pourquoi ?



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Qu'est-ce qui te donne
de l'espoir ?



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Qu'est-ce qui te rend
optimiste dans la vie ?



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Parle-moi de la dernière chose qui
t'a fait sourire.



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Donne-moi une raison pour
laquelle ta vie est mieux
aujourd'hui qu'avant.



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Autour de toi, quelle est la
personne la plus optimiste ?
Parle-moi de lui.elle.



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Parle-moi d'un moment simple de
ta journée qui te faire dire
"Chouette, ça va être génial !".



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Le soir, comment fais-tu pour bien
terminer ta journée ?



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Quelle est ta meilleure astuce
pour te détendre ?



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Qu'est-ce que l'optimisme
pour toi ?



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Quel est le livre ou le film
le plus optimiste
que tu connais ?



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Quel est l'endroit le plus
intéressant où tu es allé.e ?



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Quelle est la dernière chose
que tu as accomplie qui t'a
rendu.e fièr.e ou satisfait.e ?



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Raconte-moi une de tes
grandes victoires.



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Qu'est-ce qui te plaît le plus
dans ce que tu fais ?



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Quel est le compliment que tu
souhaiterais que l'on te fasse ?



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Qu'est-ce qui a été source
d'optimisme pour toi cette
dernière semaine ?



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Optimisme :
utopie ou nécessité selon toi ?
Pourquoi ?



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Quelle est la personne qui t'a le
plus influencé.e positivement
et en quoi ?



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Décris-moi quelque chose
qui t'a émerveillé.e
ces dernières semaines.



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Qu'as-tu créé de tes mains dont
tu es le.la plus fier.fière ?



Les joyeux audacieux

Te considères-tu comme une
personne optimiste ?
Et pourquoi ?





Ligue des Optimistes
de France

Qu'est-ce qui te rend créatif.ve ?



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Si tu avais 2h pour faire une
activité que tu adores, laquelle
serait-ce ? Pourquoi ?



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Raconte-moi quelque chose que
tu as appris récemment.



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Quel est le compliment que
tu préfères offrir aux autres ?



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Comment est-ce que je peux
te faire sourire ?



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Raconte-moi une petite victoire
que tu as vécue récemment dans
ton quotidien.



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Plutôt intuition ou raison ?
Pourquoi ?



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Parle-moi de la dernière
opportunité que tu as saisie.



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Quel est ton petit secret pour
lutter contre le pessimisme des
autres ?



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

De quoi aurais-tu besoin pour
rendre ta vie encore plus
fabuleuse ?



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Quelle musique te donne envie de
te trémousser furieusement ?



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

A qui penses-tu dans les
moments difficiles ? Pourquoi ?



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Quel est ton rêve en ce moment ?
Quand aimerais-tu le réaliser ?



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Dans quel domaine te trouves-tu
absolument génial.e ?



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Concrètement, comment fais-tu
pour réagir lorsque tu te sens
abattu.e, voire pessimiste ?



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Qu'aimerais-tu faire au cours de la
prochaine année que tu n'as
jamais fait auparavant ?



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Qu'y a-t-il sur la liste
de tes envies (ces choses à faire
absolument avant de mourir) ?



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Penses-tu que tu as de la chance
dans la vie ? Pourquoi ?



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Parle-moi d'une rencontre qui a
changé ta vie pour toujours.



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Raconte-moi un échec qui t'a fait
grandir.



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Quelles sont les personnes qui te
poussent à voir le meilleur en
toi-même ?



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Quand as-tu pris un risque pour la dernière fois ? Raconte-moi cette expérience.



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Crois-tu à la chance ? Pourquoi ?



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Penses-tu que
l'optimisme s'apprend ?
Si oui, comment ?



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Qu'aimerais-tu te dire quand tu
auras 90 ans sur la personne
que tu seras devenu.e à ce
moment-là ?



Les joyeux audacieux



Ligue des Optimistes
de France

Quand t'es-tu dit merci pour la
dernière fois ?



Les joyeux audacieux