



Lédukspēi

créé par Maëva ALAVIN

KISA MI LÉ ?

- **Nom / statut** : Ledukspéï
- **Expérience** : 3 ans dans l'éducation populaire, interventions auprès de jeunes, familles, adultes, animation de formation, mise en place de projet éducatif et culturel
- **Formations et compétences**
 - DEES Éducatrice spécialisée – expertise auprès de publics variés
 - DUT Carrières sociales – connaissances en enjeux sociaux et éducatifs
 - Santé sexuelle – formation complète avec Planning Familial 974
 - Genre et violences / accueil des personnes LGBTQIA+ – formations avec Planning Familial 974
 - Addictions – formation à l'intervention précoce par Addiction France
 - Communication bienveillante (CNV) – initiation sur plusieurs séances
 - Sophrologie – formation en cours pour ateliers bien-être et gestion des émotions
- **Spécialité / signature** : Approche basée sur la culture et l'identité réunionnaise, pédagogie inclusive et créative, sensibilité à l'éducation à la vie relationnelle et affective
- **Mission** : Aider, prévenir, transmettre, sensibiliser, créer, accompagner de manière ludique et valorisante



**EXPERTISE DANS
ÉDUCATION AFFECTIVE,
PARENTALITÉ, BIEN ÊTRE ET
SANTÉ MENTALE
PRÉVENTION ADDICTIONS,
GESTION DES ÉMOTIONS**

**ANIMATIONS
BILINGUES FRANÇAIS / CRÉOLE**

**CRÉATION ET ÉCRITURE DE
PROJET SOCIAL
EDUCATIF ET CULTUREL
ANCRÉ DANS LA RÉALITÉ DU
TERRITOIRE LOCALE**

MON GAYAR

**APPROCHE INCLUSIVE
ET
ADAPTÉE À TOUS LES PUBLICS**

**MÉTHODES ORIGINALES
INSPIRÉES DE LA
CULTURE RÉUNIONNAISE**

**CRÉATION D'OUTILS
PÉDAGOGIQUES ET
LUDIQUES (JEUX,
SUPPORTS CRÉATIFS)**



SÉT MI PROPOZ



CULTURE ET IDENTITÉ RÉUNIONNAISE

Objectif de l'atelier

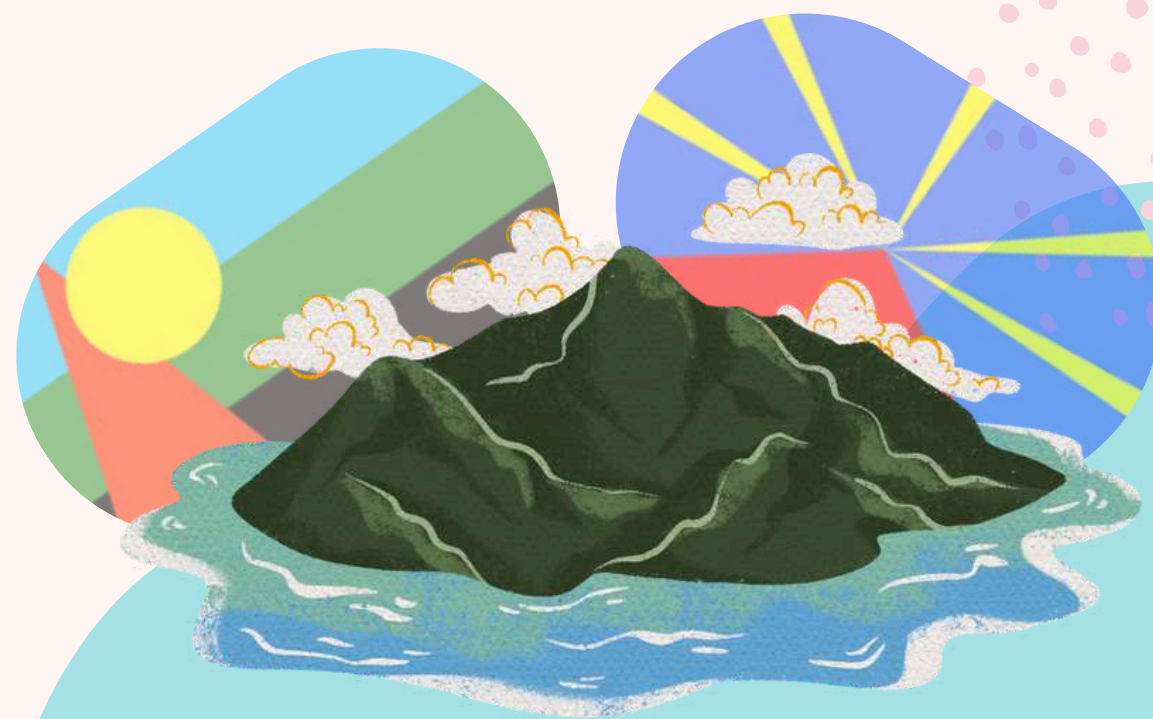
Valoriser la culture, la langue et l'identité réunionnaise à travers des ateliers ludiques et créatifs, afin de renforcer l'ancrage culturel, la fierté personnelle et la transmission intergénérationnelle.

Méthodes :

- Découverte de l'île : cartes, communes, lieux emblématiques, dates clés
- Langue et contes créoles : lecture de contes, apprentissage d'expressions créoles, création et interprétation de sirandanes
- Ron kozé : échanges bienveillants sur l'histoire, les traditions et la vie quotidienne réunionnaise

Durée : 1h à 2h par atelier (adaptable selon besoins)

Public cible : enfants, adolescents, jeunes adultes, familles, structures éducatives et/ou culturelles



EDUCATION A LA VIE AFFECTIVE, RELATIONNELLE & SEXUELLE (EVARS)

Objectif de l'atelier

Accompagner les publics sur les notions d'affectivité, de consentement, de respect, de relations saines et de développement psycho-affectif, dans un cadre sécurisant et adapté.

Méthodes :

- Approche ludique et adaptée : jeux de rôle, débats mouvants, activités créatives
- Supports inclusifs et culturellement ancrés dans la réalité réunionnaise
- Espaces d'expression sécurisés, confidentiels et bienveillants
- Travail sur l'estime de soi, les émotions, le consentement, les limites
- Possibilité de modules spécifiques : prévention des violences, relations amoureuses, identité

Durée : cycle complet sur plusieurs séances

Public cible :

Jeunes, scolaires, structures d'accueil, familles, éducateurs, associations

'Ateliers éducatifs, préventifs et non thérapeutiques



EXPRESSION DES EMOTIONS & BESOINS

Objectif de l'atelier

Aider les publics à identifier, exprimer et réguler leurs émotions et besoins, pour favoriser des comportements plus sains, une communication non violente et un mieux-être global.

Méthodes :

- Ateliers pratiques inspirés de la CNV (Communication Non Violente)
- Activités créatives : cartes émotions, photolangage, théâtre forum
- Exercices d'ancrage, de respiration et d'auto-régulation
- Outils pédagogiques adaptés à la Réunion et à différents niveaux de compréhension
- Travail collectif pour favoriser la cohésion et diminuer les tensions

Ateliers éducatifs, préventifs et non thérapeutiques

Durée : cycle complet sur plusieurs séances

Public cible :

Enfants, adolescents, adultes, équipes professionnelles, familles, structures sociales et éducatives



COMPRENDRE & PRÉVENIR LES DISCRIMINATIONS



Objectif de l'atelier

Sensibiliser les publics aux différentes formes de discriminations (raciales, sociales, de genre, handicap, orientation, origines, etc.), développer l'esprit critique et promouvoir des comportements inclusifs, respectueux et citoyens.

Méthodes :

- Ateliers d'éducation populaire : analyses de situations, débats mouvants, jeux de rôle
- Activités de déconstruction des préjugés et stéréotypes (supports visuels, photolangage)
- Approche ancrée dans le contexte réunionnais, ses enjeux identitaires, son histoire et sa diversité culturelle
- Travail sur l'empathie, la compréhension de l'autre et la communication non violente
- Études de cas, témoignages, capsules éducatives, outils ludiques
- espace sécurisant permettant l'expression libre, le respect et la réflexion collective

Durée : 2h la séance (ou cycle complet sur plusieurs séances)

Public cible :

Enfants, adolescents, adultes, équipes professionnelles, familles, structures sociales et éducatives



ACCOMPAGNEMENT À LA PARENTALITÉ & CAFÉS DES PARENTS

Objectif de l'atelier

Soutenir les parents dans leur rôle éducatif, renforcer leur confiance, favoriser le lien parent-enfant et proposer des espaces d'échanges sécurisants, bienveillants et non jugeants.

Méthodes :

- Organisation de cafés des parents, cercles d'échanges ou ateliers thématiques (sommeil, émotions, limites, adolescence, écrans...)
- Approche d'éducation populaire : participation active, partage d'expériences, co-construction de solutions
- Mise en place d'outils pratiques : jeux, supports visuels, exercices simples à reproduire à la maison
- Travail sur les besoins du parent et de l'enfant, la communication, la gestion émotionnelle et les relations familiales
- Valorisation de la culture réunionnaise comme ressource éducative (pratiques traditionnelles, récits, valeurs, transmission)
- Possibilité d'accompagnement individuel : écoute, guidance éducative, stratégies personnalisées

Durée : 2h par séance, ou cycles d'accompagnement (4 à 8 sessions)

Public cible :

Parents, futurs parents, familles, structures sociales, centres de loisirs, associations, écoles, médiathèques, collectivités



EMPOWERMENT DES JEUNES & DÉVELOPPEMENT DU POUVOIR D'AGIR

Objectif de l'atelier

Renforcer la confiance, l'autonomie, la capacité d'expression et le pouvoir d'agir des jeunes afin qu'ils deviennent acteurs de leurs choix, de leur parcours et de leur engagement citoyen.

Axes possibles :

- Confiance en soi et estime de soi : découvrir ses forces, réécrire son histoire personnelle
- Identité et culture réunionnaise : mieux comprendre d'où l'on vient pour mieux avancer
- Leadership positif : apprendre à prendre des initiatives, décider, s'impliquer
- Expression et prise de parole : débats, éloquence, outils créatifs
- Citoyenneté active : comprendre son rôle, ses droits, son impact dans la société
- Gestion de projet jeune : créer, organiser et présenter un projet concret
- Autonomie et prise de décision : savoir choisir, se positionner, dire non

Durée : 2h par séance, ou cycles d'accompagnement (4 à 8 sessions)

Public cible : Jeunes 11-25 ans, décrocheurs, publics en insertion, lycéens, jeunes en service civique, associations, missions locales, structures jeunesse





ATELIERS COLLECTIFS DE BIEN-ÊTRE, EXPRESSION ET DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

Objectifs des ateliers

- Découvrir des outils simples de bien-être au quotidien
- Favoriser l'expression personnelle et émotionnelle
- Encourager l'introspection et la connaissance de soi
- Soutenir l'apaisement, la détente et le recentrage
- Développer l'autonomie à travers des pratiques accessibles

Méthodes & outils

- Journaling et écriture guidée
- Création de carnets (journal, vision board, objectifs)
- Exercices de respiration et détente
- Visualisation positive
- Activités créatives d'expression

Durée : 3h ou cycles d'accompagnement (4 à 8 sessions)

Public cible : adolescents - adultes. En structure ou grand public.



Ateliers éducatifs, préventifs et non thérapeutiques



ATELIERS COLLECTIFS VERS UNE RELATION PLUS CONSCIENTE AUX ÉCRANS

Objectifs des ateliers

Proposer un espace collectif pour partager ses expériences autour des écrans, se libérer de la culpabilité de ne pas réussir à réduire son temps d'écran, renouer avec le lien réel et explorer des alternatives concrètes.

Méthodes & outils

- Temps d'échanges et parole libre sur nos usages numériques et ce que nous suivons / voyons sur les réseaux
- Exercices de journaling et réflexion personnelle
- Activités créatives pour imaginer des alternatives aux écrans
- Exercices de respiration et de recentrage
- Dynamique collective favorisant le soutien et le partage d'expériences

Durée : 2h

Public cible : adolescents - adultes. En structure ou grand public.



Ateliers éducatifs, préventifs et non thérapeutiques

MON + : UN LIVRET ÉDUCATIF CLÉ EN MAIN

Dans le cadre de mes interventions, j'ai conçu un livret éducatif original, regroupant des contenus pédagogiques et ludiques autour des thématiques que je maîtrise et que j'aborde régulièrement sur le terrain (discriminations, consentement, addictions, émotions, harcèlement, La Réunion...).

CONTENU DU LIVRET

- des apports informatifs accessibles
- des activités pédagogiques
- des jeux et exercices
- des supports visuels
- des temps de réflexion et d'échange
- plus de 35 pages

Prix à l'unité : 35€

Un tarif dégressif peut être appliqué en cas de commande groupée, sur demande.



LO R G A N I Z A S Y O N

MODALITÉS / ORGANISATION

Lieu : à convenir avec la structure accueillante

Nombre de participants conseillé : maximum 30 personnes (si > nécessité de faire 2 ateliers minimum)

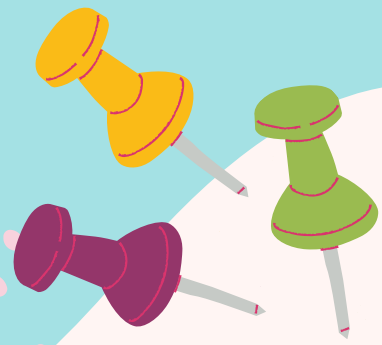
TARIFS

Les **tarifs** des ateliers prennent en compte la préparation, l'animation et les supports pédagogiques proposés, afin de garantir des interventions de qualité et adaptées à chaque public.

les **tarifs** sont définis sur **demande de devis**.

FRAIS ÉVENTUELS (DÉPLACEMENT, MATÉRIEL SPÉCIFIQUE)

CONDITIONS : DEVIS, FACTURE, ASSURANCE RC PRO

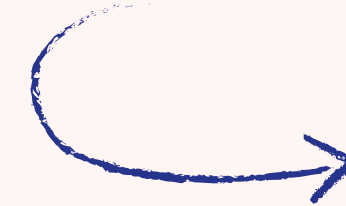




ATELIER SUR LA REUNION



LES ÉMOTIONS ET LES BESOINS



L'édukspèi

En image

LIVRET EDUCATIF



CONFIANCE EN SOI





Lédukspeï

**Maëva
ALAVIN**

Éducatrice spécialisée
intervenante socio-éducative
Ateliers de prévention •
parentalité • culture
réunionnaise

 0692 71 87 59

 ledukspei@gmail.com

 @ledukspei