

## CHECK-LIST POUR DÉMARRER UN GROUPE AFFINITAIRE (liste non exhaustive)

- ✓ Identifier des personnes de confiance et/ou participer à un exercice pour évaluer son niveau d'engagement
- ✓ Partager ses motivations et ses expériences (en dehors de tout jugement)
  - Pourquoi je veux participer à l'action ?
  - Qu'est-ce que j'attends des autres ?
  - Comment je me sens émotionnellement et physiquement ?
  - Quelles situations je me sens prêt·e à vivre, quels risques je peux prendre ?
  - Quelles sont mes limites et mes peurs ?
  - Quelle est ma position face à la répression et mes attentes en cas d'arrestation ?
  - Quels sont mes besoins spécifiques avant, pendant et après l'action ? etc...
- ✓ Réfléchir ensemble au fonctionnement du groupe
  - Mettre en place des binômes (ou trinômes) de confiance (bon à savoir : des personnes considérées comme étant du même genre ont plus de chances de rester ensemble en cas de garde à vue).
  - Décider comment sont prises les décisions (consensus, consentement, autre) et s'y entraîner.
  - Répartir les rôles selon les envies et compétences de chacun·e (par ex. faire le lien avec l'équipe de suivi juridique / Legal Team).
  - Définir quelle est l'attitude du groupe face à la police.
  - Lister le matériel (téléphone éventuel, kit premiers soins, eau, nourriture, banderoles...) et s'assurer de le répartir pour pouvoir s'adapter à différentes situations, y compris une séparation des membres du groupe.
  - Fixer un horaire et un point de rdv en cas de séparation.
  - Y a-t-il des situations dans lesquelles notre groupe pourrait se scinder ou se dissoudre ?
  - Comment nous comportons-nous avec d'autres groupes ? etc...
- ✓ Choisir un nom et/ou un cri de ralliement + un geste (visible en hauteur dans la foule)
- ✓ Lister les infos personnelles (contact, traitement médical...) qui sont partageables selon les circonstances (arrestation, garde à vue, blessure...)
- ✓ Confier ses "garanties de représentation" (contrat, bail, attestation d'hébergement...) à une personne de confiance dans l'hypothèse d'une comparution immédiate



Les principales sources de ce document sont consultables à <http://diffraction.zone/boite-a-outils/>

## AGIR EN GROUPE AFFINITAIRE

### C'est quoi un groupe affinitaire ? (GA)

Un **groupe affinitaire** désigne un petit nombre de personnes (4 à 8 individus en principe, parfois plus) qui agissent ensemble avec des principes communs dans des actions, des manifestations... Un GA se constitue habituellement entre personnes de confiance prêt·es à prendre le même niveau de risque et qui s'organisent de manière non hiérarchique et autonome. Ce groupe va réunir des personnes qui se retrouvent sur un engagement commun, des opinions partagées, des savoir-faire communs... ou tout cela à la fois ! Il peut se constituer de façon ponctuelle ou encore sur le long terme (et être alors composé de dix, quinze, vingt personnes). Il peut être ouvert, accessible par cooptation, ou fermé à l'adhésion de nouveaux·elles membres.

### Pourquoi s'organiser en groupe affinitaire ? (motivations multiples)

- Agir avec des personnes en qui on a confiance
- Se soutenir (sécurité juridique collective, soutien physique, entraide émotionnelle, assistance médicale...) avant, pendant et après l'action
- Être efficace, créatifs·ives, réactifs·ives
- Créer des repères communs (prises de décisions, communication, déplacements...) dans des situations stressantes et "mouvantes" (actions, mobilisations...)

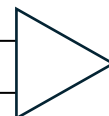
### Comment procéder ?

Il n'existe pas une seule façon de faire ; ça dépendra aussi des objectifs que le groupe se sera donnés et du niveau d'implication qui sera défini collectivement.

### CONSTRUIRE UN GROUPE AFFINITAIRE (APERÇU)



GROUPE ACTIF SUR QUELLE ÉCHELLE DE TEMPS ?



## ⇒ Apprendre à se connaître

Les groupes affinitaires sont basés sur le soutien mutuel et la confiance, ce qui demande qu'on y consacre du temps. Action unique ou groupe à long terme, prenez le temps de vous connaître et **ANTICIPEZ**. Partagez vos expériences, vos inquiétudes et vos motivations (des précisions plus loin). Même si vous vous rencontrez juste avant une action, avoir une discussion rapide sur vos espoirs et vos besoins peut faire une grande différence.



## ⇒ Définir des accords de base

Assurez-vous d'être un minimum d'accord. Déterminez comment le groupe va fonctionner en abordant les objectifs de votre action, le niveau d'engagement de chacun-e, les besoins de sécurité et de confidentialité, les modes de prises de décision (tout particulièrement dans des moments d'urgence) ... Il est important que chaque membre du groupe puisse s'y tenir, même dans des situations stressantes. Dans le cas contraire, vous risquez de mettre vos membres en danger.

## ⇒ Agir ensemble

Idéalement, chaque membre du groupe est impliqué-e dans la préparation des actions. Abordez objectifs, cibles, tactiques, risques, conséquences de votre action... Si vous agissez dans des événements "types" (résistance à une expulsion par ex), vous pouvez définir un processus que vous utiliserez à chaque fois.

Planifiez votre action (lieux, horaires, déroulé, matériel, rôle, communication, positionnement, point de ralliement, débriefing...) et la façon dont vous déciderez le moment venu (une partie des membres ? la totalité ? au consentement ? au consensus ?) en fonction des circonstances et du degré d'urgence éventuel. Assurez-vous aussi que les rôles tenus par les membres correspondent à leurs compétences et envies.

Envisagez différents scénarios et votre façon d'y réagir (Quels échanges avec les personnes sur place ? Quelle attitude si les flics interviennent ? Comment réagir en cas d'arrestation d'un-e des membres du groupe ? Dans quel(s) cas l'action est-elle interrompue ? etc...).

Une façon d'assurer cette réussite c'est d'avoir des binômes (ou trinômes) de confiance au sein même du groupe. Dans un binôme, on peut s'entraider, partager des informations personnelles importantes (contacts en cas de garde à vue, informations médicales...), choisir de se déplacer côte à côte... et se soutenir mutuellement avant, pendant et après action.

⇒ **Un enjeu particulier : le stress et la régulation de ton système nerveux**

Pendant une action, le stress va influencer considérablement notre capacité à traverser les événements. Notre façon de réagir, notre « fenêtre de tolérance », sera fonction de notre vécu et de nos éventuels traumatismes. Dans des circonstances particulièrement stressantes, c'est le système nerveux qui prend le relais pour assurer notre survie. Et il le fait à travers cinq principales réactions : la fuite / le combat / l'apaisement / l'engourdissement (perte de sensation) / la

dissociation (déconnexion de la réalité et des émotions). Avoir quelques bases sur comment chacun-e réagit face au stress est donc essentiel, pour le groupe comme pour ses membres. À la fois pour prendre soin de soi mais aussi de ses camarades d'action.

Autre point essentiel : la co-régulation entre nos systèmes nerveux. Dans une situation de stress intense, le fonctionnement du groupe affinitaire va permettre de réguler ses membres. Si une seule personne peut ainsi influencer tout un groupe avec son stress, inversement elle pourra le soutenir voire l'apaiser. On va donc chercher à mettre en place des pratiques de soutien individuel et collectif. Des exemples ci-dessous.

## En amont

- Me souvenir de quelles ont été mes réactions dans des moments de stress et de tensions (engueulade, accident...).
- Identifier ce qui m'apaise (une image, un souvenir, une sensation...) ou, au contraire, me tend (bruit, toucher...).
- Si faisable pour moi, le partager à mon binôme de confiance (voire à l'ensemble du groupe si nos liens le permettent).



## Pendant l'action

- Faire des pauses, si possible, et évacuer les tensions (respiration, relaxation, petit jeu...).
- Vérifier régulièrement l'état émotionnel et le consentement des membres du groupe.
- Rester en contact et proposer son aide si on observe un-e des membres en difficulté ou en détresse.

## Post-action

- Décharger, libérer le stress accumulé dans le corps pour ne pas le traîner avec soi.
- Débriefing en groupe sur l'action et nos vécus.

**Zoom sur la prise de décision en action** (un exemple de comment décider ensemble dans des circonstances instables, voire stressantes, et avec un temps limité)

Une personne, ou mieux un binôme, facilite la prise de décision (identifier qui le fait en amont de l'action). Idéalement on s'entraîne à décider ensemble de cette façon avant action.



1. Partage des informations nécessaires, le plus succinctement possible
2. Qu'est-ce qu'on fait ? Quelles sont nos options ?
3. Comment on se sent par rapport à ces options ? Tour de parole des préférences, émotions, besoins, limites de chacun.e.
4. Proposition claire du binôme de facilitation qui prend en compte ce qui vient d'être exprimé.
5. Prise de température au consentement : chacun.e indique s'il est d'accord (pouce en haut) / réservé-e mais peut vivre avec la proposition (pouce à l'horizontale) / opposé-e et ne souhaite pas participer (pouce vers le bas).
6. Si les membres du groupe sont ok alors lister les actions à réaliser et répartir les rôles / Si fort désaccord et-ou contreproposition alors on revient à l'étape 2,3 ou 4.