



12 EXERCICES BRISE-GLACE

POUR SOUPERS 6 PERSONNES ET MOINS

Danie Beaulieu, Ph. D.

(Inspirés de la formation Techniques d'Impact pour intervention en groupe-couple-famille/Un Leader, disponible sur le site www.academieimpact.com, programme Thérapeute d'Impact/Professeur d'Impact)

Pour un souper intime avec 6-10 invités qui ne se connaissent pas ou peu, l'objectif est de créer une ambiance détendue et conviviale. Voici quelques **Brise-Glace** simples et amusants qui favorisent les échanges en rendant tout le monde à l'aise.

1. L'ANECDOTE MYSTÉRIEUSE

Instructions:

- Chaque invité écrit une anecdote surprenante ou drôle sur lui-même sur un bout de papier (par exemple : *"J'ai déjà nagé avec des requins"* ou *"J'ai cassé mon bras en jouant au Twister"*).
- Mélange les papiers et lis-les à voix haute.
- Les invités doivent deviner à qui appartient chaque anecdote.

Objectif: Découvrir des faits amusants ou surprenants et créer des discussions.

2. LE TOUR DES PASSIONS

Instructions:

- Lors de l'entrée ou de l'apéritif, demande à chaque invité de partager une activité ou une passion qu'il aime et pourquoi.
- Encourage les autres à poser des questions ou à rebondir avec des points communs.

Objectif: Mettre en lumière les intérêts communs pour initier des conversations.

3. LE JEU DES TROIS PLATS

Instructions:

- Pendant le repas, chaque invité partage :
 1. Son plat préféré.
 2. Un plat qu'il déteste.
 3. Un plat qu'il rêve de goûter.
- Les discussions peuvent porter sur les expériences culinaires ou des anecdotes liées à la nourriture.

Objectif: Faire parler tout le monde autour d'un thème accessible.

4. L'OBJET INDISPENSABLE

Instructions:

- Demande aux invités :
"Si vous étiez envoyé sur une île déserte, quel objet emmèneriez-vous et pourquoi ?"
- Les réponses peuvent être drôles, pratiques ou sentimentales, et les raisons derrière les choix ouvrent la discussion.

Objectif: Encourager les échanges légers et créatifs.

5. DEUX VÉRITÉS ET UN MENSONGE

Instructions:

- Chaque personne partage trois faits sur elle-même : deux vrais et un faux.
- Les autres doivent deviner quel est le mensonge.
- Exemple :
 1. "J'ai déjà sauté en parachute"
 2. "J'ai un chien qui s'appelle Biscuit"
 3. "Je parle quatre langues".

Objectif: Introduire un côté ludique tout en apprenant à connaître les autres.

6. LE TOUR DES SOUVENIRS

Instructions:

- Pose une question inspirante et demande à chacun de répondre :
 1. "Quel est votre plus beau souvenir d'enfance ?"
 2. "Quel est le voyage qui vous a le plus marqué ?"
 3. "Quel est le meilleur conseil que vous ayez reçu ?".

Objectif: Favoriser des échanges sincères et créer une ambiance chaleureuse.

7. LA CHAÎNE DES COMPLIMENTS

Instructions:

- Commence par un compliment sincère ou drôle sur ton voisin (*"J'adore ton rire contagieux"*).
- Celui-ci doit ensuite faire un compliment à son voisin, et ainsi de suite.
- Si le groupe est timide, oriente les compliments sur des thèmes simples comme l'habit du jour ou l'énergie perçue.

Objectif: Briser la glace tout en créant une atmosphère chaleureuse.

8. LA QUESTION "DÉCALÉE"

Instructions:

- Pose une question originale pendant chaque plat :
 1. *"Si vous pouviez dîner avec une personne célèbre, vivante ou morte, qui choisiriez-vous ?"*
 2. *"Si vous pouviez vivre dans un film ou une série, lequel ce serait ?"*
 3. *"Quelle voiture aimeriez-vous avoir et pourquoi ?"*

Objectif: Stimuler la créativité et ouvrir des discussions inattendues.

9. LE QUIZ DE L'HÔTE?

Instructions:

- Prépare 5-6 questions légères sur toi ou sur le menu, comme un mini quiz :
 1. *"Quel est mon ingrédient secret pour le dessert ?"*
 2. *"Dans quel pays ai-je voyagé récemment ?"*
- Les invités essaient de répondre, et tu peux offrir un petit prix symbolique (comme un bonbon ou une décoration de table).

Objectif: Créer un moment interactif et donner un sujet commun pour démarrer les discussions.

10. LE JEU DES SECRETS

Instructions:

- Chaque convive écrit un petit secret ou une anecdote amusante (mais anonyme) sur un bout de papier.
- L'hôte les lit à voix haute, et les autres doivent deviner à qui appartient chaque secret.

Objectif: Briser la glace tout en dévoilant des facettes inattendues de chacun.

11. QUESTIONS À BRÛLER LA LANGUE

Instructions:

- Préparez une liste de questions originales (par exemple, *"Si tu pouvais être un animal, lequel serais-tu ?"* ou *"Quelle est la chose la plus folle que tu as faite ?"*).
- Chaque participant doit répondre sincèrement à une question pigée au hasard.

Objectif: Stimuler des discussions légères et profondes à la fois.

12. LE SOUHAIT POUR LA SOIRÉE

Instructions:

- Pendant le dessert ou l'apéritif, demande à chacun : *"Quel est votre souhait pour cette soirée ou pour le reste de l'année ?"*
- Encourage des réponses drôles ou profondes selon le ton du souper.

Objectif: Clôturer ou démarrer la soirée sur une note positive et personnelle.

Un souvenir mémorable pour tous

Ces activités ne sont pas seulement des jeux : elles sont des opportunités de créer des souvenirs inoubliables, de renforcer des liens et d'inspirer des échanges riches. Alors, laissez libre cours à votre créativité et devenez l'hôte ou le leader dont tout le monde se souviendra avec un sourire.