

CRÉER DES BANDES DESSINÉES SUR LA SANTÉ MENTALE : ATELIER SUR PAPIER

Matériel nécessaire

- * Crayons, gommes et colle
- * stylos de couleur et marqueurs,
- * papier A3 vierge,
- * illustrations fournies dans le kit de création, ciseaux.



1. Expliquer l'activité

Introduire le sujet :

Commencez par une brève discussion sur la santé mentale, son importance, les stéréotypes qui y sont liés et la manière dont les bandes dessinées peuvent aider à aborder ces questions.

Conseil : vous pouvez consulter nos fiches d'activité.

Fixer l'objectif :

Les participant(e)s vont créer une série de courtes bandes dessinées (5 à 9 planches) sur la santé mentale.

3. Créer la bande dessinée

Utilisez la banque d'illustrations fournie pour développer visuellement le storyboard.



2. Brainstorming

Discussion de groupe :

Encouragez les participant(e)s à partager leurs réflexions et leurs expériences.

Conseil : notez les mots-clés et les idées.

Choisir un scénario :

Aidez-les à choisir un sujet relatif à la santé mentale avec lequel ils / elles se sentent à l'aise, comme la gestion du stress, de l'anxiété ou des amitiés. Vous pouvez également leur donner un stéréotype à déconstruire.

4. Mise en commun

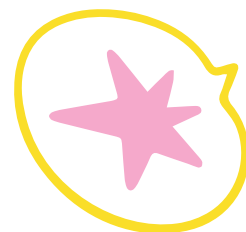
Présenter les bandes dessinées :

Donnez-leur la possibilité de présenter leurs bandes dessinées au groupe.

Conseil : encouragez une atmosphère bienveillante et respectueuse.

Temps de réflexion :

Demandez-leur d'écrire quelques mots sur une pensée en lien avec l'atelier ou la santé mentale. Les participant(e)s sont libres de la partager ou non avec le groupe.



CRÉER DES BANDES DESSINÉES SUR LA SANTÉ MENTALE : ATELIER BASÉ SUR CANVA

Matériel nécessaire

- * Un compte Canva par groupe (un compte gratuit suffit pour cette activité).
- * Un template au format A3



1. Présentation de l'activité

Introduire le sujet :

Commencez par une brève discussion sur la santé mentale, son importance, les préjugés qui l'entourent et la façon dont les bandes dessinées peuvent aider à aborder ces questions.

Conseil : vous pouvez consulter nos fiches d'activité.

Fixer l'objectif :

Créer une bande dessinée à l'aide de Canva pour aborder les questions de santé mentale.

Conseil : partagez des exemples de bandes dessinées.

3. Créer la bande dessinée

Personnalisez l'illustration :

Aidez-les à télécharger les illustrations et à les positionner sur la page. Les participant(e)s peuvent utiliser la bibliothèque d'images de Canva ou télécharger les illustrations fournies dans le kit. La zone de texte avec le dialogue peut ensuite être ajoutée.

Ajouter des bulles et des couleurs :

Apprenez-leur à ajouter des bulles, à changer les couleurs et à déplacer des éléments pour personnaliser leur BD.

2. Brainstorming

Discussion en groupe :

Encouragez les participant(e)s à partager leurs réflexions et leurs expériences.

Conseil : notez les mots-clés et les idées.

Définir un scénario :

Aidez-les à choisir un sujet relatif à la santé mentale avec lequel ils / elles se sentent à l'aise, comme la gestion du stress, de l'anxiété ou des amitiés. Vous pouvez également leur donner un stéréotype à déconstruire.

4. Enregistrer et partager

Télécharger la bande dessinée :

Exportez les bandes dessinées en tant que fichier PDF ou image (JPEG ou PNG).

Présenter et réfléchir :

Donnez à chacun la possibilité de partager sa bande dessinée et de réfléchir aux notions apprises sur la santé mentale à travers cet exercice créatif.

Conseil : assurez-vous de créer une ambiance bienveillante et respectueuse.



CRÉER DES BANDES DESSINÉES SUR LA SANTÉ MENTALE : ATELIER NUMÉRIQUE

Installation du logiciel de votre choix



Créer un compte :

Aider les participant(e)s à créer un compte gratuit sur **Book Creator** ou **Genially**. Si vous disposez d'une licence, vous pouvez également utiliser **PubCoder**. Assurez-vous d'avoir un accès à un appareil (tablette ou ordinateur).

Créer un nouveau livre :

Montrez-leur comment démarrer un nouveau projet de livre, en choisissant une mise en page adaptée à leur bande dessinée (comme le mode paysage).

1. Présentation de l'activité

Discuter de sujets liés à la santé mentale :

Commencez par une brève discussion sur la santé mentale, son importance, ses préjugés et la manière dont les bandes dessinées peuvent aider à aborder ces questions.

Conseil: vous pouvez consulter nos fiches d'activité.

Expliquer l'objectif

L'objectif est de créer une courte bande dessinée numérique qui déconstruit un stéréotype sur un problème de santé mentale.

3. Construire la bande dessinée numériquement

Ajouter du texte et des images :

Guidez les participant(e)s pour qu'ils / elles utilisent les fonctions du logiciel afin d'ajouter des images, des zones de texte et des bulles. Vous pouvez télécharger les illustrations du kit ou utiliser la bibliothèque d'images de l'application.

2. Préparer la bande dessinée

Brainstorming :

Les participant(e)s partagent leurs idées en binôme ou en petits groupes avant de commencer. Aidez-les à choisir un sujet et un scénario de base. Vous pouvez également leur donner un stéréotype à déconstruire.

Esquisser un plan :

Laissez-les esquisser rapidement un plan sommaire sur papier ou directement dans le logiciel pour planifier chaque vignette.

4. Publier et partager

Publier la BD :

Exportez les bandes dessinées sous forme de livre électronique : vous pouvez la partager avec le groupe ou la télécharger.

Présenter et discuter :

Les participant(e)s présentent leurs bandes dessinées. Vous pouvez ensuite animer une discussion autour de l'atelier et des questions qui y ont été abordées.

Conseil: Créez un espace de confiance pour que chacun(e) puisse partager ses idées.

