Kit veillée contes

une heure avant d'aller dormir

L'idée :

une veillée qui fait baisser l'énergie au lieu de la monter. Lumière tamisée, cercle, une histoire partagée, et la fin qui mène au coucher.

Déroulé

1. **10 min** Installation : coussins en cercle, une seule source de lumière, le rituel du bâton de parole.
2. **20 min** Le conte lu ou raconté par un animateur, avec des pauses où les enfants font les bruitages.
3. **20 min** L'histoire à plusieurs voix : chacun ajoute une phrase à son tour, sans obligation.
4. **10 min** Fin calme : une musique douce, une phrase de chacun sur sa journée, et on monte se coucher.

Rôles de l'équipe

- Le conteur.
- L'adulte placé près des plus sensibles, qui peut sortir avec un enfant.
- L'adulte qui prépare le coucher pendant la fin de veillée.

Vigilance

- Pas d'histoire qui fait peur pour les plus jeunes, ou alors annoncée et choisie.
- Une lampe de poche accessible, jamais le noir total.
- Un enfant qui ne veut pas parler passe son tour, sans commentaire.

ADéPA · Outil gratuit · Usage et copie autorisés. Revente interdite.