



**FRAT**  
**JAMBVILLE**  
**2026**

# **TEMPS DE VIE**

# **DE GROUPE**

**Samedi 23 mai 17h30**

**OU Dimanche 24 mai 14h30**

**OU Dimanche 24 mai 16h00**

# **EXPLICATIONS**



**À DESTINATION DES RG**



**Cher responsable de groupe,**

Voici un document explicatif du temps appelé "Vie de groupe" pendant le FRAT.

Tu auras un temps d'1h15 uniquement avec ton groupe (*aumônerie, collège ou groupe scout...*). Ton planning du FRAT dépendant de ton village, cela pourra être le samedi à 17h30 ou le dimanche à 14h30 ou le dimanche à 16h - mais pas les trois. Au besoin, rapproche toi de tes DD (délégués diocésains) pour savoir quel est ton créneau !

La vie de groupe c'est le moment pendant le FRAT qui vous est dédié en tant que groupe et que tu dois mener.

C'est l'occasion de faire des discussions sur ton aumônerie, de faire les jeux que tu voulais faire avec les autres animateurs...

Plusieurs options s'offrent à toi pour mener ce temps, en cas de manque d'inspiration, ce livret est là pour t'aider.

*Pour rappel, le FRAT prévoit un planning avec de nombreux moments différents à vivre pour les jeunes autant que pour vous, ce temps de vie de groupe vous est dédié, n'oubliez pas d'en profiter !*

Si une question persiste nous t'invitons à te diriger vers ton équipe de mairie ou ton équipe diocésaine !

**Bonne préparation**

**L'ÉQUIPE VIE DE VILLAGE**



# A/ ACTIVITÉS SUR INSCRIPTION :

## 1) CHEMIN D'INTENTIONS DE PRIÈRE

A chaque point de prière vous retrouverez une prière, des questions de réflexions et une boîte à intentions de prières. Un moment pour prier et déposer vos propres intentions : une bulle de spiritualité pour ton groupe !



## 2) CHORÉ DU FRAT !

Tu veux que ton groupe soit incollable sur l'hymne du FRAT ? C'est l'atelier qu'il te faut pour que tes jeunes connaissent la choré par coeur !

## 3) OLYMPIADES

1,2,3 et c'est parti !! Tu penses que ton groupe a besoin de se dépenser ? Tu es confiant sur les capacités de ton groupe pour relever le défi ? Alors, inscris ton groupe sur les olympiades et tentez de remporter la première place sur le podium !



**INSCRIPTIONS PAR MAIL : [VIEDEVILLAGE@FRAT.ORG](mailto:VIEDEVILLAGE@FRAT.ORG)**

**DATE LIMITE : 14 MAI 2026**

**CONFIRMATION SUR LES ACTIVITÉS CHOISIES AVANT LE 19 MAI**

**Aucune inscription ne sera prise en compte passé la date limite**

# B/ LES JEUX MADE IN FRAT

Tu trouveras 2 jeux de société revisités à la made in FRAT. Pour chaque jeu un pdf imprimable t'est fourni en scannant le QR code afin de pouvoir avoir ta propre version du jeu !

## 1° TOP FRAT

**Effectif** : Entre 8 et 20 joueurs

**Durée** : 20/30 Min

**Jeu** :

Jeu de société "Top Ten" adapté en mode FRAT !

Le maître du jeu pose une question de situation. Les joueurs possèdent tous face caché un numéro compris entre 1 et 20 (à adapter en fonction du nombre de joueur). En fonction du numéro que le joueur possède il doit répondre à la situation, sans dire son numéro - comme une note donnée à la situation ! Plus la note est basse, plus la réponse donnée à la situation doit être grave. Plus la note est haute, plus la réponse donnée doit être bien !

Une fois que tout le monde a répondu à sa situation, le maître du jeu essaye de deviner les numéros de chaque joueurs.

On fait ensuite tourner le maître du jeu avec une autre question.



## 2° FRATS'UP

**Effectif** : Minimum 8 joueurs, à répartir en 2 ou 4 équipes

**Durée** : 20/30 Min

**Jeu** :

Rédition du time's up mais avec les mots du FRAT !

Par équipe il faut faire deviner le plus de mots possible dans le temps imparti, pensez à prendre un chronomètre. Les manches se terminent quand on a fait deviner tous les mots.

L'équipe avec le plus de points et de mots devinés gagne.

Manche 1 : on peut dire autant de mots que l'on veut mais interdit de dire les mots de la même famille (ou de dire le mot dans une autre langue)

Manche 2 : On peut utiliser qu'un seul mot

Manche 3 : Mimes (un mime ne parle pas :)



# C/ IDÉES DE JEUX EN GROUPE

## QUI EST-CE ?

### **Mécanique :**

1 personne pense à quelqu'un devant elle (*penseur*)

1 personne doit deviner la personne (*devineur*)

Les autres personnes (*pion*) sont debout en mode carré (*comme plateau du jeu qui-est-ce*)

**Matériel :** aucun

**Effectif :** minimum 10

**Durée :** entre 5 min et 30 min

### **Jeu :**

Le but est de trouver à qui pense le penseur en posant des questions (*ex: est ce que la personne porte des lunettes ? Est ce que la personne à des chaussures grises ? ...*)

Les questions ne peuvent pas être sur le prénom *.(point de vigilance : discrimination corporelle)*

Si la personne porte des lunettes, alors toutes les personnes sans lunettes peuvent s'asseoir.

Faire plusieurs manches, première manche : penseur et devineur sont des animateurs, puis mettre des enfants dans ces rôles.

## CHEF D'ORCHESTRE

**Durée :** 10 - 15 minutes

**Matériel :** Aucun

### **Règles :**

S'asseoir en formant un cercle. Choisir un participant pour être l'inspecteur. Une fois que le jeune s'est éloigné, le groupe peut choisir un chef d'orchestre. Ce chef décide des gestes qu'il effectue, tandis que les autres doivent l'imiter. L'inspecteur doit trouver qui est le chef d'orchestre.

## LE BÉRET

**Durée** : 20 minutes

**Matériel** : Un objet quelconque

**Règles** :

Former 2 équipes, dans chaque équipe, chacun porte un numéro en fonction du nombre de participants. Chaque équipe a son camp, et le béret (l'objet) se trouve à égale distance entre les 2 camps.

Le meneur du jeu appelle les numéros tour à tour, et ces derniers doivent venir chercher l'objet et le ramener dans leur camp. S'ils se font attraper par l'adversaire sur le chemin du retour, le point revient à l'équipe adverse.

**Variantes** :

- Si le terrain est grand, le meneur peut appeler plusieurs numéros en même temps et les participants d'une même équipe ont le droit de faire des passes avec le béret.
- Vous pouvez imposer des modes de déplacement en appelant les numéros. (ex : numéro 4, à cloche pied)

## LE CHOUBA

**Durée** : 20 minutes

**Matériel** : Aucun

**Règles** :

Les participants se mettent en cercle. Ils vont se passer une boule d'énergie imaginaire entre eux. A leur tour, les jeunes ont trois possibilités, ils doivent crier laquelle ils choisissent :

"Chouba" : La boule d'énergie continue son trajet dans le même sens en passant à son voisin;

"Block" : La boule d'énergie est bloquée et repart dans l'autre sens;

"Wizz" : La boule d'énergie continue dans le même sens mais saute le voisin direct pour passer au suivant.

Si un joueur se trompe, il est éliminé.

**Remarque** : Vous pouvez associer des gestes à chaque action pour complexifier un peu le jeu.

## LUCKY LUCKE

**Durée** : 20 minutes

**Matériel** : Aucun

**Règles** :

Les joueurs se placent en cercle, debouts, un meneur de jeu au milieu.  
Le meneur de jeu choisit un des jeunes et annonce son prénom à voix haute :

Le jeune appelé doit s'accroupir au plus vite à l'annonce de son prénom  
Ses deux voisins doivent mimer un pistolet entre eux et annoncer "PAN"  
Si le jeune ne se baisse pas avant que les autres tirent, il est éliminé.  
Sinon, le premier qui a tiré gagne et l'autre est éliminé.

Quand il n'y a plus que deux joueurs, il se mettent dos à dos et commencent à marcher. L'animateur annonce un 'top' quand il le souhaitent, les deux joueurs doivent se retourner et crier "pan" le plus vite possible. Le premier à crier a gagné.

## 1,2,3 EMOTIONS

**Durée** : Variable

**Matériel** : aucun

**Règles** :

Le jeu se base sur le principe du 1,2,3 soleil.

L'animateur ou un jeune peut faire le maître du jeu.

Matérialiser une ligne de départ et une arrivée. Le maître du jeu, dos à tout le monde, compte jusqu'à trois puis annonce une émotion à voix haute et se retourne (l'animateur peut aider en soufflant des émotions si le maître du jeu est un jeune).

Quand le maître du jeu annonce l'émotion, tous les joueurs doivent s'immobiliser en mimant cette émotion. Ceux qui ont bougé après le décompte doivent retourner à la ligne de départ. Le maître du jeu peut aussi contester l'émotion mimée si cela est mal fait, le joueur doit aussi retourner au départ dans ce cas.

## CHABADABA

**Durée** : Variable

**Matériel** : aucun

**Règles:**

Diviser les jeunes en deux équipes équivalentes.

Annoncer ensuite un mot que l'on peut retrouver dans des chansons.  
(exemple : bleu, soleil, Dieu, amour... etc)

Les deux équipes doivent ensuite chacune leur tour chanter une chanson qui contient le mot demandé.

Une même chanson ne peut pas être chantée deux fois.

La dernière équipe à avoir trouvé une chanson remporte le point.

Recommencer ensuite avec un autre mot.

## LE MALADE IMAGINAIRE

**Règles :**

Tous les participants s'assoient en cercle et désignent une personne qui va s'isoler pendant un instant.

Pendant que cette personne est isolée, le reste du groupe choisit une « maladie » que tout le groupe aura en commun. Par exemple :

- On est tous la personne assise à notre gauche,
- On est tous un fruit,
- On est tous une matière scolaire.

La personne qui s'était isolée revient ensuite et se place au centre du cercle.

Elle peut alors poser des questions aux personnes du cercle afin d'essayer de deviner la « maladie » choisie par le groupe.

Les participants doivent répondre de manière cohérente avec la « maladie », sans que ce soit trop évident.

La partie se termine lorsque la personne au centre du cercle a trouvé la « maladie ».

## DEMELE LA SITUATION

### **Mise en place :**

Diviser le groupe en deux équipes.

Les deux équipes jouent en même temps et en parallèle (côte à côte).

Si l'équipe joue seule, la diviser en deux. Le nombre de jeunes doit être un nombre pair. Si une équipe est en nombre impair, proposer à 1 jeune d'être capitaine et de s'occuper de dénouer le nœud.

Chaque équipe forme un cercle en restant debout et en se tournant vers le centre de leur cercle. Les deux cercles ne doivent pas être trop rapprochés.

Tout d'abord, demander à chacun de lever la main gauche et d'attraper la main de quelqu'un sauf de son voisin de droite et de gauche. Maintenir ces liens. Ensuite, demandez à chacun de lever la main droite et d'atteindre la main d'une autre personne dans son cercle. Assurez-vous que personne ne tient la main de quelqu'un debout juste à côté de lui.

### **Règles :**

Chaque équipe doit ensuite essayer de démêler le nœud. Pour cela, ils doivent faire passer les bras par-dessus leurs têtes ou par-dessous leurs jambes.

L'équipe gagnante est la première à avoir réussi à démêler le nœud et s'être remise en cercle les uns à côté des autres.

Si une équipe se lâche les mains, l'équipe adverse gagne. Une nouvelle partie peut alors commencer

Si les nœuds tardent à se défaire, vous pouvez autoriser un joueur à lâcher une seule main.

Si le timing le permet vous pouvez le refaire plusieurs fois.