

Le Manifeste d'Impro-J'Eux

Près de 30 ans de rencontres, de découvertes et de convictions

Une rencontre après l'autre... depuis 1997.

 Il y a parfois des journées qui changent une vie.

Pour moi, ce fut le 28 novembre 1997, lors de ma visite au Salon Autonomies de Liège.

J'y ai découvert une multitude de stands consacrés aux personnes en situation de handicap : vacances adaptées, loisirs adaptés, écoles spécialisées, institutions, matériel, véhicules aménagés, aides techniques... Tout semblait avoir été pensé pour améliorer leur qualité de vie.

Et pourtant, en quittant le salon, une question ne cessait de me poursuivre.

- « **Quand on a un handicap, où et quand rencontre-t-on des personnes sans handicap ?** »
- « **Quand on a un handicap, on se retrouve très souvent entouré d'autres personnes en situation de handicap : à l'école, dans les loisirs, parfois même pendant les vacances. Mais alors, quand et où peut-on simplement rencontrer des personnes sans handicap ?** »

Je ne remettais pas en cause la qualité de ce qui était proposé. Au contraire. Toutes ces initiatives étaient utiles, souvent remarquables. Mais je constatais qu'elles avaient presque toutes un point commun : elles s'adressaient principalement aux personnes en situation de handicap elles-mêmes.

Je cherchais un endroit où des personnes avec et sans handicap pourraient simplement vivre quelque chose ensemble. Je ne l'ai pas trouvé !

À cette époque, il existait bien quelques initiatives, comme certaines activités de danse ou quelques projets sportifs. Aujourd'hui, les choses ont heureusement évolué et des sports inclusifs se développent progressivement.

Mais, en 1997, cette absence m'a profondément interpellé.

Je me suis alors posé une question qui ne m'a plus jamais quitté :

 « **Comment créer de vraies rencontres entre des personnes qui, dans la vie quotidienne, ne se croisent presque jamais ?** »

Cette question est devenue une conviction, une ligne de conduite, un objectif à atteindre.



L'inclusion ne consiste pas à adapter des activités pour des personnes en situation de handicap. L'inclusion consiste à construire une société où chacun peut rencontrer l'autre, coopérer avec lui, créer avec lui et trouver pleinement sa place

C'est cette conviction qui a donné naissance, en septembre 2000, à l'Association Belge des Impros-J'Eux ASBL.

L'INCLUSION COMMENCE PAR UNE RENCONTRE !

C'est ainsi que, depuis toujours, nous allons dans les écoles et, plus particulièrement depuis 2010, à la demande de l'AVIQ. Nous y proposons des animations afin de sensibiliser les élèves à la réalité vécue par les personnes en situation de handicap.

Dans nos animations, que nous appelons des « rencontres d'Impros-J'Eux », nous ne parlons pas du handicap de chaque improsiste — les membres de nos équipes — mais nous montrons qu'il est possible de partager des jeux et des expériences entre personnes avec et sans handicap.

Pour rendre ces rencontres accessibles aux écoles, nous recherchons depuis toujours des partenaires et des soutiens financiers. Car derrière chaque rencontre se cachent aussi des frais bien réels : déplacements, matériel, assurances, droits d'auteur ou encore accueil des participants.

Depuis plus de vingt-cinq ans, nous ne cherchons donc pas seulement à organiser des animations : nous créons des occasions de rencontre.

Nous sommes convaincus qu'un jeu, une improvisation, un projet commun, un éclat de rire ou une difficulté surmontée ensemble changent davantage les regards que de beaux discours ou la création de « mondes parallèles » réservés à certains publics.

Notre ambition est simple.

 **Faire en sorte que des personnes qui ne se seraient peut-être jamais rencontrées deviennent, le temps d'une activité... puis parfois pour bien plus longtemps... des partenaires, des amis, des citoyens qui découvrent qu'ils ont beaucoup plus en commun qu'ils ne l'imaginaient.**

Près de trente ans après cette visite au salon qui a tout déclenché, cette question continue de guider chacune de nos actions !

 **Si Impros-J'Eux existe, c'est pour contribuer à réparer quelque chose dans notre société.**



Cette aventure n'est pas seulement celle de Marc Legros. C'est aussi celle d'une association composée de bénévoles et d'une personne engagée à trois quarts temps.

C'est l'histoire de plusieurs découvertes qui expliquent pourquoi l'inclusion a parfois tant de mal à se mettre en place.

Voici ce que nous avons découvert en chemin.

1) Nous avons découvert les limites de la compétition.

Celle-ci peut être stimulante lorsqu'elle permet de se dépasser. Mais nous avons aussi constaté qu'elle crée inévitablement des gagnants et des perdants, des comparaisons et parfois des exclusions — des « maillons faibles ».

Notre objectif est de permettre à chacun de trouver sa place, notamment aux personnes les plus fragiles. Pour y arriver, nous avons découvert qu'une autre voie était possible : **la coopération.**

Chez Impros-J'Eux, l'objectif n'est pas d'être meilleur que l'autre, mais de découvrir ce que nous pouvons réussir **avec l'autre.**

2) Nous avons découvert les forces et les avantages de la coopération. Parce que le concept d'Impros-J'Eux s'est construit sur des valeurs issues de la psychomotricité, nous avons fait le choix de la coopération.

Heureusement, j'ai été épaulé par des personnes qui défendaient les mêmes valeurs. Mais, dès le départ, certains de nos propres membres avaient envie de rivaliser avec

les jeunes ou les autres équipes rencontrées. Pour dépasser ce réflexe de compétition, nous avons mis en place un « vote du public », à la manière de l'émission « L'École des fans » de Jacques Martin : tout le monde gagnait.

Lorsque tout le monde a compris qu'il n'y avait pas de compétition chez nous, nous avons peu à peu abandonné ces votes.

Dans nos activités, chacun possède quelque chose à apporter aux autres.

- Celui qui est plus expérimenté apprend à encourager et à partager.
- Celui qui rencontre des difficultés découvre qu'il possède, lui aussi, des ressources, dont celle d'oser demander de l'aide. Cela devient « sa » force.

La coopération ne consiste pas à faire à la place de l'autre. Elle consiste à avancer ensemble. Et la coopération s'apprend. Nous avons donc développé une méthode originale fondée notamment sur des jeux de coopération et des jeux de rôle.

3) Nous avons découvert que nos certitudes peuvent nous enfermer.

Notre cerveau a naturellement tendance à rechercher ce qui confirme ce qu'il croit déjà et à se sentir davantage en sécurité avec ceux qui lui ressemblent.

Dans le domaine du handicap, cela peut conduire, avec les meilleures intentions du monde, à reproduire des habitudes : organiser des loisirs, des vacances ou des activités uniquement entre personnes vivant des réalités similaires.

Ces activités peuvent évidemment avoir leur utilité. Mais lorsqu'elles deviennent la norme, elles risquent aussi de créer involontairement des mondes parallèles.

Chez Impros-J'Eux, nous avons choisi d'essayer autre chose : créer des passerelles entre ces mondes.



Lors de nos rencontres, pour expliquer ces mécanismes — notamment certains biais cognitifs — tout en jouant, nous plaçons les jeunes et nos improsistes dans des situations où ils doivent d'abord parler entre eux, grâce à un jeu appelé « les binômes », puis participer à un autre jeu, « Au marché », où ils rejoignent ceux qui ont les mêmes goûts qu'eux.

Grâce aux personnages de notre jeu ScraZami, nous pouvons repérer certains freins à l'inclusion et à la communication. Nous proposons également un jeu de rôle qui permet de mieux comprendre les différences entre exclusion, ségrégation, intégration et inclusion.

Les institutions jouent un rôle essentiel dans l'accompagnement des personnes. Mais nous avons constaté qu'un accompagnement, aussi bienveillant soit-il, ne peut à lui seul préparer à toutes les rencontres de la vie ordinaire.

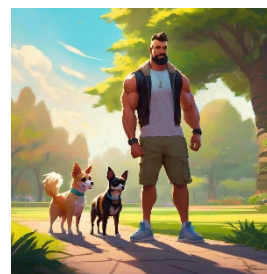
Lorsqu'une personne accède ensuite à davantage d'autonomie ou de semi-autonomie, elle peut se retrouver confrontée à des environnements, des loisirs et des relations sociales qu'elle a peu eu l'occasion d'expérimenter.

C'est aussi pour cela que nous voulons créer des passerelles entre les mondes plutôt que de laisser se développer des mondes parallèles. Car, malgré les meilleures intentions, ceux-ci peuvent parfois renforcer l'isolement social.

4) Nous avons appris à nous méfier de la première impression.

Le biais de halo est un biais cognitif par lequel l'impression que nous donne une caractéristique d'une personne influence notre jugement sur ses autres caractéristiques. Une première impression, positive ou négative, peut ainsi colorer tout le regard que nous portons sur elle.

Dans les écoles, pour illustrer ce biais, nous montrons aux jeunes des photos : d'abord une personne très musclée, puis un chien menaçant en train de grogner. Nous demandons alors si ce chien appartient à cet homme. Les avis sont très partagés. Nous montrons ensuite une troisième photo où l'on voit ce même homme avec deux petits chiens très sympathiques.



Lors de nos animations, nous expliquons que le handicap peut concerner chacun d'entre nous au cours de son existence. L'expérience nous apprend surtout que la différence ne doit pas être considérée comme un frein : elle peut aussi devenir une formidable occasion d'apprendre à vivre ensemble.

5) Nous avons appris qu'un long discours change rarement une opinion.

C'est pour cela que nous utilisons des jeux pour « faire passer nos valeurs » et créer une véritable inclusion. Nous nous inspirons notamment de la méthode Gordon, qui aide à repérer les freins à la communication. Ici, le frein est : « argumenter, persuader par la logique ».

6) Nous avons appris qu'un fou rire partagé vaut parfois mieux qu'une longue conférence.

C'est pour cela que nous préférons semer des graines de « conviviale attitude ». Tout se passe dans la bonne humeur : pas d'injures, pas de perdants, mais des participants qui avancent ensemble.

7) Nous avons appris que demander de l'aide peut devenir une force.

Nous le démontrons à travers nos jeux de coopération. Attendre que tout nous soit donné sans rien demander ni entreprendre relève du rêve. Nous sommes des êtres sociaux, pas uniquement des individus isolés.

8) Nous avons appris que les passions ouvrent des portes que les diagnostics ferment parfois.

C'est pourquoi la première condition pour faire partie d'une équipe d'Impros-J'Eux est d'avoir une passion, un rêve ou un projet. N'importe lequel. Chez nous, pas d'élitisme ni de comparaison.

9) Nous avons appris qu'il n'existe pas de « nous » et « eux » : il n'existe que des personnes qui ne se sont pas encore rencontrées.

Si chacun reste dans son coin, comment apprendre à se connaître et à ne plus avoir peur de l'autre ? C'est pour cela que nous allons à la rencontre des autres.

10) Nous avons compris pourquoi la rencontre ne va pas toujours de soi.

Cela mériterait sans doute une recherche scientifique plus poussée. Mais le chemin est déjà tracé. Nous avons souvent l'impression que les personnes restent entre elles parce qu'elles ne veulent pas rencontrer les autres. En réalité, c'est plus complexe.

Comme j'ai essayé de le montrer en évoquant quelques biais cognitifs importants, notre cerveau recherche spontanément ce qui lui est familier. Nous nous sentons généralement plus en sécurité avec des personnes qui nous ressemblent, qui partagent nos habitudes, notre milieu, nos opinions ou notre histoire. Les psychologues parlent notamment de biais de confirmation, de biais de groupe et d'homophilie, c'est-à-dire de cette tendance à aller plus facilement vers ceux qui nous ressemblent. Ces mécanismes sont également liés à nos besoins de sécurité et à nos peurs face à ce qui nous est moins familier.

Ces mécanismes ne font pas de nous de mauvaises personnes. Ils expliquent simplement pourquoi les rencontres entre personnes différentes ne se produisent pas toujours spontanément. Il faut donc créer les conditions de la rencontre !

Nous vivons dans une société où nous sommes de plus en plus connectés, mais pas toujours plus proches les uns des autres. Nous nous croisons chaque jour sans réellement nous rencontrer. Nous appartenons à des écoles, des entreprises, des associations ou des quartiers, mais nous prenons rarement le temps de découvrir ce qui fait vibrer la personne qui se trouve à côté de nous.

Chez Impros-J'Eux, nous croyons que cette rencontre ne doit pas être laissée au hasard. Elle se prépare, elle s'encourage et elle se vit.

Si nous voulons construire une société plus inclusive, il ne suffit donc pas d'attendre que les rencontres aient lieu. Il faut les préparer, les provoquer et les accompagner. C'est ainsi que nous pouvons mieux connaître l'autre, avoir moins peur de la différence et apprendre à parler de nos besoins respectifs.

C'est là l'un des grands défis auxquels nous sommes confrontés : il est beaucoup plus simple d'organiser une activité destinée à un public spécifique que de créer les conditions d'une véritable rencontre entre des publics différents.

C'est précisément la mission d'Impros-J'Eux : provoquer des rencontres qui transforment les regards.

11) Nous avons appris qu'une aventure ne se construit pas seul.

Pour faire vivre un projet, il faut être plusieurs à partager une même vision et l'envie de la faire avancer ensemble.

C'est pourquoi je suis reconnaissant envers toutes les personnes qui ont fait avancer le concept d'Impros-J'Eux. Merci à celles et ceux qui m'aident aujourd'hui afin que cette aventure puisse perdurer. Actuellement, nous ne pouvons engager qu'une seule personne et nous recherchons des bénévoles pour nous aider dans les tâches administratives ainsi que dans l'encadrement des équipes, lors des entraînements et des rencontres.

12) Nous avons appris une chose essentielle : la rencontre ne se décrète pas.

- Elle se prépare, grâce à nos entraînements à la rencontre des autres.
- Elle se vit lors de nos rencontres dans les écoles, les maisons de jeunes, les entreprises, etc., mais aussi lorsque nous accueillons des personnes chez nous, au Jardin du Phénix à Stembert.
- Elle s'accompagne, car nous faisons tout pour nous revoir et continuer à alimenter la « flamme de la rencontre », notamment grâce à nos réseaux sociaux.

C'est pourquoi Impros-J'Eux a développé plusieurs manières de provoquer ces rencontres entre des personnes avec et sans handicap.

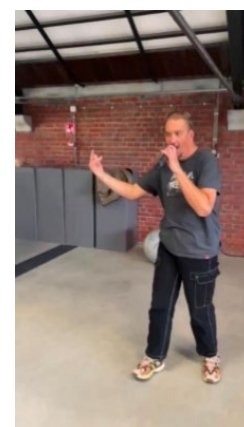
C'est pourquoi tous nos outils – les jeux de coopération, l'improvisation, le jeu ScraZami, les projets créatifs ou les activités au Jardin du Phénix – poursuivent le même objectif : permettre à chacun de découvrir l'autre autrement, dans une activité où personne n'est spectateur et où chacun devient acteur.

Les 5 façons de provoquer la rencontre

chez vous

1.  **RENCONTRE
IMPROS - J'EUX CLASSIQUE**
2.  **RENCONTRE
JEUX DE
COOPERATION**





Depuis la fin de la période Covid, en 2022, nous proposons aussi des rencontres au Jardin du Phénix.



Le Jardin du Phénix est un lieu à part. Situé à Stembert, il offre un espace où la nature devient partenaire de la rencontre. Autour de la mare, du jardin coopératif, du chemin sensoriel, du mur sensoriel ou de la petite scène, chacun est invité à ralentir, observer, créer, coopérer et retrouver le plaisir d'être ensemble.

Le Jardin du Phénix accueille des écoles, des familles, des associations, des entreprises et toute personne désireuse de vivre une expérience où la nature, la créativité et la coopération se rejoignent. C'est un lieu où l'on prend le temps de se reconnecter à soi, aux autres et au vivant.



♥ Après la lecture de ce manifeste, nous espérons que vous comprenez un peu mieux pourquoi nous faisons tout cela.

Certains nous trouvent peut-être naïfs, utopistes ou un peu fous.

Nous préférons croire qu'il est encore possible de construire une société avec davantage de rencontres, de coopération, de justice, de tolérance et de partage.

Nous rêvons d'une société où nous n'aurons même plus besoin de parler « d'activités inclusives », parce qu'il semblera naturel que chacun puisse y trouver sa place.

Nous n'y sommes pas encore.

Alors, en attendant, nous continuerons.

Une classe après l'autre.

Une rencontre après l'autre.

Un jeu après l'autre.

Un éclat de rire après l'autre.

Tout est parti d'une question :

Comment permettre à des personnes qui ne se seraient peut-être jamais rencontrées de construire quelque chose ensemble ?

Près de trente ans plus tard, cette question est devenue notre mission :

CRÉER DES RENCONTRES QUI CHANGENT LES REGARDS.

Et cette histoire n'est pas terminée.

Peut-être aurez-vous envie d'en écrire la prochaine page avec nous.

Venez nous rencontrer.

Pour l'ASBL Impros-J'Eux

Marc Legros

www.impros-jeux.be

<https://www.facebook.com/improsjeuxASBL>

0498/10.13.98

info@impros-jeux.be