

Variante : s'ils le souhaitent, les joueurs peuvent choisir de donner un diamant supplémentaire de leur propre réserve au joueur actif si sa réponse a été particulièrement courageuse ou personnelle. L'appréciation est laissée aux joueurs : chaque joueur est unique et il peut être difficile pour certains de partager leurs émotions. N'hésitez pas à encourager ces échanges, le dialogue est une part importante du jeu et une aide précieuse. Cette variante est plutôt conseillée pour jouer entre adultes ou si un adulte supervise le jeu avec les enfants.

FIN DE LA PARTIE

Lorsque le phare est construit ou que la vague est complète, la partie est terminée.

Si le phare est complet avant que toutes les cartes vague aient été retournées, vous gagnez la partie. Si la vague est complète avant que vous ayez réussi à construire le phare, vous perdez la partie.



Le dernier joueur tire alors la carte carnet de bord : c'est le moment de relire votre carnet de bord et de vérifier qu'il est bien complet. Si ce n'est pas le cas d'un joueur, les autres joueurs l'aident à remplir son carnet de bord en lui donnant au moins une stratégie pour l'aider à atteindre son but.



Lorsque vous gagnez la partie, chaque joueur reçoit une carte trésor : le dernier à avoir joué regarde les cartes trésor et en choisit une à donner au joueur à sa gauche. Il lui passe ensuite les cartes afin que celui-ci en choisisse une pour le joueur à sa gauche, *etc.*, et ce, jusqu'à ce que chaque joueur ait reçu une carte trésor. Certaines cartes sont laissées blanches, afin que vous puissiez les compléter vous-mêmes.

La partie est maintenant terminée, et c'est le moment de passer à l'action dans la vraie vie. Gardez votre carnet de bord et les conseils prodigués pendant la partie, et que la confiance soit avec vous pour atteindre votre but !

CAP SUR LA CONFIANCE

HELVETIQ

HELVETIQ

CAP SUR LA CONFIANCE



MATÉRIEL DE JEU

- 1 bloc note carnet de bord
- 60 cartes boussole
- 149 cartes action :
 - 56 cartes lanterne
 - 29 cartes pingouin
 - 22 cartes bouée de sauvetage
 - 16 cartes gouvernail
 - 25 cartes trésor
- 1 carte carnet de bord
- 5 cartes phare
- 6 cartes vague
- 40 diamants
- 1 dé
- 1 livret de règles
- 1 guide pédagogique

1h

2-8

8-99

AUTEURS :
Mélanie Cotting & Quentin Bays

DESIGN :
Felix Kindelán



BUT DU JEU

Cap sur la Confiance est un jeu coopératif. Choisissez un but à atteindre, répondez aux questions, partagez vos expériences avec les autres joueurs et, ensemble, développez votre confiance en vous.

Réussirez-vous à bâtir le phare avant que la vague ne soit complète ?

PRÉPARATION DU JEU

Préparez la pioche des cartes boussole :

1. Mélangez les boussoles rouges et faites une pile.
2. Mélangez les boussoles orange et ajoutez-les sur la pile.
3. Mélangez les boussoles jaunes et ajoutez-les sur la pile.

Mélangez et faites une pioche pour chaque type de cartes action : une pioche lanterne, une pioche pingouin, une pioche gouvernail, une pioche bouée de secours.

Les cartes trésor et la carte carnet de bord seront utilisées à la fin de la partie. Vous pouvez les mettre de côté, la carte carnet de bord au dessus des cartes trésor.

Enfin, placez les morceaux de la vague et du phare au centre de l'espace de jeu, face la plus foncée visible.

Chaque joueur prend devant lui un carnet de bord et de quoi écrire.

DÉROULEMENT DU JEU

Avant de commencer la partie, chaque joueur choisit un objectif personnel qu'il souhaite atteindre (un but précis, quelque chose à changer, une situation à améliorer) et le note sur son carnet de bord.

Chacun partage son objectif à voix haute. Au cours de la partie, vous remplirez le reste du carnet avec l'aide des autres joueurs. Ensuite, chacun votre tour, piochez une carte boussole et effectuez l'action correspondante, puis défaussez ensuite toutes les cartes utilisées à côté de la pioche.

CARTES BOUSSOLE



PHARE ET VAGUE

Retournez une carte phare ou vague.



PIÈCES

Les pièces permettent d'acheter des cartes lanterne. Il faut 3 pièces pour acheter une lanterne. Vous pouvez utiliser ces pièces immédiatement (placez-les dans la défausse et prenez une carte lanterne), ou les conserver pour plus tard. Si vous le souhaitez, vous pouvez mettre vos pièces en commun pour acheter une lanterne. Dans ce cas, tous les joueurs qui ont participé à l'achat répondent à la question, et ils se partagent les diamants (attention, on gagne le même nombre de diamants quel que soit le nombre de joueurs qui répondent à la question).



CARTES LANTERNE

Les lanternes vous aident à mieux vous connaître. Répondez aux questions librement, il n'y a que des bonnes réponses.



DÉ

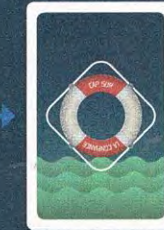
Certaines cartes boussole sont des cartes dé. Lancez le dé et piochez la carte correspondante (pingouin, gouvernail ou bouée de secours).

Lisez à voix haute les instructions ou informations indiquées sur la carte.



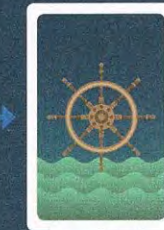
CARTES PINGOUIN

Les pingouins sont des cartes qui permettent de partager des expériences et de surmonter vos difficultés. Quelle que soit votre situation, vous verrez que vous n'êtes pas tout seul.



CARTES BOUÉE DE SECOURS

Les cartes bouées de secours vous permettent de demander des idées aux autres joueurs pour vous aider à trouver des stratégies pour atteindre votre but. Pensez à noter ces idées sur votre carnet de bord.



CARTES GOUVERNAIL

Les gouvernails vous révèlent des secrets sur le fonctionnement de votre cerveau et de vos émotions, pour mieux les comprendre et apprendre à les gérer plus facilement.



Certaines cartes font gagner des diamants : le nombre de diamants que l'on gagne est alors indiqué en bas de la carte. Ces derniers permettent de faire reculer la vague. Lorsque vous avez 20 diamants, vous pouvez retourner un morceau de la vague. Il est possible de mettre ses diamants en commun afin de ralentir ensemble la progression de la vague.