

REJOINS LA PATROUILLE POSITIVE



**LA REPONSE DES GUIDES ET
ECLAIREUSES FACE AU COVID-19**

#POSITIVITYPATROL

#FORHERDIGITALWORLD

C'EST QUOI LA PATROUILLE POSITIVE?



En ces temps où rester positive peut être vraiment difficile, les Guides et Eclaireuses dans le monde peuvent former une patrouille pour combattre cela.

Ce pack d'activité contient 10 défis, qui sont supposés donner à chaque fille l'opportunité de se sentir autonome, apprendre et se développer.

Compléter les 10 défis vous permettra de pratiquer le leadership et collaborer avec les autres filles dans le monde, à distance.

Les Guides et Eclaireuses du monde entier peuvent continuer à respecter leur promesse en étant une #PositivityPatrol; en commençant par prendre soin d'eux jusqu'à faire des bonnes actions, il y a toujours quelque chose que chacun peut faire.

Partage les résultats de tes défis dans les réseaux sociaux avec l'hashtag #PositivityPatrol, et les hashtags spécifiques pour chaque challenge.

Amusez-vous



#POSITIVITYPATROL

DEFI 1: #TreatYourselfKindly

Etre positive commence par toi ! Comment être plus gentil avec soi-même dans un environnement pas très aimable ?

C'est normal de sentir quelque chose ! Même si tu te sens inconfortable, en colère, peureux, ou un moins que rien.

LE DEFI

1. Exprime tes émotions. Commence par exprimer tes émotions par ta propre façon : cela peut être par le dessin, un nuage de mot, un poème ou une danse d'expression.

2. Cherche une personne de confiance. Prends du temps pour chercher une personne en qui tu as confiance et avec qui tu peux parler des sentiments que tu ressens.

3. Soigne-toi. Quand tu décides de parler à ta personne de confiance, parles avec elle de tes Sentiments et trouvez ensemble une chose que tu peux faire pour te rendre un peu plus heureuse

Partage avec les Guides et Eclaireuses dans le monde sur les réseaux sociaux tes créations et la chose qui te rend heureuse avec les hashtags #PositivityPatrol #TreatYourselfKindly.

DEFI 2: #ValuesIntoAction

Durant ces temps difficiles, c'est important pour nous Guides et Eclaireuses de faire des choix en accord avec nos valeurs. Rappelle-toi de ta promesse, comment peux-tu entreprendre des actions relatives aux lois des Guides?

LE DEFI

1. Prends-toi en vidéo disant ta promesse de Guide ou fais quelque chose de positive pour toi, pour les autres ou pour ta communauté durant ces temps.

2. Inspires les autres. Dans ta vidéo, expliques les activités que tu fais pour inspirer d'autres personnes. Commences ta vidéo par dire ton nom et le pays d'où tu viens, puis "Je promets de...".

3. Portes ton uniforme et fais un salut comme cela tes sœurs Guides et Eclaireuses dans le monde pourront te reconnaître !

Une fois que tu as partagé ta vidéo en ligne avec les hashtags #PositivityPatrol et #ValuesIntoAction, commence tes actions et fais-nous savoir.

DEFI 3: #UnderstandOthers

Comprendre les autres et prendre en considérations leurs points de vue est important en ces temps – nous avons tous besoins d'empathie et de compassion !

LE DEFI

1. Choisis ta cible. Penses à une personne dont tu n'as pas entendu de nouvelles récemment. Cela peut être une personne de ta famille qui est parmi les travailleurs essentiels, des amis qui ne se portent pas très bien, ou une personne isolée (par exemple, certains pays prennent des initiatives pour qu'on puisse communiquer avec les personnes âgées dans les maisons de retraite pour qu'ils ne se sentent pas isoler).

2. Communique avec eux en utilisant les moyens que tu as (téléphone/appel vidéo, email, lettres, etc..) pour leur demander comment ils vont. Ecoutes leurs expériences et trouves quelque chose pour leurs rendre plus heureux.

3. Comprends-les. Partage ton expérience avec eux, ta compréhension et ton empathie de leur situation avec les hashtags #PositivityPatrol et #UnderstandOthers. N'oublie pas de demander leur consentement avant de poster quoi que ce soit à leur sujet dans les réseaux sociaux.

DEFI 4: #TheBestYou

Quelque fois, on doit être flexible et s'adapter au nouveau contexte.

LE DEFI

Pense à tout ce que tu as dû changer dans ta vie, quelles sont les 5 actions que tu peux faire, pour continuer ce changement:

- **Apprends**
- **Mets-toi a la place d'une autre personne**
- **Comprends la situation dans son ensemble**
- **Travailles ou restes en contact avec les autres**
- **Complètes des bonnes actions**

Partages les techniques que tu peux appliquer pour être #TheBestYou même si les temps sont durs, n'oublies pas d'utiliser #PositivityPatrol, pour qu'on puisse voir toutes tes activités.



DEFI 5: #LeaderLikeYou

Les filles et les femmes sont touchées de manière disproportionnée par cette crise ([voir notre déclaration de position ici](#)). Plus que jamais, nous avons besoin d'encourager chaque fille à être des leaders, pour qu'elles puissent agir et se sentir utile

LE DEFI

1. Leaders inspirant. Penses aux personnes dont le leadership t'inspire en ce moment. Pourquoi elles t'inspirent ? Penses-tu qu'elles peuvent aussi inspirer d'autres?

2. Cries-le. Postes un cri sur les réseaux sociaux avec #PositivityPatrol et #LeaderLikeYou, pour que leur leadership inspire d'autre filles dans le monde.

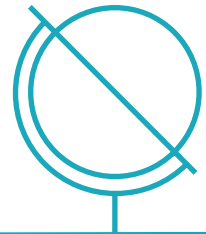
N'oublies pas de prendre le consentement de la personne avant de poster des photos (si celles-ci ne sont pas poster publiquement).

DEFI 6: #PictureThis

Le monde peut paraître un peu lugubre en ce moment – mais ce n'est pas l'image complète. Des bonnes choses se passent partout dans le monde, tous les jours.

LE DEFI

1. Partages les bonnes nouvelles. Aides tes sœurs à travers le monde à explorer la complexité du monde, apprendre de différentes perspectives et comprendre l'image complète en partageant la meilleure nouvelle de ta région pour la semaine en cours, en utilisant #PositivityPatrol et #PictureThis.



DEFI 7: #ImpactFromHome

Le monde peut paraître un peu lugubre en ce moment – mais ce n'est pas l'image complète. Des bonnes choses se passent partout dans le monde, tous les jours.

LE DEFI

1. Donner un coup de main. Pour ce défi, cherche différentes manières d'aider les autres (en respectant les gestes barrières bien sûr !) – laisse libre cours à ton imagination, rien n'est ridicule ni bizarre !

Une fois que tu as trouvé une idée qui fonctionne, partage le en étant créative avec les hashtags #PositivityPatrol et #ImpactFromHome.

Consulte les réseaux sociaux de l'AMGE pour voir les actions incroyables que les Guides et Eclaireuses dans le monde font pour leurs communautés.

DEFI 8: #WonderfulWomen

Pour beaucoup d'entre nous, le temps est un peu lent actuellement – qui veut dire que c'est le moment de faire des recherches et partager nos connaissances avec les autres.

LE DEFI

1. Recherche. Fais des recherches sur des femmes incroyables et qui ont fait des choses remarquables pour changer le monde.

2. Choisis-en une et partage son profil avec les hashtags #PositivityPatrol et #WonderfulWomen.

Mets-toi au défi de choisir une personne que tu ne connaissais pas avant cette semaine !

DEFI 9: #InThePicture

Dans une situation de crise, c'est facile de sentir qu'il n'y a qu'un récit, une perspective.

Le mouvement des Guides et Eclaireuses est un mouvement qui essaie de créer des espaces où chacun peut participer.

LE DEFI

1. Qui n'est pas là? Crées une représentation visuelle i.e. dessines une image ou fais un collage pour montrer qui n'est pas présent dans la conversation pour être #InThePicture.

DEFI 10: #LearningFromMyself

C'est le dernier défi, le numéro 10 du défi de #PositivityPatrol – qui veut dire qu'il est maintenant temps de réfléchir à tes sentiments et expériences.

LE DEFI

1. Ecris une lettre à la fille que tu étais auparavant (avant que tout cela ait commencé). Dis ce que tu aurais voulu savoir avant que tout cela ne commence, et ce que tu as appris de toi même jusque-là.

2. Partages ta lettre. Tu peux partager une partie de ta lettre ou l'enveloppe si tu n'es pas à l'aise, et postes la avec les hashtags #LearningFromMyself et #PositivityPatrol.

#POSITIVITYPATROL
#FORHERDIGITALWORLD



**WORLD ASSOCIATION
OF GIRL GUIDES
AND GIRL SCOUTS**