



# A vélo ou en canoé



2 à 99 personnes

10 - 20 minutes

Difficulté 1 sur 3

Cette méthode permet de relire son année individuellement.

## Principe

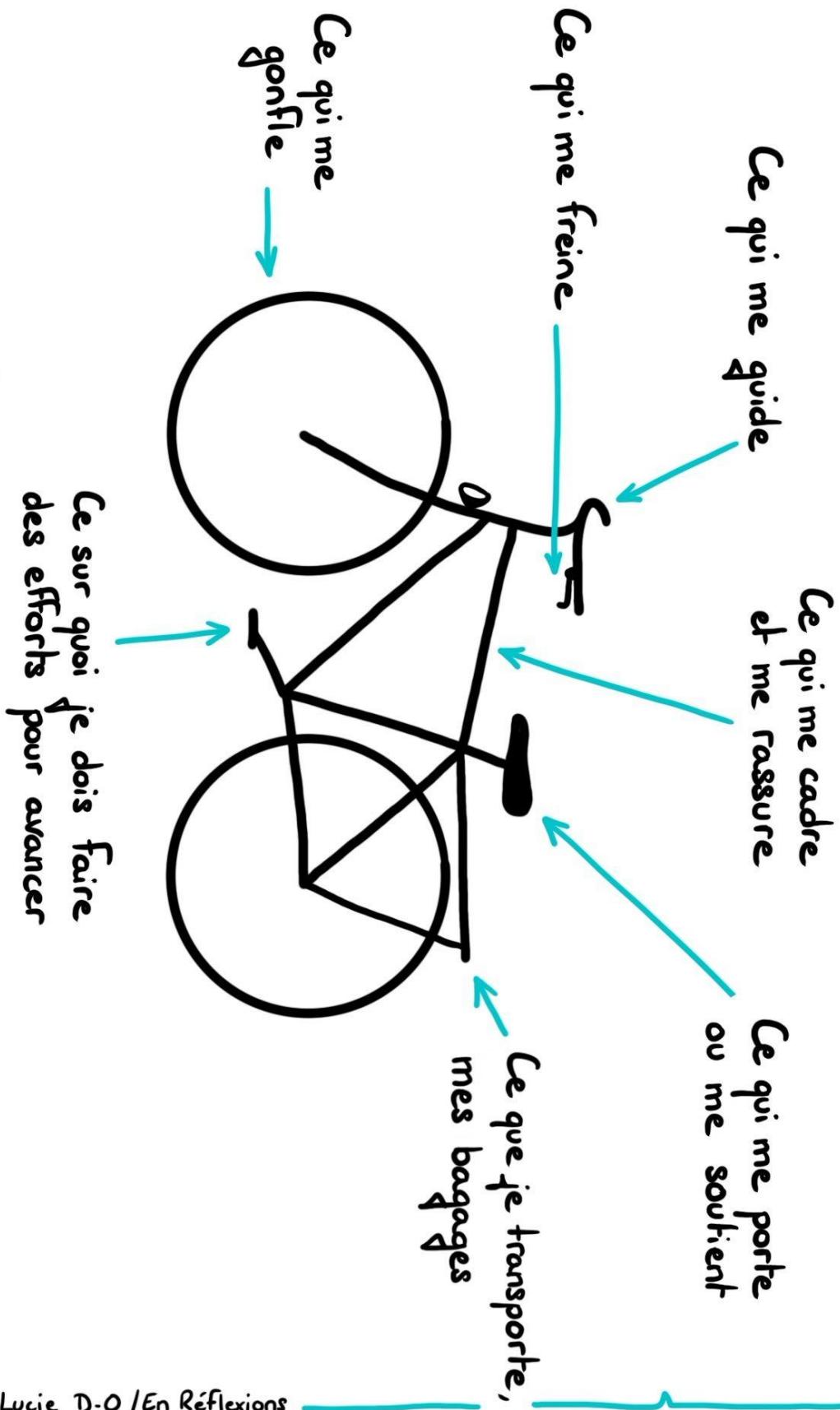
Chaque participant est invité à relire son année, individuellement et silencieusement, pendant un temps donné par l'animateur.

Les participants sont invités à s'isoler, dans la salle ou en extérieur.

Un temps d'échange par binôme ou trinôme peut être organisé. On veillera à laisser la liberté aux participants d'échanger ce qu'ils veulent de leur bilan, voire de ne pas partager s'ils ne se sentent pas à l'aise ou « disponibles » pour le faire.

Cet outil peut être utilisé comme temps d'intériorité lors d'une journée conviviale en plein air.

# FAIRE SON BILAN À VÉLO



# FAIRE SON BILAN... EN CANOÉ !

