

**DES RECETTES POUR**  
**CLORE VOS SESSIONS**  
**EN BEAUTÉ**

**CLOSING**



Ce livre est partagé sous licence creative commons



Attribution - Partage dans les mêmes conditions

4.0 International (CC BY-SA 4.0)

# CLOSING



Sur une **idée originale** du **collectif Cook Book** :

Alice Barralon, Robin Béraud-Sudreau, Romain Couturier,  
Marilyn Kol, Yoan Lureault, Olivier My, Alexandre Quach

## La fine équipe à l'oeuvre sur ce kit

**Alexandre Quach**, Auteur

**Alice Barralon**, Illustratrice

**Robin Béraud-Sudreau**, Designer & Auteur

## Focus sur l'auteur principal de ce kit

**Alexandre Quach**, le virus pédagogique. Il aide à transmettre des apprentissages qui se retransmettent à leur tour.

## MAIS, AU FAIT, C'EST QUOI UN KIT ?

Bonjour à vous ! **Oui vous** les lecteurs de ce KIT !

Avant de commencer, savez-vous pourquoi nous sortons des KITS plutôt qu'un GROS LIVRE ? Eh bien... pour être plus proche de vos attentes, chers lecteurs ! En fait, nous proposons toute une collection de „**Cook Books**“ !

Chaque **Kit** aborde d'une nouvelle manière un thème et permet d'y entrer en profondeur. Et **la magie**, c'est que vous pouvez les combiner à volonté !



## POURQUOI CLOSING COOK BOOK ?

Tout comme **l'ouverture** peut donner **le ton** d'une session, la **clôture** peut donner celui **du souvenir**. Le risque de faire n'importe quoi, tout comme le risque de réussir, s'applique à tous types d'événements : réunions, ateliers collectifs, moments solennels ou moment informels.

Clôturer une session collective, c'est parcourir le dernier kilomètre ou dans notre cas : **savourer le dessert**, se délecter d'un digestif ou simplement prendre un bon café. Cela peut **décupler le sens du moment qui précède**, ou bien le gâcher.

Dans **Closing CookBook**, nous allons aborder les moments de clôture avec méthode et en vous partageant nos astuces afin de vous aider à **bien clôturer vos sessions**.



“

**STOP !  
DÉJÀ CONVAINCUS DE LA  
NÉCESSITÉ D'UNE CLÔTURE  
BIEN PRÉPARÉE, ALLEZ  
DIRECTEMENT EN PAGE 10 !**

”



## POURQUOI A-T-ON PLUS FACILEMENT GOÛT À OUVRIRE UNE SESSION QU'À LA CLÔTURER ?

On préfère naturellement **s'occuper d'un problème présent**, plutôt que d'un problème à venir car l'effet sera direct.

Il est toujours **plus facile et agréable** de se projeter dans l'imagination et l'organisation d'un événement que dans le suivi de ses conséquences à terme.



“ On se projette plus facilement dans son **départ en vacances** que dans son **retour au bureau**, ou bien dans **un bon dîner** plutôt que dans **la vaisselle** qui va suivre. ”

Lorsqu'un facilitateur a **dépensé de l'énergie** pour accompagner un groupe à atteindre un objectif, et que cet objectif est **enfin atteint**, son énergie retombe naturellement. C'est humain. Il est alors plus difficile d'opérer quoi que ce soit.

Hors, **sans clôture efficace**, les conséquences de la session de travail seront amoindries et le fait d'avoir organisé une session peut perdre son sens. En tant que facilitateur, vous vous devez de **garder de l'énergie sous le pied pour la clôture**.

## LES CONSÉQUENCES D'UNE CLÔTURE BÂCLÉE : LE MANQUE DE CONSÉQUENCES !

Que se passe-t-il après un événement "**sans suite**", sans ancrage des éléments à retenir ou sans projection dans l'après ? Les participants retournent-ils dans leurs quotidiens avec une envie et des idées pour changer les choses ? Ou bien gardent-ils **juste un souvenir agréable** d'un moment passé en groupe, et une volonté de changement qui se heurte au mur et à la friction d'un environnement si habituel qu'on va **y rentrer de nouveau en s'y recourbant** ?

**Si l'idéaliste** souhaiterait croire au premier scénario, notre expérience nous a surtout fait observer le deuxième.

L'être humain apprend et ancre par répétitions espacées. Sans cet effet, un événement unique ne serait presque qu'une captation temporaire d'attention. Les quelques hauts et bas émotionnels ne s'ancrent pas assez **pour déclencher un mouvement** qui s'inscrit dans la continuité d'une transformation.

### ON A TROQUÉ L'EFFET DURABLE POUR "L'EFFET WAOUH".

Est-ce que c'est une raison pour abandonner ? Comme d'habitude : NON ! Nous sommes encore là sur le terrain pour affronter les défis !

COMME POUR L'ENTRÉE  
OU LE PLAT, UN BON  
DESSERT NÉCESSITE  
ÉQUILIBRE, DOSAGE ET  
PRÉPARATION



## LE PREMIER MÈTRE DU DERNIER KILOMÈTRE !

Dans une transformation, il y a **BEAUCOUP plus de travail sur la suite et la fin d'un événement** que sur le moment même. Accompagner les participants jusqu'au bout après l'événement, c'est faire ce "dernier kilomètre" pour **livrer l'effet**.

“

**LE PREMIER PAS DE CE  
DERNIER KILOMÈTRE SE  
FAIT DÈS LA FIN DE  
L'ÉVÉNEMENT**

”

Nous avons remarqué que, lors de la préparation d'un événement, **les animateurs ont tendance à structurer et soigner le début et le milieu d'une session de travail**, et rarement **la clôture**.

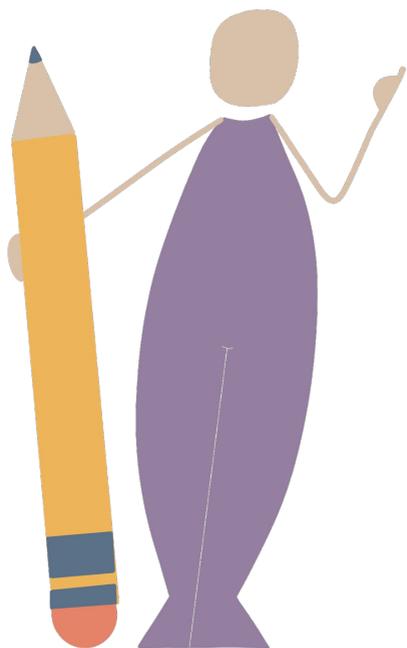
8

De fait ! Un animateur qui souhaite, par exemple, **apprendre à débriefer** trouvera peu de contenus en comparaison à ce qui existe pour les ice breakers ou plus globalement pour les ouvertures d'événements.

**Finir en beauté** contient des subtilités. En voici quelques unes :

Comment faire **digérer le moment** ? Comment réussir à faire émerger les derniers non dits ? Comment **rendre un moment inoubliable** grâce à une **célébration** ? Comment capitaliser sur l'énergie qui a été déployée au cours de l'évènement ? Comment **préparer le futur** en peu de temps avec des participants fatigués ? Comment **créer l'engagement** au dernier moment ? Comment réaliser toutes ces étapes précédentes en ayant conscience que les participants et l'animateur ont besoin de se relâcher et de se détendre ?

Alice Barralon



## UNE BELLE CLÔTURE : UNE HISTOIRE DE CHOIX !

Selon vos préférences, **vos envies**, vous trouverez dans ce Cook Book plusieurs grilles de lecture pour bien choisir votre clôture : **actions, émotions et pensées**.



Ces grilles de lecture sont faites pour vous aider à choisir votre clôture dans la diversité de ce qui a déjà été recensé jusqu'à présent, et pour **vous inspirer à créer ou chercher des clôtures spécifiques, qui correspondent à un objectif ou un goût particulier** !

SI VOUS ÊTES PLUTÔT ORIENTÉ "ACTION", NOUS VOUS CONSEILLONS LA PIÈCE MONTÉE DU CLOSING (PAGE 16) ! ELLE PROPOSE DIFFÉRENTS TYPES DE CLÔTURES POUR REVIVRE DES ACTIONS DU PASSÉ (DIGESTIF), VIVRE DES ACTIONS EN COURS (DESSERT) OU PLANIFIER DES ACTIONS FUTURES (CAFÉ).

SI VOUS ÊTES PLUTÔT ORIENTÉ "ÉMOTION", LE PORTE ÉPICES DES ARÔMES (PAGE 103) VOUS DONNERA DES PISTES POUR RETROUVER LES CLÔTURES SELON LE RESSENTI ET LE VÉCU DES PARTICIPANTS.

SI VOUS ÊTES ORIENTÉS "PENSÉE" ET VOULEZ FAIRE PLUSIEURS EXERCICES COHÉRENTS, LE MENU DES FORMULES (PAGE 105) VOUS DONNERA DES COMBINAISONS TOUTES PRÊTES À LANCER.



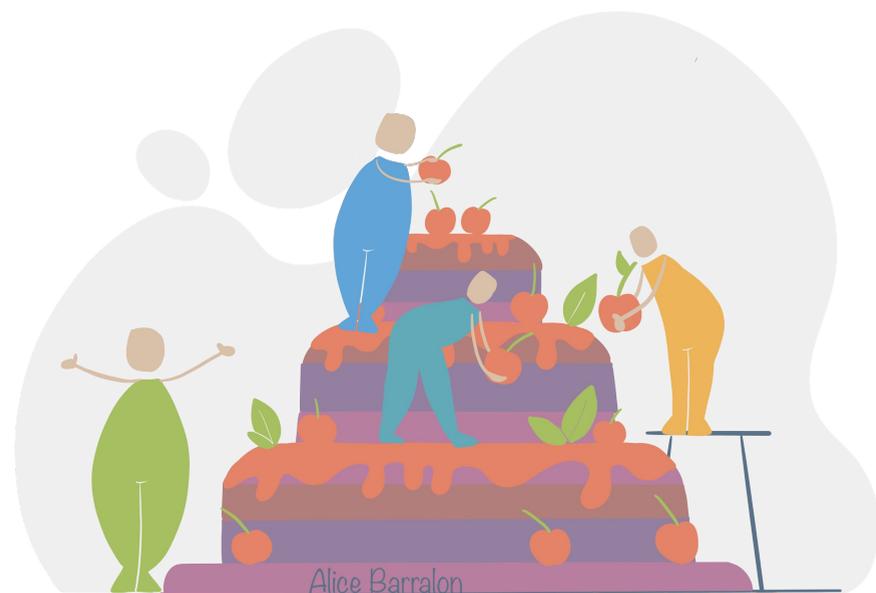
ET SI VOUS  
PASSIEZ À

L'ACTION !?



## LA PIÈCE MONTÉE DU CLOSING

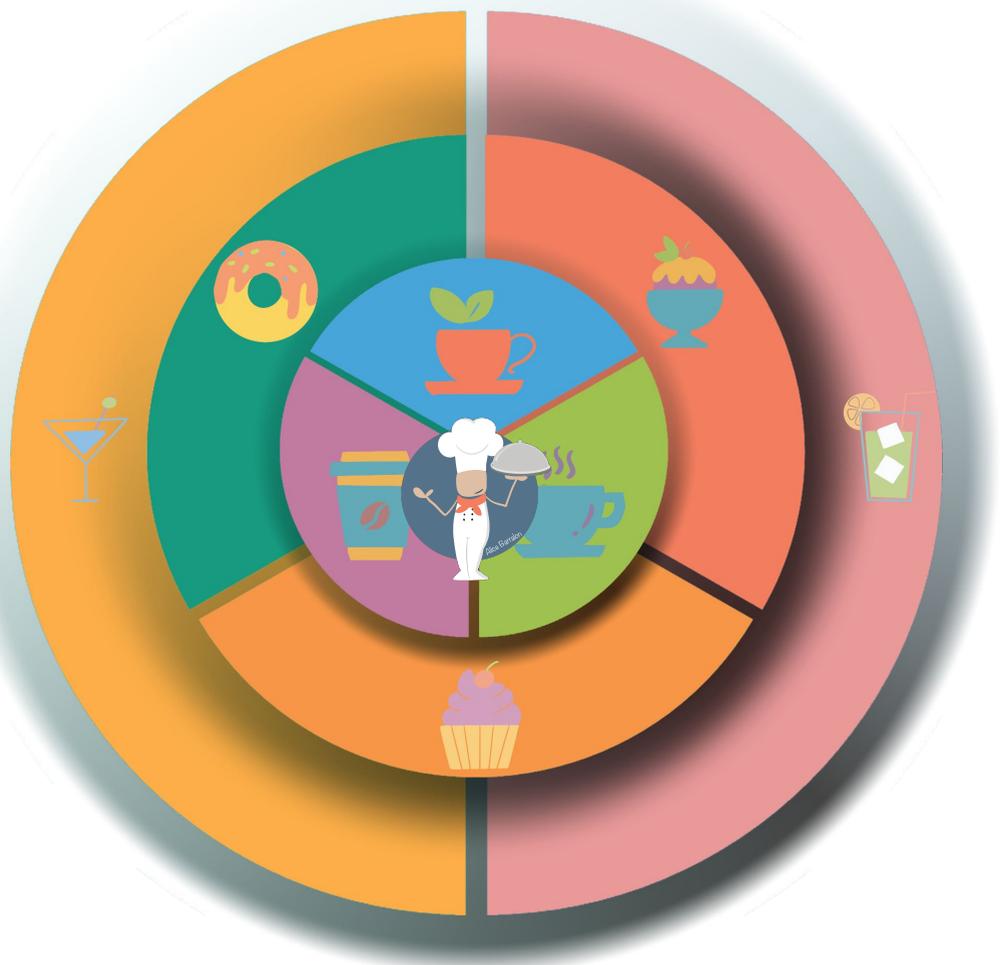
**Choisir son closing** se compare à choisir sa combinaison pour bien terminer son repas : quelles dernières touches et quelles dernières saveurs voulez-vous laisser à vos convives ? Voulez-vous leur proposer un **digestif** ? Un **dessert** ? Un **café** ? Les trois ?



Les clôtures ont des **effets différents**. Nous les répartissons en trois familles :

- **Les digestifs** pour faciliter l'assimilation de ce qui vient de se passer.
- **Les desserts** pour apprécier ce moment en terminant sur une touche sucrée.
- **Le café** pour reprendre un peu d'énergie afin de se projeter sur les prochaines étapes dans le futur.

Pour vous aider à choisir, nous vous présentons la **pièce montée du closing** ! Vue de dessus, la voici :

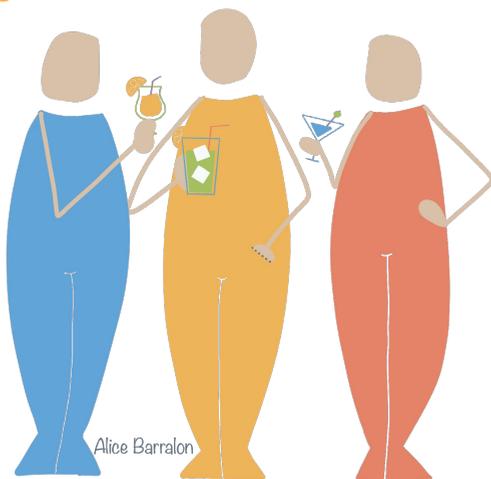


## UN DISQUE COMBINATOIRE

Subtilité supplémentaire, **ces familles peuvent se combiner**. C'est à dire qu'il est par exemple possible d'enchaîner un café après un dessert pour clôturer un évènement.

## CHOISIR SA CLÔTURE EN FONCTION DE L'EFFET

Au même titre qu'un **ice breaker** peut-être énergisant, stimulant ou rassembleur, les **clôtures ont des effets différents**. Il est maintenant temps de vous présenter nos trois **familles** de clôtures, possédant elles-mêmes différentes **catégories**.



### LES DIGESTIFS : RETRAVAILLER LE PASSÉ

**Debriefings** : pour prendre du recul sur ce qui vient d'être vécu.

**Fins de boucle** : pour bien mettre le moment derrière soi.

### LES DESSERTS : CENTRÉS SUR LE PRÉSENT

**Moments de lien** : pour tisser des liens avec les autres participants qui dureront après l'événement.

**Célébrations** : pour saisir les derniers instants et les vivre pleinement.

**Connecteurs au présent** : pour vivre le moment présent, ici et maintenant.

## LE CAFÉ : POUR PRÉPARER LE FUTUR

**Livrable collectif** : pour créer ensemble quelque chose qui pourra être partagé avec les absents.

**Projections** : pour préparer les prochaines actions à lancer en sortie de l'évènement.

**Souvenirs** : pour immortaliser le moment.

“ N'HÉSITEZ PAS À SERVIR, PAR EXEMPLE, SEULEMENT UN BON DIGESTIF ! ”



# COMMENT UTILISER LA PIÈCE MONTÉE DU CLOSING ?

Faire une fermeture de session efficace n'est pas toujours aisée. Tout comme **enchaîner trois ice breakers** en démarrage de session, il semble évident que d'effectuer, par exemple, trois exercices de debriefing en guise de fermeture n'est pas non plus la chose la plus maline qui soit.

D'ailleurs, est-ce qu'un **bon débrief**, sur lequel on insiste très souvent dans la littérature de la facilitation est **suffisant ou nécessaire** pour clôturer une session ?

Dans Closing Cook Book, nous pensons que **plusieurs moments peuvent composer une fermeture** en fonction du contexte dans lequel la session de travail est menée et de l'intention que vous avez. En effet, dans certains contextes, un **livrable collectif** généré en fin de session peut faire plus de sens d'un débrief suivi d'un remerciement pour quitter la session.

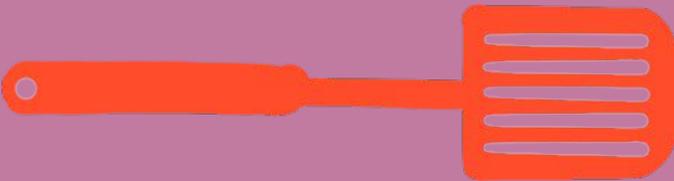
**La pièce montée du closing** se veut suffisamment rigide pour vous guider dans une clôture efficace et suffisamment libre pour vous laisser le choix de l'exercice en fonction de votre contexte et de votre intention.

Elle s'utilise comme **un disque combinatoire à trois niveaux** régi par les règles suivantes :

RÈGLE 1 : TOUT ÉVÉNEMENT SE TERMINE PAR UNE CLÔTURE. CHOISISSEZ **AU MINIMUM** UN ÉLÉMENT PARMIS LES TROIS FAMILLES SUIVANTES : **UN DIGESTIF, UN DESSERT OU UN CAFÉ.**



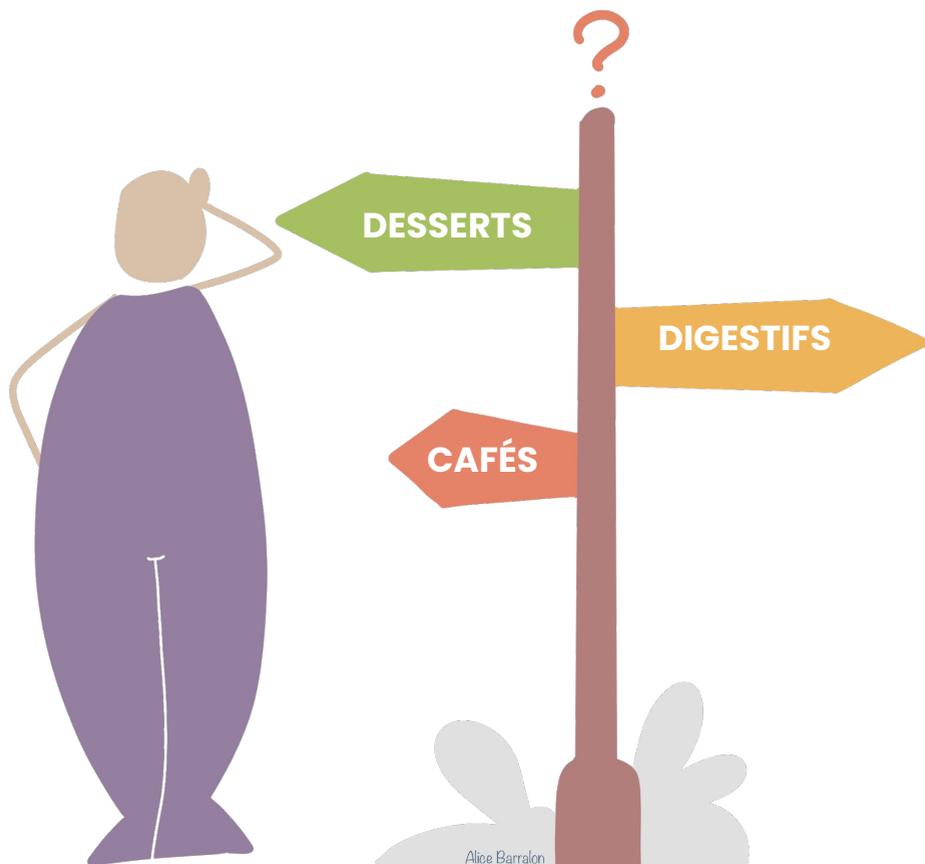
RÈGLE 2 : UNE FERMETURE SE COMPOSE AVEC FINESSE. POUR ÉVITER **L'INDIGESTION**, CHOISISSEZ ENTRE ZÉRO ET DEUX ÉLÉMENTS PAR FAMILLE. IL N'EST DONC PAS POSSIBLE DE BOIRE, PAR EXEMPLE, **TROIS CAFÉS** !



RÈGLE 3 : ELLE DÉCOULE DES RÈGLES PRÉCÉDENTES ! UNE CLÔTURE EST COMPOSÉE DE **UN À CINQ ÉLÉMENTS AU MAXIMUM.**

## VOUS ACCOMPAGNER DANS LA DÉGUSTATION

Vous trouverez en seconde partie de Closing Cook Book un recueil d'exercices de clôture correspondant aux différentes catégories et à leurs effets. Les combiner avec subtilité vous permettra de préparer une **clôture de session efficace** !



2  
0

Si vous avez besoin d'un peu de pratique pour pleinement vous approprier la **pièce montée du closing**, PAS DE PANIQUE, nous avons pensé à vous : **15 formules toutes faites** vous attendent en fin d'ouvrage !

## 15 FORMULES À DÉCOUVRIR

Les formules suivantes sont à découvrir à la page xxx de Closing Cook Book ! N'hésitez pas à les tester, les affiner, les retravailler et à partager les vôtres !

1. La Classique
2. La Mémorable
3. La Sociale
4. La Crescendo
5. L'Anti-douleur
6. La Rigolote
7. La Relationnelle
8. L'Introspective
9. La Calme
10. La Perfectionniste
11. L'Interactive
12. La Productive
13. La Prometteuse
14. La Complète
15. La Célébrante



VOUS LISEZ UN GUIDE SUR  
**COMMENT CLÔTURER.**  
MAIS AVANT DE VOUS  
JETER SUR LES MÉTHODES  
DE CHOIX OU LES  
TECHNIQUES, VOICI UN  
LOT **D'ASTUCES**  
**GÉNÉRALES** QUI PEUVENT  
VOUS AIDER, QUELLE QUE  
SOIT LA COMBINAISON  
QUE VOUS CHOISIREZ

1. PRÉVOYEZ **LE TEMPS** DE CLÔTURER.

2. LA CLÔTURE NE DOIT PAS S'ÉTERNISER : **PRÉFÉREZ "TROP PEU" À TROP.**

3. SI VOUS PRÉVOYEZ D'ENCHAÎNER PLUSIEURS **ÉLÉMENTS DE CLÔTURE**, GARDEZ LE PLUS SIMPLE **POUR LA FIN.**

4. SI VOUS LE POUVEZ, **FINISSEZ SUR UN MOMENT DE DÉTENTE INFORMEL ET LIBRE (COCKTAIL, BUFFET)**

“

UNE BELLE  
FERMETURE DOIT  
ÊTRE MENÉE SANS  
PRÉCIPITATION.





# LES DIGESTIFS

pour faciliter  
l'assimilation de ce  
qui vient de se passer.



## DÉBRIEFINGS

pour prendre du recul sur  
ce qui vient d'être vécu

## FINS DE BOUCLE

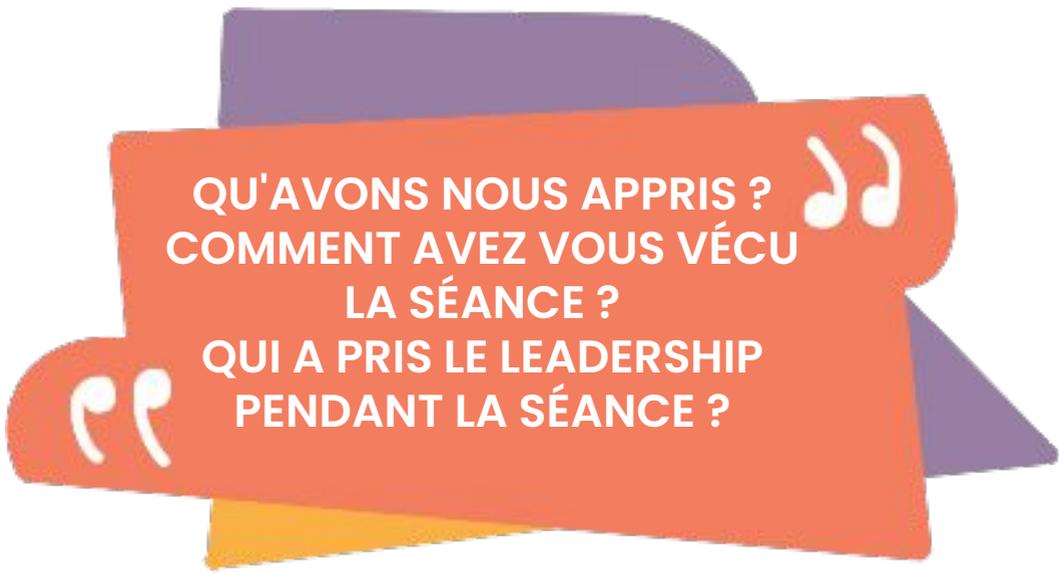
Pour se détacher  
émotionnellement du moment  
qui vient de se passer.



## QUEL EST L'INTÉRÊT D'UN DIGESTIF ?

Les **digestifs** permettent de **mieux vivre le passé et avec le passé**, mieux l'intégrer à son présent, voire mieux l'exploiter. Nous les avons classés en **2 catégories** :

**1. Les débriefings** permettent à l'animateur d'inviter les participants à échanger sur ce qu'ils ont vécu et sur ce qu'ils retiennent. Ils sont basés sur la discussion et le questionnement.



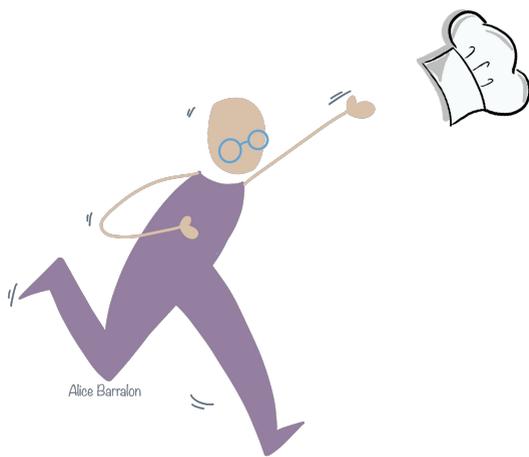
**QU'AVONS NOUS APPRIS ?  
COMMENT AVEZ VOUS VÉCU  
LA SÉANCE ?  
QUI A PRIS LE LEADERSHIP  
PENDANT LA SÉANCE ?**

Ils s'appuient sur **une approche verbale, cérébrale**, et formelle. Ils favorisent la discussion et l'expression orale et plus rarement, écrite.

Quelques exemples : Le tour de table, le ROTI, les Debriefing Cards Kirkpatrick, ...

**2. Les fins de boucle** sont des moments collectifs qui adoptent une **approche différente du verbal et du cérébral**. Elles permettent de mieux digérer le passé, et peuvent consister par exemple à **vivre des émotions retenues**, les exprimer par des biais non verbaux. Les fins de boucle **travaillent plutôt le sentiment de satisfaction, d'apaisement et de repos**. Ce sont souvent des exercices difficiles. Elles peuvent donner l'impression de forcer une émotion qu'il vaut mieux parfois laisser arriver. Il est important de présenter cela comme une opportunité d'exprimer ses émotions et non pas comme une obligation. La force des exercices de fins de boucles réside dans le fait qu'elles **s'adressent à des sessions qui ne se sont pas toujours bien passées**, dans lesquelles le contexte émotionnel peut être lourd. Même dans ces situations là, et même si l'exercice est difficile, nous considérons qu'il est préférable de bien terminer la session avec une fin de boucle plutôt que de tout cacher "sous le tapis".. Le choix d'une fin de boucle nécessite une certaine empathie de votre part.

Là où les **debriefings** permettent de repartir pleins et riches du passé, les fins de boucle visent plutôt à repartir libérés ou allégés du passé.





# QUELQUES EXEMPLES DE DÉBRIEFINGS

# TOUR DE TABLE



5 min



Min 4  
Max 12



## QU'EST-CE QUE CHACUN A À DIRE ?

### DÉROULÉ

Choisissez **UNE** des questions suivantes :

- Avec quoi **repars-tu** ?
- En une phrase, quel est ton vécu de la session ?
- Quel message voudrais-tu adresser aux autres avant de partir ?

Demandez aux participants, de répondre chacun leur tour à ces questions.

### LA CERISE SUR LE GÂTEAU

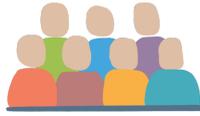
Pour simplifier l'exercice, **limitez vous à une question**.

Pour faciliter le passage de parole, vous pouvez faire circuler un objet physique (ou virtuel à distance) unique que les participants se passent l'un à l'autre.

# R.O.T.I.



3 min



Min 3  
Max 50



## NOTEZ LE REPAS QUE VOUS VENEZ D'AVOIR

### LE DÉROULÉ

Demandez aux participants un **feedback** rapide en levant les doigts de leurs mains :

**1 doigt** = J'ai perdu mon temps en venant.

**2 doigts** = Session utile mais j'ai perdu un peu de temps en étant présent.

**3 doigts** = Je n'ai pas perdu ni gagné de temps. La session a répondu à mes attentes sans plus.

**4 doigts** = La session était au dessus de mes attentes.

**5 doigts** = Nous venons de vivre, pour moi, un grand moment. Je suis heureux d'avoir participé !



# DÉCOUVREZ LES DÉBRIEFING CARDS

## PRINCIPE

Dans les **debriefing classiques**, l'animateur prend la parole pour poser des questions, et une poignée de participants osent répondre. Sur des grands groupes, il peut être frustrant de ne pas avoir l'occasion de s'exprimer à cause de la manière dont ils sont organisés.

Les **Debriefing Cards** sont des cartes permettant à la "majorité silencieuse" de s'exprimer et de s'engager dans le debriefing. Avec ces cartes, les participants se mettent en petits groupes et se posent des questions les uns les autres. Cela leur permet d'échanger, de s'écouter, **avec plus d'intimité** que s'ils étaient en train d'attendre leur tour dans un grand groupe.

Par ailleurs les Debriefing Cards permettent aussi d'apprendre à mener un debriefing, ce qui peut aider sur le long terme s'il y a plusieurs sessions de travail.



EN  
**TÉLÉCHARGEMENT LIBRE**  
AVEC CE COOK BOOK

# DÉBRIEFING CARDS



Min 3  
Max ∞



## ET SI LE DÉBRIEFING ÉTAIT UN EXERCICE COLLECTIF ?

Les **Débriefing Cards**, disponibles dans le **closing deck** joint à ce cook book sont à utiliser après une session comme exercice de débrief collectif. Pour permettre une conversation intéressante et structurée, elle s'appuie sur des modèles de débriefing que nous vous présentons ici brièvement.

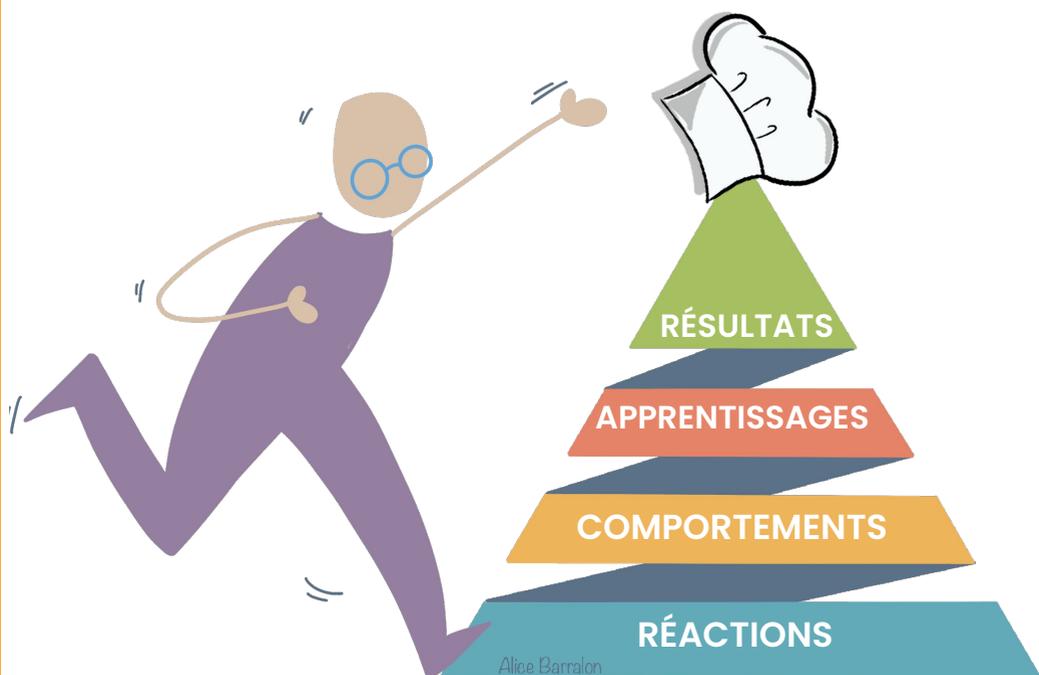
### MODÈLE #OPENSERIOUSGAME

Le modèle de debriefing #OpenSeriousGame est à utiliser après une session d'atelier ou de Serious Game. Le but de ce debriefing est d'engager les participants à transmettre le contenu qu'ils viennent de vivre, particulièrement en leur posant des questions selon les différentes postures modélisées dans la méthode #OSG.

## MODÈLE KIRK PATRICK

Le **modèle de Kirkpatrick** est un modèle d'évaluation des formations en entreprise. Il se décline en **4 critères** : entre le plus direct, proche des participant(e)s (réactions) et le plus indirect, proche des commanditaires de la formation (ceux ou celles qui veulent le résultat).

Si vous avez des **objectifs pédagogiques** (ou opérationnels) clarifiés en amont, un debriefing qui s'appuie sur le modèle de Kirkpatrick aidera les participants à faire le point sur les différents niveaux d'utilité de la session.



# PERFECTION GAME



3 min



Min 3  
Max 50



## L'OCCASION DE S'AMÉLIORER

### LE DÉROULÉ

L'idée de cet exercice de débriefing est de collecter des idées concrètes venant des participants pour s'améliorer.

En fin de présentation, chaque participant donne un retour sous la forme suivante :

“Pour ce travail, je donnerai une note de  $N / 10$  car j'ai apprécié tels éléments.”

“Ainsi pour la prochaine fois, je te propose  $10-N$  axes d'amélioration que voici.

### UN RETOUR QUI SE MANGE SANS FAIM

L'animateur peut poser des questions pour vérifier qu'il a bien compris les commentaires. Sans les contredire, ni se justifier, ni les challenger.

1 signifie que le travail sous sa forme actuelle n'a pas de valeur aux yeux du participant ET qu'il a de nombreux axes d'amélioration à proposer.

10 signifie que le participant n'a aucune amélioration à proposer. Le travail présenté est alors considéré comme "parfait", faute d'axe à retravailler/ajouter/retirer

Les propositions d'amélioration du participant – s'il en a – doivent être concrètes et apporter de la valeur au travail ! Pas de conseils vagues ou généralistes !





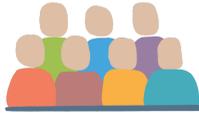


# QUELQUES EXERCICES DE FIN DE BOUCLE

# MINUTE DE SILENCE



3 min



Min 3  
Max 50



## FAIRE LE DEUIL EST AUSSI IMPORTANT QU'UNE CÉLÉBRATION

### LE DÉROULÉ

L'animateur ou les participants choisissent un sujet propice à une minute de silence. Les participants respectent cette minute de silence en pensant au sujet, afin de se **libérer d'une émotion** de tristesse, de peur ou de colère que leur suscite ce sujet.

### BON À SAVOIR

Vous vous demandez peut-être ce qu'un tel moment de recueillement fait dans un Cook Book à la teinte joyeuse voire joueuse. Nous considérons qu'il est important pour les animateurs de considérer un spectre large dans les émotions des participants. Certains moments non joyeux ont besoin d'être vécus pour avoir de nouveau accès à la joie. Permettre de vivre des moments de tristesse, de colère, de peur, plutôt que de les ignorer, est un moyen de se tenir écarté du "Happy Washing" pour revenir à une clôture plus intense avec un impact plus durable.

La minute de silence est une fin de boucle individuelle et silencieuse. Il s'agit là non pas de s'exprimer les uns aux autres en suivant un chemin de questions réponses, mais de créer un cadre respectueux dans lequel chacun peut décanter intérieurement un sujet qui lui tient à coeur, tout en restant en compagnie des autres.

## RECETTES COMPLÉMENTAIRES

Vous pouvez choisir le sujet de la minute de silence tout comme vous pouvez inviter chaque participant à choisir librement le sujet de leur choix. Ils sont libres de ne pas choisir de sujet et d'en laisser un venir à eux pendant la minute.

Vous pouvez également proposer à ceux qui ne souhaitent pas participer de **sortir de la salle**, le temps de l'exercice. En effet, tous les publics ne sont pas à l'aise avec l'expression d'émotions autres que la joie (plus en vogue dans la plupart des exercices), et c'est à vous de juger s'il est opportun d'user de la minute de silence.



# JETER SES POUBELLES



2 min



Min 3

Max 10



## FAIRE LE VIDE DES MAUVAISES ÉMOTIONS !

### LE DÉROULÉ

Cet exercice aide à **extérioriser collectivement** certaines émotions qui n'auraient pas eu leur espace d'expression pendant la session qui précède. Contrairement à un debriefing, cette extériorisation est non verbale (ou en tout cas non abstraite par les mots), et intervient sur un niveau d'expression symbolique. Demandez aux participants de se mettre en cercle, en regardant le centre du cercle comme une poubelle symbolique. Ils doivent alors mimer qu'ils ont un sac lourd qu'ils tiennent sur le dos, et jeter ce sac lourd dans le cercle (en criant s'ils en ont besoin) en pensant aux sujets dont ils souhaitent se débarrasser.

**4** Ils peuvent ensuite se dépoussiérer les mains dans un geste de "bon débarras" et pousser un grand soupir de soulagement.

**1**

## POUR UNE MEILLEURE DIGESTION

Cet exercice invite les participants à exprimer leurs émotions. Il nécessite un haut niveau de confiance entre les participants et envers vous.

N'hésitez pas à prévenir les participants que cet exercice invite à une certaine **liberté émotionnelle**, et se fait dans ce cadre de respect là.

Attention, cela demande aux participants de disposer d'un endroit où ils peuvent faire du bruit sans inquiéter ou nuire. Cela demande également aux participants d'accepter que cet exercice ne travaille pas directement sur le sujet dont ils veulent se débarrasser, mais sur l'expression des émotions à propos de ce sujet (sans le mentionner).



# MINUTE DE SOURIRE



2 min



Min 3

Max 10



## POUR SE QUITTER AVEC LA BANANE...

### LE DÉROULÉ

Demander aux participants de penser à une scène qui s'est déroulée pendant la session et qui leur donne **envie de sourire**. Chacun peut regarder les autres sourires et se laisser regarder sourire par les autres. Pas d'échange de mots autorisés.

### ...OU AVEC LA PÊCHE !

Rappelez ces règles : "pas d'échanges de mots autorisés, droit de se regarder dans les yeux ou de se chercher du regard" Pour accentuer l'effet, et faire rire les personnes, vous pouvez leur interdire de rire.



# RÉNOVATION



2 min



Min 2

Max 50



## ET SI ON EN PROFITAIT POUR CHANGER LES PERSPECTIVES ?

### LE DÉROULÉ

Demandez à chaque participant d'identifier 0 à 3 problèmes qu'ils n'ont pas pu régler pendant cette session. Ils l'écrivent ensuite sur un papier, et **déchirent ces papiers** devant tous.

Ensuite, ils écrivent autant de nouveaux défis qu'ils ont.



“

POUR QU'UNE FIN DE  
BOUCLE SOIT EFFICACE,  
IL N'Y A PAS DE  
COMPROMIS. NE  
COUPEZ PAS LA POIRE  
EN DEUX!

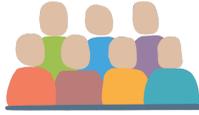
”



# LE GRAND PARDON



10 min



Min 5

Max 20



## PARDONNER POUR AMÉLIORER LES INTERACTIONS

### LE DÉROULÉ

1. Demandez à chaque participant d'écrire sur des papiers (qu'ils gardent pour eux) "**Je pardonne à X et je vais de l'avant**". X est une personne de leur choix. Demandez leur d'écrire sur autant de papiers qu'ils ont de personnes à pardonner..
2. Chacun peut ensuite lire à voix basse chacun de ses papiers, puis les ranger.

### L'ASTUCE DU COACH

Avant de présenter l'exercice, rappelez au public qu'on peut se sentir mieux lorsque intérieurement on se sent mieux avec les autres, qu'on leur en veut moins et qu'on va de l'avant.





# LES DESSERTS

pour profiter du moment présent en terminant sur une touche sucrée.



## CÉLÉBRATIONS

Pour saisir les derniers instants et les vivre pleinement



## MOMENTS DE LIEN

Pour tisser des liens avec les autres participants qui dureront après la session



## CONNECTEURS AU PRÉSENT

pour vivre le moment présent, ici et maintenant.



## ET SI NOUS PASSIONS AU DESSERT ?

Les desserts permettent d'agir sur le moment présent. Ils permettent par exemple à un groupe de revenir **au maintenant** après l'avoir emmené dans un cadre particulier ou un exercice de projection.

Dans Cook Book, les desserts sont divisés en 3 **catégories** :



**Les connecteurs au présent** permettent de revenir au présent, de se reconnecter à soi même, de **reprendre conscience** de son corps, de son niveau de fatigue ou d'énergie, des émotions qui nous traversent, du contexte dans lequel on est, de la chance qu'on peut avoir à ce moment précis. Ils s'utilisent après une simulation, une longue présentation ou un atelier. Physiquement, il permet de remettre en mouvement et en énergie des participants restés statiques pendant une longue durée (par exemple pendant une conférence ou une réunion devant son ordinateur).

**Les moments de lien** permettent de revenir au présent pour tisser des liens avec les autres participants qui dureront après l'événement. Ils s'agit souvent d'exercices invitant chacun à faire une action avec quelqu'un d'autre, ou bien une action collective. Ces moments de lien permettent par exemple de redonner une dimension humaine après un moment très formel. Ils ferment par exemple une compétition avec une collaboration (ou au moins un retour au collectif), tout comme le ferait une cérémonie de fermeture des Jeux Olympiques.

**Les célébrations** permettent d'exprimer sa joie, sa gratitude, sa satisfaction de vivre ce moment présent, en ayant conscience qu'il va s'arrêter. C'est une clôture classique qu'on retrouve dans la plupart des événements.





# QUELQUES EXERCICES DE CÉLÉBRATIONS

# CHANTONS SANS LA PLUIE



5 MN



Min 2  
Max 20



## POUR FINIR EN MUSIQUE

### LE DÉROULÉ

Motivez les participants à se mettre d'accord sur le choix d'une chanson ou d'une musique qui leur donnent envie de célébrer la fin de ce moment ensemble.

Jouez cette musique et laissez les participants exprimer à leur manière leurs émotions positives, suite à cet atelier. Certains applaudiront, se tapoteront dans le dos pendant que d'autres préféreront rester statique en souriant timidement.

### LE POINT CULTURE

Associer une musique à un moment particulier est une pratique qu'on retrouve dans des événements religieux (chants de Noël qui reviennent tous les ans), culturels laïcs (musiques de l'été ou de fin de soirée), sportifs ("I Will Survive" comme hymne de certaines équipes de sport collectifs), politiques, familiaux (musiques d'événements de famille), etc.

5

2

## LA CERISE SUR LE GÂTEAU

Si votre groupe a un hymne ou une chanson, voire une danse, cela peut constituer une célébration (particulièrement dans un usage récurrent, presque rituel).

Cette clôture a pour condition préalable d'avoir choisi un hymne ou une chanson, et d'avoir l'habitude de le jouer.

## CHOYEZ VOS CONVIVES

Les participants doivent bien se connaître (par exemple, travailler ensemble depuis un moment) pour se prêter à cet exercice de clôture.



“ POUR QUE LA CÉLÉBRATION  
PORTE SES FRUITS, NE  
PRESSEZ PAS VOS  
PARTICIPANTS COMME DES  
CITRONS EN SESSION ! ”



# PORTONS UN TOAST



3 MN



Min 5  
Max 50



## DÉDIER QUELQUES MOTS AU MOMENT

### LE DÉROULÉ

En petites équipes, invitez les personnes à lever leurs verres à un sujet en particulier, devant les autres.

**A la santé ! A la convivialité !**

**A la réussite de nos projets !**

**A la joie de ce groupe !**

Laissez les personnes s'exprimer librement et trinquer entre elles.

### JUSQU'À PLUS SOIF

Dans des petites équipes, participants osent plus facilement lever leurs verres.

Le verre n'est pas forcément rempli d'alcool. L'abus d'alcool est dangereux pour la santé.







# QUELQUES EXERCICES DE MOMENTS DE LIEN

# UN GRAND MERCI



2 MN



Min 5  
Max 50



## LA GRATITUDE CIBLÉE EST UNE GRATITUDE QUI A PLUS D'EFFET !

### LE DÉROULÉ

Demandez à vos participants d'écrire une liste de remerciements pendant 2-3 minutes. Chaque remerciement est dirigé vers une personne spécifique, pour un sujet particulier et avec une conséquence positive particulière. Ensuite, laissez les participants s'exprimer entre eux. Ils sont libres de se mettre en petits groupes.

### LE GRAIN DE SEL D'ALEXANDRE

Plus un remerciement est spécifique, plus il apportera de la valeur à la personne qui va le recevoir. Invitez vos participants à être spécifique avec un exemple.

"Merci pour ton aide tout à l'heure" peut devenir "Merci de m'avoir conseillé pour l'astuce à la fin de la première session, cela m'aidera à..."

# UN DISCOURS !!



5 MN



Min 5  
Max 50



## LA DEMANDE DE DISCOURS

### LE DÉROULÉ

Demandez à vos participants de choisir une personne qui serait la plus appropriée pour faire un discours de fin devant tout le monde. Après confirmation, lancez l'appel "**Un discours, un discours!**"

### POUR FAIRE PRENDRE LA MAYONNAISE ?

Lorsqu'une personne est désignée par le groupe, assurez-vous après d'elle qu'elle est d'accord pour faire le discours. Si elle n'a pas envie, demandez aux participants de choisir une autre personne. Si personne n'est volontaire, n'ayez pas de crainte d'annuler l'exercice !



# COURSE AU HIGH FIVE



5 MN



Min 10  
Max 50



## UN MOMENT DE CÉLÉBRATION À TOUTE VITESSE

### LE DÉROULÉ

Dans ce temps limité, chaque participant doit aller faire un "high five" à un maximum d'autres participants (taper dans la main d'un autre participant qui en fait de même).

A chaque fois qu'un participant fait un high five, il dit à haute voix le chiffre correspondant au nombre de personnes à qui il a fait un high five.

Le but est que tout le monde finisse par avoir fait le tour avant la fin du temps imparti.

Cet exercice est rapide.

Environ 30 secondes pour 20 personnes.



# MERCI SILENCIEUX



8 MN



Min 10  
Max 50



## EXPRIMER SA GRATITUDE, DE MANIÈRE BRUTE

### LE DÉROULÉ

Demandez à chaque participant d'écrire un à plusieurs **post-its de remerciements** envers d'autres participants. Les remerciements sont individuels. Si quelqu'un souhaite remercier plusieurs personnes, il crée autant de post-its que nécessaires. Chacun donne aux autres ses post-its, en montrant ce qui y est écrit, mais sans parler.

### LE GRAIN DE SEL D'ALEXANDRE

La contrainte de rester silencieux et de ne s'adresser qu'à une seule personne à la fois rend l'expression du remerciement beaucoup plus personnelle, et avec plus de langage corporel (sourire, gestes, ...). C'est plutôt le **sentiment de gratitude** qui est exprimé de manière brute sans y ajouter trop de mots.



# JE TE PRÉSENTE



10 MN



Min 10  
Max 50



## DES RENCONTRES PAR LES AUTRES

### LE DÉROULÉ

Vos participants viennent de vivre une longue session, mais n'ont **pas forcément tous parlé entre eux**.

Cet exercice donne l'occasion de se rattraper et de **tisser du lien**.

Invitez les participants à se mettre en binôme avec quelqu'un avec qui ils ont passé du temps pendant la séance.

6 S'il y a une personne  
2 restante, un trinôme convient également.



Demandez ensuite à chaque binôme de trouver un autre binôme qu'ils ne connaissent pas.

Maintenant, demandez à chacun de présenter à l'autre binôme toutes les qualités observées chez son binôme pendant la session, et de ne donner le prénom qu'à la fin !

Cet exercice s'applique très bien à un meetup public ou à une réunion entre personnes qui ne se voient pas souvent.

## ÇA FAIT LE CAFÉ !

Pensez à diviser le temps de cet exercice en 5 temps :

1 temps pour la composition des binômes

4 temps pour chaque présentation (2\*2)

Cet exercice devient **plus excitant** si vous réduisez le temps et que vous prévenez les groupes que le temps est limité.

Si vous souhaitez pousser la mise en jeu jusqu'au bout (à manipuler avec parcimonie), vous pouvez même prolonger l'exercice en demandant à des nouveaux binômes à recomposer de présenter des personnes qu'on vient de leur présenter.







# QUELQUES EXERCICES POUR SE CONNECTER AU PRÉSENT

# ON S'ÉTIRE ?



1 MN



Min 1  
Max 50



## POUR DÉGOURDIR LE CORPS APRÈS UNE LONGUE SESSION

### LE DÉROULÉ

Après une longue session, invitez vos participants à prendre un moment pour s'étirer. Surtout si les personnes enchaînent les réunions, un petit étirement physique ou le fait de se lever aide à se recentrer.

### LA TOUCHE SUBTILE

Certaines compagnies aériennes font faire des mouvements de base de Tai Chi assis à leurs voyageurs de longs courriers en fin de vol, afin de réveiller physiquement les corps.

### CONSEIL DE CHEF ÉTOILÉ

Vous ne connaissez pas les conditions physiques de chacun.. Mieux vaut inviter chacun à choisir les étirements de son choix, avec des suggestions telles que "Comme si vous vous levez le matin", ou bien en ciblant "Après cette longue session qui rend rigide la nuque et où le sang ne circule plus dans nos jambes, étirons nous ensemble".



# LES CAFÉS

pour reprendre un peu d'énergie afin de se projeter sur les prochaines étapes dans le futur



## LIVRABLE COLLECTIF

Pour créer ensemble quelque chose qui pourra être partagé

## PROJECTIONS

Pour préparer les prochaines actions à lancer en sortie de l'événement



## SOUVENIRS

Pour immortaliser le moment

## TERMINONS AVEC UN CAFÉ

Clôturer une session, ce n'est pas juste **clôre le passé** ou célébrer le présent. C'est aussi, après un bon repas centré sur un objectif et dans un cadre, l'occasion de **se projeter vers le futur**.

Mais comment se donner de l'énergie pour se projeter ? Comment, en quelques minutes, pouvons nous préparer le futur proche ou lointain ? C'est tout l'objet des clôtures de type "Cafés", la petite dose qui nous tient prêt pour la suite.

Dans Cook Book, les cafés sont divisés en 3 catégories :

**Les Livrables collectifs** sont des moments de co-production. Ensemble, en cumulant le vécu de chacun, on peut créer ensemble quelque chose qui pourra être prêt à partager avec les absents. Dans les livrables collectifs, on retrouve le classique "compte rendu de réunion" (cette fois-ci produit collectivement !), mais aussi des productions moins formelles comme le générique de fin (utile pour matérialiser la reconnaissance des uns envers les autres). Le livrable collectif est un café qui donne de l'énergie pour en faire profiter les absents, ou bien l'énergie de revenir sur le contenu de la session plus tard.



**Les Projections** sont des exercices qui invitent les participants à imaginer le futur, presque à le vivre, pour mieux s'y préparer, ou se motiver pour la prochaine fois. Les projections sont presque une promesse de retour, et on y trouve des engagements (promesses sur gages), des mises en relation ("vous pouvez m'ajouter sur"), et des mini-brainstormings (panier à idées).

**Les Souvenirs** sont un classique des clôtures, pour immortaliser le moment avec par exemple des photos ou d'autres moments forts. Il ne s'agit pas là de servir un objectif opérationnel, ou bien de rapporter des informations particulières aux autres, ou même avoir des idées, mais de faire durer le moment au delà de la fin de session. Faire durer le moment passe par des émotions fortes, inoubliables, qui reviendront naturellement.



# QUELQUES EXERCICES POUR CRÉER UN LIVRABLE COLLECTIF

# COMPTE RENDU COLLECTIF



10 min



Min 4

Max 12



**EVITER LE TRAVAIL APRÈS SESSION, ET  
BOUCLER LE CR EN ÉQUIPE !**

## LE DÉROULÉ

Prenez une structure classique de compte rendu (par exemple, Moments clés, décisions, actions...) et faites le co-écrire en direct sur un outil collaboratif instantané. Donnez une limite de temps et faites plusieurs équipes. Proposez leur comme challenge de terminer le compte rendu avant le temps imparti pour ne pas avoir trop de travail accumulé en dehors de la session.

Faites une petite restitution rapide à la fin.

## UN CAFÉ QUI SE BOIT SANS SOIF

7 Cet exercice fonctionne mieux sur des équipes qui se  
2 connaissent. Attention, il peut dériver en discussion, au lieu de rester concentré sur la rédaction du compte rendu.

“ NE SOUS ESTIMEZ PAS  
LE **LIVRABLE COLLECTIF**.  
TRÈS SOUVENT, ÇA  
FAIT L'CAFÉ !

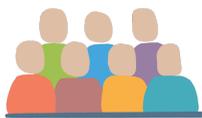
”



# GÉNÉRIQUE DE FIN



10 min



Min 5  
Max 50



**PARCE QUE TOUTE CONTRIBUTION MÉRITE MENTION !**

## LE DÉROULÉ

En 2 temps : Demandez aux participants de choisir le nom de plusieurs autres personnes, présentes ou non, qui ont **contribué directement ou indirectement au résultat du jour**. Chacun doit alors trouver un nom de poste qui correspond à la contribution de la personne. Par exemple, si Fleur BOULANGER a contribué sur la priorisation des sujets, le nom de poste pourrait être "Priorisatrice en chef". Demandez aux participants de vous envoyer les noms + postes.

Par exemple :

Fleur BOULANGER - Priorisatrice en chef

Jean BON - Metteur d'ambiance

Harry AULAIT - Talent des slides

Rangez les noms par ordre alphabétique des prénoms (idéalement), vous aurez très rarement le temps de classer les postes ensemble.

A la fin de la session, diffusez le générique. Il peut s'agir de montrer la liste statique (si vous n'avez vraiment pas les moyens), ou bien la faire défiler lentement (par exemple dans le cas d'un atelier à distance).

## LE DÉROULÉ

Il est important de bien ranger les noms, particulièrement lorsqu'il y a beaucoup de personnes, car les participants **ont plaisir à se retrouver** dans la liste.

Entraînez vous à faire cet exercice AVANT le jour même, afin de bien maîtriser le processus de création de générique. Il y a beaucoup de tutoriels et d'outils gratuits disponibles sur Internet.



11  
BARBARA ADAM - VIOLENE BARADUC  
MARIE-FRANCE ENRIER - EMMANUEL CAPPELLIN  
ANNA CHENARD - STELLE EDONOVIC  
MILA GONNARD - ALLYSON LUCHAK  
NINA MONTAUDO - ANNE SCHIET  
ISABELLE VAYRON DE LA MOUREYRE

12  
MELINA HUIST - MARINE COSTAGALI  
REGANE PARADIS

13  
Chef d'entreprise - chef de projet et pilote de sale  
JEREMY FRY - Cécile HENRI-BARILLO  
ANTOINETTE HUBERTS - THOMAS MELLEET  
DAVID PERRIER - BAPTISTE ROQUE-FAUCONIER  
DAMIEN FERREBINI - GUILLAUME VYAT  
RÉMY DE VILGIES - ASSASSION INTERPAL

14  
2<sup>e</sup> assistante coproductrice scriptes de court  
Mélanie de Bretteville  
SARAH CARRENE - ANTOIN CLASSE

Documentaliste  
JULIEN MAS

ESAI ET PROTOCOLES TECHNIQUES INTERVIEW  
Documentaliste  
DOMINIQUE GENTIL - A.F.C  
Chef d'entreprise - chef de projet  
JEREMY FRY - ANTOINE CHOUQUENAU  
1<sup>er</sup> assistant coproducteur scriptes de court  
SEBASTIEN SAADOUN  
Chef d'entreprise - chef de projet  
DAVID RET  
JONATHAN DUBOIS



# QUELQUES EXERCICES POUR SE PROJETER DANS LE FUTUR

# PANIER À IDÉES



5 mn



Min 8  
Max 50



**Faites un don pour la quête, un don d'idées !**

## LE DÉROULÉ

Faites passer un panier pour la quête... la quête à idées !  
Donnez aux participants de quoi écrire. Invitez les participants à écrire des idées pour améliorer le sujet qui a été abordé dans la session dans un futur proche.

Faites ensuite passer parmi eux un panier pour la quête à idée.



## VARIANTES

Vous pouvez appliquer ces règles indépendamment :

1. **Une idée à la fois** : Chacun est invité à déposer une seule idée et doit attendre le prochain tour pour en déposer une autre.
2. **Blocage et idée minimum** : Si un participant n'a pas d'idée à mettre, le panier s'arrête à son niveau. Les autres participants doivent l'aider à trouver une idée à mettre.
3. **Temps limité** : Faites passer le panier en un temps limité.
4. **Panier chaud** : Chacun désigne la prochaine personne à recevoir le panier.

## POUR PIMENTER UN PEU

Cette exercice s'inspire de ce qui se fait chez certains artistes ambulants (faire passer un panier après le spectacle) ou dans certaines cérémonies religieuses ou traditions culturelles.

Le "panier" matérialise le sens de la contribution au collectif, et est une invitation silencieuse mais non moins efficace

Vous n'êtes pas obligé de faire la restitution du panier à idées. Vous pouvez juste afficher les résultats la prochaine fois ou d'ici la prochaine session.

# WHAT'S THE SIGNAL



8 mn



Min 3  
Max 50



## RESTONS EN CONTACT !

### LE DÉROULÉ

"On reste en contact ?", "On se tient au courant", "On se tient au jus", "On verra entre nous la prochaine fois"...

Tant de formulations qui supposent une prise de contact future entre les participants. Mais parfois, cela se termine sur une inertie parce qu'on n'a pas tous les noms, ni tous les numéros, ou bien parce qu'on ne se souvient pas de tous les participants...

Bref : **Prenez les devants** et réservez un créneau pour créer un groupe de discussion en messagerie instantanée, qu'il s'agisse de la messagerie d'entreprise ou d'une application de messagerie sur téléphone.

Prévenez qu'un groupe de discussion peut être éphémère, mais quand même utile même lorsqu'il est éphémère.

## LE GRAIN DE SEL D'ALEXANDRE

Pour des raisons de respect et de confidentialité, demandez AU PRÉALABLE aux participants s'ils seraient d'accord pour partager leurs coordonnées. En effet, certaines personnes peuvent considérer la constitution de ce groupe comme un dérangement supplémentaire à gérer. D'autres préfèrent juste ne pas partager leurs informations avec n'importe qui et faire des partages individuels.

Dans le cas où cette idée ne fait pas l'unanimité, proposez de créer un groupe avec les personnes volontaires pour partager leurs informations, et invitez les autres à proposer un **autre moyen pour se synchroniser.**



# PROMESSE SUR GAGE



5 MN



Min 2  
Max 20



## QUI OSERA S'ENGAGER ?

### LE DÉROULÉ

Proposez aux participants un petit enjeu sur les actions à venir : Les volontaires s'engagent **DEVANT TOUT LE MONDE** sur une action de leur choix pour une date de leur choix, et à un gage (également exprimé devant tous) si l'action n'est pas tenue. L'engagement auprès de relations est un des motivateurs les plus puissants pour inviter à l'action, particulièrement s'il est volontaire, et drôle de surcroît.

### LA CERISE SUR LE GÂTEAU

Mieux vaut choisir des gages drôles ou conviviaux. Par exemple "Si je n'ai pas terminé cette action à la fin du mois, je vous paye deux tournées. Et si je l'ai terminée, je ne vous en paye qu'une."

Laissez à chacun la liberté de choisir son gage. Régulez les gages qui peuvent être dommageables.

Pour éviter une pression inutile et des faux engagements, cet exercice doit rester sur la base du volontariat.



# AJOUTEZ MOI SUR !



5 min



Min 5  
Max 100



## POUR FAIRE DURER LE RÉSEAU PLUS LOIN QUE LA SESSION

### LE DÉROULÉ

Pour que les participants puissent garder le lien après l'événement, vous pouvez réserver un créneau pour qu'ils s'ajoutent les uns les autres sur les réseaux sociaux sans obligation.

Le déroulement de cet exercice est le suivant : Chacun écrit sur un post-it "vous pouvez m'ajouter sur " + le nom d'un réseau social de son choix + le nom de son compte et le colle sur un mur.



Ensuite, **tous les post-its sont posés en même temps** et les participants peuvent s'ajouter les uns les autres.



**QUELQUES EXERCICES  
POUR IMMORTALISER LE  
MOMENT ET SE CRÉER  
UN SOUVENIR**

# PHOTO DE CLASSE



5 min



Min 2  
Max 100



## UNE IMAGE DIT MILLE MOTS, UNE PHOTO RAPPELLE MILLE VISAGES

### LE DÉROULÉ

Vous vous souvenez de la photo de classe?

La photo de groupe dans les mariages ?

La photo de groupe dans les voyages ?

Vous avez compris l'exercice ! Il n'a rien de compliqué ni de difficile et il est souvent utile.



# J'Y ÉTAIS !



10 min



Min 10  
Max 100



## LA FEUILLE DE PRÉSENCE...EN BEAUCOUP PLUS SYMPA !

### LE DÉROULÉ

Demandez aux participants de sélectionner dans la salle **un élément clé** qui permet d'identifier l'événement du jour. Par exemple, le logo de l'événement ou bien un calendrier, ou bien un objet marquant dans la salle (cela peut même être le buffet), ou même une personne symbolique de l'événement.

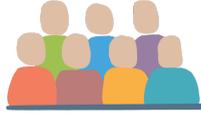


Les participant doivent alors **prendre une photo avec l'objet ou la personne** en le montrant, et le poster sur les réseaux sociaux avec le texte "{Nom de l'événement}, j'y étais !". Par exemple "Le lancement de Closing Cook Book en librairie en 2022, j'y étais !" avec une photo de soi en librairie du Cook Book ou d'un panneau dans les mains, ou bien d'un dessert (bien plus drôle mais plus difficile)?

# LES 4 PHOTOS



2 min



Min 3  
Max 100



## UN SOUVENIR VISUEL DE PLUS EN PLUS FORT

### LE DÉROULÉ

Demandez aux participants de se préparer à une photo de groupe.

Prévenez les qu'il y aura 4 photos sans décrire lesquelles, juste qu'elles seront prises à la suite.

Dites leurs que vous leur donnerez l'instruction et qu'ils auront 5 secondes pour prendre la pose.

Première photo, dites "Faites une tête souriante normale" puis comptez à rebours "5, 4, 3, 2, 1..." \*prenez la photo\*

Seconde photo, dites leur "Prenez un air méchant" puis comptez à rebours "5, 4, 3, 2, 1..." \*prenez la photo\*

Troisième photo, dites leur "Prenez l'air fous et folles" de même compte à rebours et photo

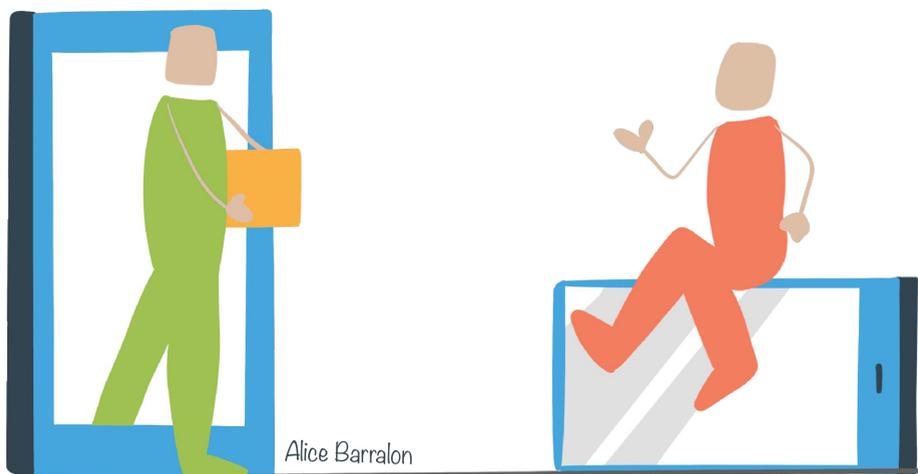
Dernière photo, dites leur "Maintenant, rendez fou quelqu'un d'autre !"

Compte à rebours encore.

Cet exercice de photos successives et de compte à rebours pousse à monter progressivement en puissance, tout en écourtant le temps de décision, ce qui réduit les chances de réticences. La réticence n'a pas le temps de s'installer car le compte à rebours déclenche des décisions presque machinalement.

## CONSEIL DE CUISTOT

A manipuler avec précaution selon le public. Surtout demandez avant toute chose qui souhaite participer à la photo de groupe.



# BÊTISIER DE SOI MÊME



10 min



Min 4  
Max 15



## RIRE DE SOI-MÊME EST LE MEILLEUR USAGE DE SES GAFFES

### LE DÉROULÉ

Pendant l'événement ou la session qui vient de passer, il y a certainement eu des moments drôles, des grosses bourdes, des gaffes surprenantes (mais non dommageables).

Demandez aux participants qui le souhaitent de trouver "un moment qui aurait sa place dans le bêtisier" avec la condition de "choisissez uniquement un ou des moments dont vous êtes à l'origine, pas une bourde ou une gaffe des autres".

Par exemple "Au milieu de l'atelier, j'étais à l'ouest pendant 5 minutes et j'ai dit n'importe quoi" ou bien "pendant le jeu, j'ai fait n'importe quoi parce que j'ai pris le mauvais objet".

Ensuite, faites lever la main aux personnes qui ont trouvé ces moments, et faites un tour de table (ou bien des tours de table en petit groupe si vous êtes nombreux).

Cet exercice demande un certain niveau d'humilité et de confiance entre les participants, qui doivent pouvoir s'accepter les uns les autres (et eux-mêmes), et leurs erreurs, avant d'entrer dans ce type d'exercice.

## CONSEILS

Il est important de bien préciser l'aspect "de soi-même" pour éviter de tourner ce moment en lavage de linge sale en public, insultes ou critiques. Invitez les participants à mettre en avant des moments "gênants" sur le moment pour eux mêmes et pas pour les autres, et qui ne soit pas non plus trop gênant à raconter.

Assez finement, cet exercice célèbre l'acceptation des imperfections et le lien entre les personnes. Tous les publics n'y sont pas prêts. Cet exercice fonctionne mieux sur des groupes qui se connaissent.



# SELFIE



5 MN



Min 2  
Max 20



## QUELQUES MINUTES POUR ÊTRE CRÉATIF VISUELLEMENT !

### LE DÉROULÉ

Choisissez un thème commun, qui fera office de défi, et demandez aux participants de prendre un selfie qui illustre ce thème.

Par exemple : "Froid" aboutira probablement à des participants qui mettent leurs manteaux et font semblant d'avoir froid, "Art" invitera les participants à prendre des poses connues d'oeuvres artistiques. Les participants ont quelques minutes pour se concerter et envoyer leur selfie dans la limite du temps imparti. Ils vous envoient ensuite le selfie ou bien le postent sur les réseaux sociaux.

### 9 LA CERISE SUR LE GÂTEAU

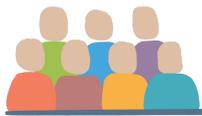
1 Vous pouvez choisir plusieurs thèmes et un thème différent s'il y a plusieurs équipes.



# CADEAU À SOI-MÊME



2 MN



Min 1  
Max 100



## LA GRATITUDE, C'EST AUSSI ENVERS SOI-MÊME

### LE DÉROULÉ

On ne prend pas assez souvent le temps de **remercier les autres**, c'est le sujet de beaucoup de closings.

On prend encore moins souvent le temps de se **remercier soi-même**.



Demandez aux participants d'écrire un message qu'ils liront plus tard (ils peuvent se créer un rappel sur le téléphone).

Un exemple :

"Hello Jeanine ! Tu te rappelles du 04 août 2021 ? Tu as vraiment bien assurée ce jour là, eu beaucoup d'idées et réussi à faire avancer les autres ! "

avec un rappel le 18 août.

“

NON ! NON ! NON ! À  
L'INDIGESTION !

”



COMMENT  
ÉVITER DE  
RATER  
VOTRE  
CLÔTURE

## LES OBSERVABLES EN FIN DE SESSION

Tout comme pour **l'ouverture de session**, vous pouvez observer des signes en fin de session sur votre audience. Voici quelques axes d'observation :

- Fatigue (physique, cérébrale) ou excitation
- Proximité ou distance
- Envie de se rapprocher ou de s'éloigner (à distinguer de proximité ou distance, qui est un état)
- Émotions exprimées ou bien non-dits / non exprimées
- Sentiment de satisfaction par rapport à l'exercice passé ou de frustration
- Fatigue émotionnelle (besoin de repos, d'éloignement)

Niveau d'alignement du groupe : Sur chacune de toutes ces dimensions, **est-ce que le groupe est homogène** ? Par exemple, pour la fatigue, est-ce que les participants sont tous fatigués ou bien moitié moitié ? Et pour les émotions exprimées ?

La difficulté pour vous ensuite réside dans votre capacité à **observer, évaluer, estimer toutes ces dimensions en même temps**, et ensuite de prendre une décision en combinant à votre effet voulu. Pour cela vous trouverez dans les pages suivantes un outil d'aide à la décision rapide !

“

VOUS ÊTES  
FATIGUÉS !

”



Alice Barralon

## NE NÉGLIGEZ PAS LE RELÂCHEMENT

Quand on imagine **un moment d'intelligence collective**, on s'imagine peut-être un atelier, des personnes qui travaillent ensemble, qui **se coordonnent**, de manière consciente ou inconsciente...

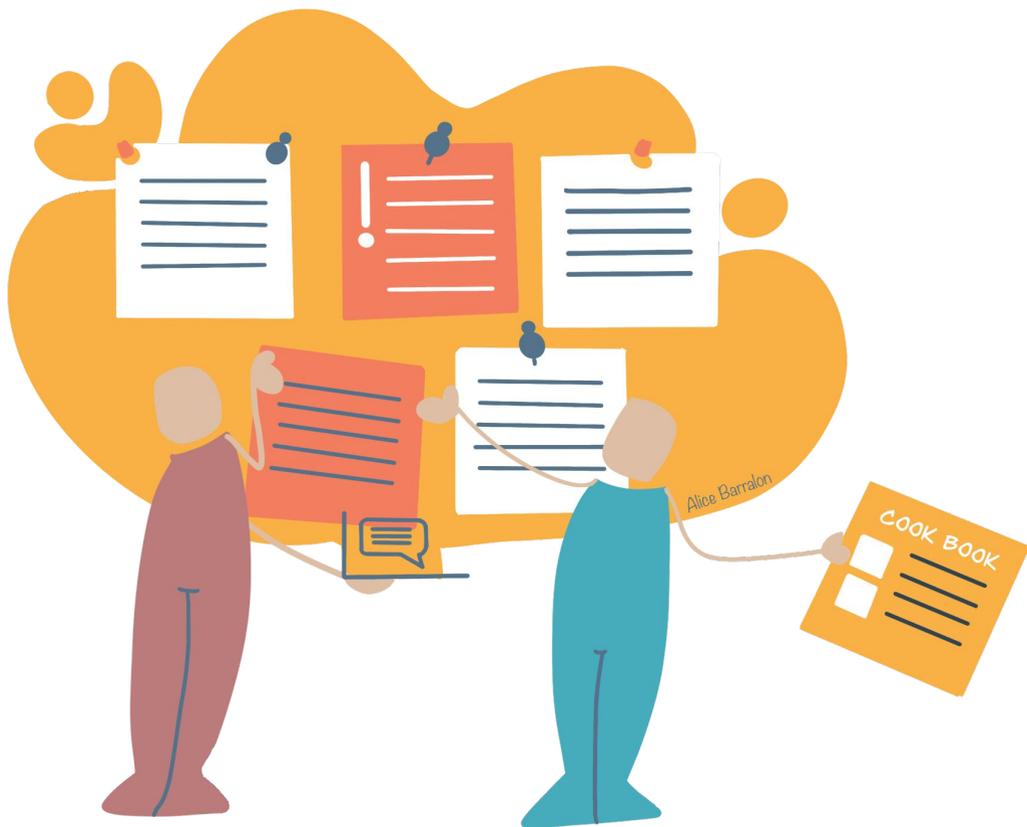
Dans tous ces scénarios, **l'intelligence collective**, planifiée ou émergente, est celle de personnes actives et volontaires **pendant** l'événement.

Mais qu'en est-il des **fins de sessions** ? De ces moments où le travail est derrière soi, où on a accompli quelque chose et où on attend de se reposer? Là où on s'attend à ce que le collectif disparaisse est peut-être le moment où le collectif est le plus fort.

Pourquoi ? Parce qu'il s'agit d'un **moment de relâchement**, un moment où chacun est déjà dans un état où il s'apprête à rentrer chez soi et reprendre ses habitudes.

**Dans ce moment de relâchement, on ne fait plus, on est.**

Après la session de travail, les participants sont beaucoup **moins sous tension** : ils sont beaucoup plus eux-mêmes que lorsqu'ils sont dans un exercice d'adaptation à une tâche collective, donnée par quelqu'un d'autre.



C'est dans cette forme de sincérité que des connexions différentes, informelles, **plus authentiques** peuvent naître. En tant qu'animateur, il est important de bien considérer la différence entre un groupe sous tension et un groupe relâché.

A vous alors de choisir la bonne clôture, la bonne combinaison en fonction des résultats souhaités !

”  
N'ANNONCEZ PAS TROP TÔT LA FIN.  
CELA PEUT CRÉER DE LA  
FRUSTRATION PAR RAPPORT AU  
RELÂCHEMENT DONT LES  
PARTICIPANTS ONT BESOIN.  
“



## UN CAFÉ PAS SI GOURMAND QUE ÇA...

"Qui fait le **compte rendu** ?" (pendant que tout le monde s'en va) "Non sérieusement **qui le fait** ?"

"Vous ne voulez pas rester pour l'**exercice de projection** dans le futur ?" (juste après avoir annoncé qu'on était en retard pour le déjeuner)

“ POUR ÉVITER CELA ?  
MON SECRET :  
UN CAFÉ BIO! ”



## UN DIGESTIF... PAS SI DIGESTE

"Merci Jeanine pour cette remarque de debriefing et cette anecdote de plusieurs minutes. Bon on a écoulé le temps, **les autres vous parlerez une autre fois.**"

"Vous êtes épuisés physiquement et cérébralement, mais bravo la session est finie ! Faites attention sur la route pour ceux ou celles qui prennent la voiture ce soir"

“ TANT PIS POUR LE DÉBRIEFING, VOUS DÉCOUVRIREZ PLUS TARD CE QUE VOUS AUREZ APPRIS ”



ET SI VOUS  
DEVENIEZ

CHEF ÉTOILÉ

EN ÉCOUTANT  
VOS ÉMOTIONS ?



## LE PORTE ÉPICE, LES ARÔMES DU CLOSING

Pour choisir une bonne clôture, un animateur prendra souvent en compte un critère de temps et l'effet qu'il souhaite avoir. Parfois, il préférera choisir une clôture selon **les saveurs** qu'elle porte, c'est-à-dire les sentiments vécus par ses convives.

C'est pourquoi, dans Closing Cook Book, au delà des catégories présentées dans **la pièce montée**, nous proposons également des saveurs que vous pourrez identifier visuellement sur les pages présentant les exercices de clôture.





**Le piquant** : L'énergie et l'excitation ! C'est le feu ! Ce sont les exercices qui chauffent, envahissent le corps et donnent de l'énergie aux individus et au collectif.



**L'acide** : La stimulation et la surprise. L'acide déstabilise, fait réagir, attire l'attention. Ce sont les exercices avec un petit ou grand choc.



**Le salé** : La convivialité et le partage. Le salé rassemble les individus, les met dans un environnement "à la bonne franquette".



**Le sucré** : L'envie et la satisfaction. Les clôtures sucrées emmènent les participants vers une petite satisfaction qui en appelle d'autres !



**L'amer** : Le réalisme nourrissant. Les clôtures amères sont parfois nécessaires. On n'y prend pas toujours goût, mais on sent qu'elles font avancer.



**L'Umami** : L'apaisement et le calme. Les clôtures umami ont une douceur subtile. On s'y sent bien sans forcément vouloir autre chose. Elles sont parfois assez subtiles pour laisser à la frontière de la satisfaction.

# DÉCOUVREZ NOS FORMULES

## PRINCIPE

Pas le temps de faire une sélection détaillée ?

Vous trouverez dans la section suivante des formules, qui sont des combinaisons toutes prêtes de plusieurs clôtures que nous avons composées pour vous.

Chaque formule a son petit nom et un descriptif qui vous aidera à décider.

Les formules peuvent mélanger les saveurs ou bien les types de clôtures (digestifs, desserts, cafés)

Nous espérons que la composition de ces formules vous invitera à votre tour à créer les vôtres, à devenir créatif à la fois dans les clôtures et dans vos choix.



## LA CLASSIQUE

La Classique est une formule connue de beaucoup, qui innove peu. A force d'être une habitude, facile à revivre, elle devient une valeur sûre, même si elle n'est pas mirobolante. Bref, cette formule fait le travail.

## DIGESTIFS

### 1. TOUR DE TABLE

## DESSERTS

### 2. UN DISCOURS

## CAFÉS

### 3. LEVER SON VERRE



# LA MÉMORABLE

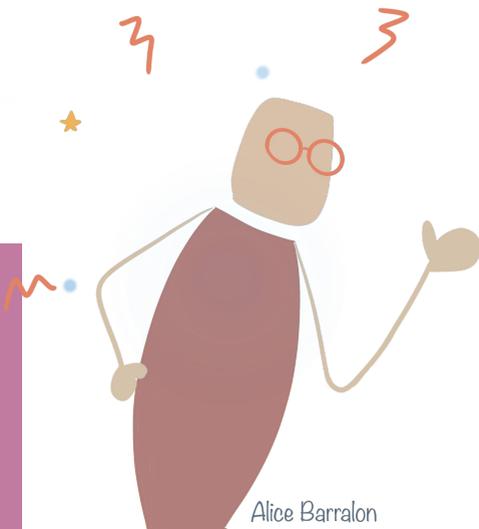
La Mémorable veut créer des souvenirs. Et elle le fait sur plusieurs niveaux, de l'individuel au collectif, avec une fin pleine de promesses... sur gage !

## CAFÉS

1. CADEAU À SOI-MÊME
2. J'Y ÉTAIS
3. SELFIE À THÈME
4. 4 PHOTOS
5. PROMESSE SUR GAGE

**Mais Mais mais ?!!**

Oui vous avez bien lu !  
cette formule aligne 5  
cafés ! Il faut bien savoir  
sortir du cadre ;)



## LA SOCIALE

La Sociale est la formule dédiée au lien, à la convivialité et au sentiment d'appartenance. Avec un départ très simple, et une fin unifiante, elle mêle promesse de se retrouver et gratitude d'avoir été ensemble.

## DESSERTS

1. REMERCIEMENTS SILENCIEUX
2. JE TE PRÉSENTE

## CAFÉS

3. PHOTO DE CLASSE
4. WHAT'S THE SIGNAL



## LA CRESCENDO

Énergique, la Crescendo ne laisse pas les participants s'endormir ! Idéal pour être bien en forme avant une soirée d'échanges, elle commence doucement et est très émotionnelle.

## DESSERTS

1. REMERCIEMENTS SILENCIEUX
4. COURSE AUX HIGH FIVE
5. CHANTER SANS LA PLUIE

## CAFÉS

2. J'Y ÉTAIS
3. LES 4 PHOTOS



## L'ANTI-DOULEUR

L'Anti-douleur est faite pour décanter de sessions aux émotions difficiles. Elle commence par des exercices symboliques où chacun travaille sur son vécu, pour ensuite enchaîner sur du collectif, de la positivité, et finir sur une touche apaisante

### DIGESTIFS

1. JETER SES POUBELLES
2. JE PARDONNE
3. RÉNOVATION

### DESSERTS

4. ÉTIREMENTS

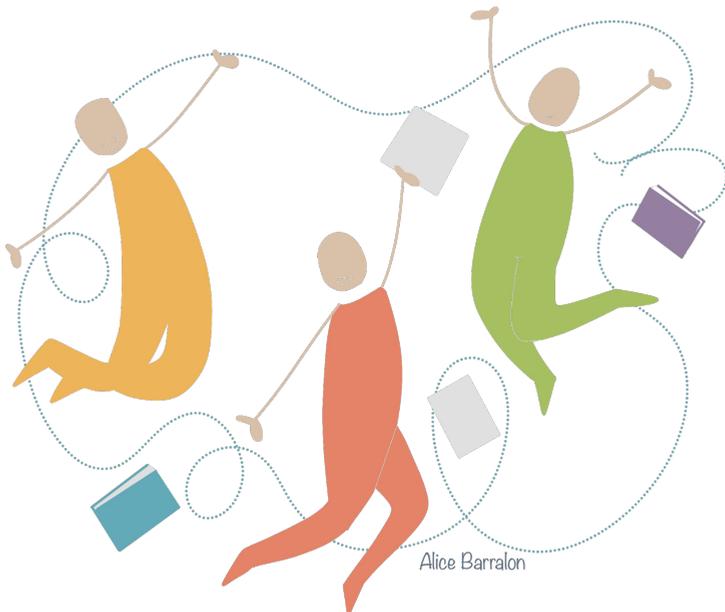


## LA RIGOLOTE

Et si c'était le moment de se lâcher ? Le travail est terminé ! On a bien mérité un moment de rigolade ! C'est bien parti : la Rigolote est là pour ça, osée, conviviale et joyeuse.

### CAFÉS

1. BÊTISIER DE SOI MÊME
2. PROMESSE SUR GAGE
3. SELFIE À THÈME
4. 4 PHOTOS



## LA RELATIONNELLE

La Relationnelle fait prendre du recul sur la relation aux autres, et permet de retisser du lien entre les individus (plutôt qu'entre l'individu et le groupe). Parfaite pour un moment Networking, dans le bon sens du terme, la relationnelle combine gratitude et projection dans l'avenir

### DESSERTS

1. MERCI
2. JE TE PRÉSENTE

### CAFÉS

3. VOUS POUVEZ M'AJOUTER SUR



# LA COMPLÈTE

La Complète est multi-aspect, et vous apportera à la fois de la productivité, du fun, du lien, de la vie intérieure et de la stimulation !

## CAFÉS

1. COMPTE RENDU COLLECTIF
2. J'Y ÉTAIS

## DESSERTS

3. MERCI POUR
4. CHANTONS SANS LA PLUIE



## LA PROMETTEUSE

On finit, mais ça n'est pas fini ! La Prometteuse accumule des promesses pour le futur, et donne envie de revenir, tout comme un cliffhanger d'épisode de votre série préférée !

### CAFÉS

1. MESSAGE CADEAUX À SOI MÊME
2. PANIER À IDÉES
4. PROMESSE SUR GAGE
5. WHAT'S THE SIGNAL

### DESSERTS

3. DEBRIEFING = DEBEIRFING CARDS



## L'INTROSPECTIVE

L'Introspective permet de regarder à l'intérieur, et de le travailler. C'est une expérience collective de développement personnel, avec assez peu de moments d'interactions directes, mis à part le fait d'être ensemble. Et bien sûr, elle finit sur une reconnexion au présent et un petit moment collectif !

### DIGESTIFS

1. JETER SES POUBELLES
2. RÉNOVATION
3. MINUTE DE SOURIRE

### DESSERTS

4. ETIREMENTS

## LA CALME

Après toute une journée à parler et s'exprimer, des moments de silence sont parfois les bienvenus. La Calme est toute dédiée à cette dimension là, tout en restant productive, relationnelle, et bien naturellement apaisante.

### DIGESTIFS

1. MINUTE DE SILENCE

### DESSERTS

2. REMERCIEMENTS SILENCIEUX
3. ETIREMENTS

### CAFÉS

4. PANIER A IDEES

## LA PERFECTIONNISTE

La perspective de s'améliorer est une très belle façon de finir. La Perfectionniste vous combine plusieurs moments de préparation à un futur meilleur, de manière alternativement interactive, introspective, et productive

### DIGESTIFS

1. RÉNOVATION
2. PERFECTION GAME

### CAFÉS

3. PANIER A IDEES
4. PROMESSE SUR GAGE



## L'INTERACTIVE

L'Interactive est parfaite pour ancrer des petits groupes, elle permet de faire un tour à la fois productif, reconnaissant, relationnel et forge des relations.

### DESSERTS

1. MERCI POUR

### CAFÉS

2. SELFIE À THÈME

3. VOUS POUVEZ M'AJOUTER SUR

## LA PRODUCTIVE

Le travail, ça s'arrête seulement à la dernière minute ! La Productive est une formule qui exploite la présence jusqu'au bout ! On aura bien le temps de célébrer après notre satisfaction d'avoir bien fait le travail !

### CAFÉS

1. PANIER A IDEES
3. PROMESSE SUR GAGE

### DESSERTS

2. R.O.T.I



## LA CÉLÉBRANTE

Nous ne sommes pas là pour toujours, et ces moments uniques méritent d'être savourés, célébrés, remémorés. La Célébrante vous donne l'occasion de vivre cette fin comme elle le mérite !

### DESSERTS

1. MERCI POUR
2. GÉNÉRIQUE DE FIN
4. LEVER SON VERRE
5. CHANTONS SANS LA PLUIE

### CAFÉS

3. PHOTO DE CLASSE



## N'OUBLIONS PAS LA SOUPE À L'OIGNON !

Une bonne soirée entre amis se termine au petit matin autour d'**une bonne soupe à l'oignon**, avec les plus hardis. Il en va de même pour nos ateliers et autres réunions !



La session est donc **correctement clôturée**, les participants peuvent continuer leur vraie vie. Mais **le travail des animateurs n'est pas terminé...**

Il faut penser au **débriefing à froid** ! Sans celui-ci, le travail des animateurs **ne sera pas pleinement efficient** !

De la même façon que la session avait en fait commencée bien en amont, avec sa préparation, il faut s'offrir l'opportunité unique de **prendre de la hauteur** sur ce moment pour préparer ceux qui suivront.

Ce temps peut avoir lieu 10 minutes après la fin officielle de la session ou le lendemain : il faut souffler, laisser retomber la pression, s'aérer l'esprit, prendre du recul... sans toutefois trop traîner pour pleinement profiter de la présence des personnes utiles à cette rétrospective tant qu'elles sont disponibles !

“ N’OUBLIEZ PAS LE DÉBRIEF À  
FROID SUR LA PRÉPARATION  
DE LA SESSION ELLE-MÊME !

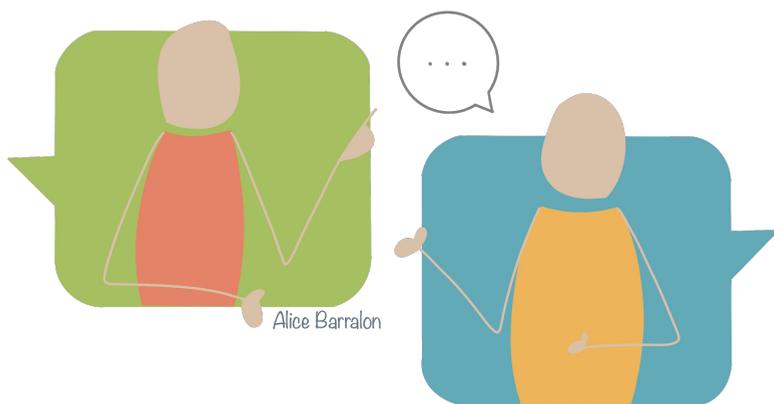
”



L'objet de ce moment n'est de clôturer la session avec les participants, mais bien d'identifier **les axes d'amélioration sur la préparation de celle-ci** entre animateurs.

Vous pourrez utiliser les activités proposées plus haut dans l'ouvrage pour composer une **soupe à l'oignon digne de ce nom**. Par exemple :

- Un dessert pour célébrer le moment qui vient de se terminer,
- Un digestif pour partager les apprentissages et les options d'ajustements pour le futur,
- Un café pour capturer toutes les informations partagées et être capables de s'y référer pour la prochaine session.



Au fait ! Avez-vous remarqué ces Meetup où les hôtes et animateurs sont **les derniers à se déconnecter ou à quitter la salle** ? Ce n'est pas uniquement par politesse ! Ils attendent en fait que tout le monde soit parti pour, enfin, pouvoir **déguster leur soupe à l'oignon**. Vous pouvez peut-être leur demander d'en avoir une rasade, pourquoi pas ?

“

**C'EST LA FIN DES HARICOTS  
!...ET DE CE LIVRE ! ET VOUS ?  
MAINTENANT QUE VOUS ÊTES  
EXPERTS DU CLOSING...  
COMMENT LE CLÔTURERIEZ  
VOUS ?**

”



## MAIS OÙ EST L'APPLAUDISSEMENT ?

L'applaudissement est un rite qu'on peut retrouver dans énormément de moments collectifs.

Nous avons décidé de ne pas le mettre dans le Closing Cook Book, alors que nous mettons beaucoup d'autres classiques, car nous considérons ce rituel plutôt naturel et tellement lié au moment qu'il n'est mentionné nulle part. Potentiellement, l'applaudissement est partout, mais comme tout dessert, attention à ne pas trop en abuser !

De même, nous n'avons pas mis les fous rires, les blagues spontanées, les rebonds, et préférons laisser ces instants conviviaux à la spontanéité du repas !



## UN GRAND MERCI !

Un grand MERCI aux contributeurs des cook books sans qui vous ne liriez pas ces lignes.

Un autre grand MERCI au groupe "les gourmets" qui offrent tellement de matière à réfléchir au quotidien.

Et enfin un énorme MERCI à toi cher lecteur car finalement si tout ceci a lieu, c'est bien grâce à toi !



# COOK BOOKS

LA SÉRIE FAITE POUR VOUS ACCOMPAGNER  
DANS VOTRE PROGRESSION VERS  
L'INTELLIGENCE COLLECTIVE



LE RESTE DE LA COLLECTION À PARAÎTRE

**BONUS**

**WEB**

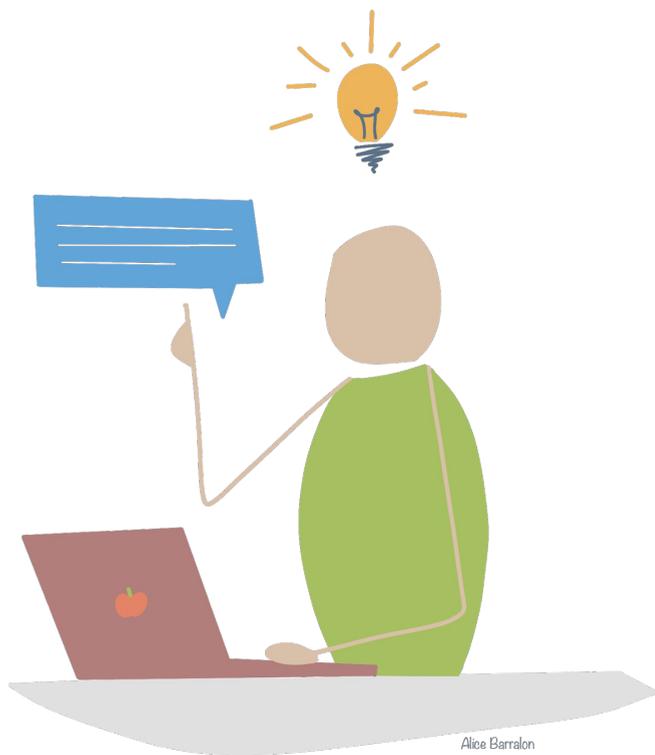
**BONUS**

**WEB**

**BONUS**

## UNE PETITE HISTOIRE, CA VOUS TENTE ?

**Scène** : Deux accompagnants à la transformation, un espace café, un temps de pause au milieu d'une journée à remous...



- J'ai encore des problèmes de posture dans l'équipe [...], **ils auraient besoin d'être formés** ou au moins de prendre des repères sur [...]

4

- Ah tiens j'ai le même soucis un peu chez [...], et je me suis dit que j'allais t'en parler parce qu'on pourrait justement mettre en commun nos forces et faire d'une pierre deux coups **avec un événement**.

- A quoi tu penses ?

- J'imaginai un atelier, on commencerait par **un Ice Breaker** qui [...] et ensuite **une activité** [...]. Qu'est ce que t'en dis ?

- Pas mal. Et comment on finit ?

- Comment ça "**comment on finit**" ? Je t'ai dit l'Ice Breaker [...] qui les réveille et l'activité de [...], ça leur permet de travailler [...]

- Et bien comment finit-on la session ? Comment est-ce qu'ils digèrent tout ce qu'ils auront fait ? Vers quoi tu les emmènes ensuite ?

- Ah ça, **on verra bien si on a le temps**. Déjà faisons les venir. J'ai pensé à faire quelques images sympas et j'ai un petit pitch prêt.

- Ok très bien allons-y.

[...] Quelques jours passent, on prépare l'Ice Breaker et l'atelier. Ensuite après 80% du travail, on complète lentement par petites touches jusqu'à la date fatidique [...]



## ET MAINTENANT...

L'événement a lieu. **L'icebreaker et l'atelier semblent s'être bien déroulés.** En session, nous avons couru derrière la montre jusqu'à la fin. Pas vraiment eu le temps pour un debriefing, à part un petit :

**"Alors qu'est ce que vous en avez pensé ?"**

où deux trois motivés ont pu s'exprimer devant les autres avec de concis **"C'était bien."** ou **"A refaire c'est sûr"**, le tout dans la limite du temps imparti (le fameux "bon il reste 2 minutes avant d'aller manger").



Pas vraiment eu l'opportunité de décanter plus de détails.

Pas grave, on relancera avec un mail de remerciements aux participants et si on en a le courage on y mettra un petit sondage.

La suite de l'histoire est un peu plus étalée dans le temps que des dialogues.

Une fois l'événement terminé, **l'énergie retombe**. Il n'y a plus rien de très excitant à imaginer. Nous n'avons plus d'attention à capter, plus de délai à vraiment tenir. L'équipe ou les participants ont envie de revenir à leur quotidien, au moins pour s'y reposer. Ce qui reste ressemble surtout à de la corvée.

L'équipe d'organisation tarde à produire un sondage, mais un dernier coup de collier nous permet de le sortir en moins d'une semaine ! C'était moins une, et pas facile après l'événement, parce que la vie reprend.

En effet, **tout le travail** qu'on avait mis de côté pendant l'événement **est revenu sur nous** comme les torrents d'eau d'un barrage qu'on aurait trop longtemps maintenu fermé. Bonjour le document à finir qu'on avait mis de côté ! Et les mails empilés qu'on n'a pas regardé, les voici ! Au fait où en étions-nous dans ce dossier ?

Et hop, le tourbillon reprend, on se donnera un coup de stress au prochain événement, **d'ici là, gérons nos affaires courantes.**

Qu'est-il advenu du fameux sondage ? Trois répondants en 3 semaines sur trente participants. Pas grave, on fait discrètement passer ça sous le tapis. De toute façon on a encore quelques souvenirs "**Les gens étaient contents**", "Et il y a même un tel qui a reparlé de [...]".

La conséquence d'ici le prochain événement ? De vagues souvenirs du précédent. Et puis il y aura des nouveaux qu'il faudra reformer. On s'est bien fatigués dans cette histoire, mais on aura rechargé d'ici là.

**Est-ce que l'événement a vraiment eu des effets ?** Si oui lesquels ? On verra bien avec le temps.



“

**MORALITÉ : BIEN  
TRAVAILLER SA  
CLÔTURE DE  
SESSION, C'EST  
ESSENTIEL !**

”