



## PROGRAMME « UNPLUGGED » Année scolaire 2021 / 2022

### 1/ PREAMBULE

Elles permettent notamment de développer :

- La prévention des addictions et conduites à risques ;
- La liberté d'expression dans le respect de chacun et sans être jugé ;
- La connaissance et la confiance en soi ;
- Les prises de décision et les savoir-être ;
- Plus globalement **des compétences psycho-sociales** qui serviront toute la vie, aussi bien dans le domaine privé que professionnel.

### 2/ ORGANISATION

Pour l'année 2021/2022, les classes suivantes sont impliquées par le programme « Unplugged » avec accompagnement des membres de l'équipe éducative et pédagogique volontaires, et futurs formateurs au sein du collège, par Mme Marie-Renée Boisrame, chargée de prévention et de formation au sein de l'association France Addiction.

Classes	Professeurs
6ème D	Valériane Kimor
6 <sup>ème</sup> G	Virginie Lusseau
5ème D	Kenny Larzul
4C	Michel Urvoy

### 3/ PROGRAMME ET CALENDRIER

**13 séances sont programmées sur l'année 2021/2022**

SEANCES	INTITULE	DATE
1	Bienvenue dans « Unplugged »	15 octobre 2021
2	Etre ou ne pas être dans un groupe	12 novembre 2021
3	Alcool, risques et protection	26 novembre 2021
4	Et si c'était faux ?	10 décembre 2021
5	Tabac, chicha, que sais-je	7 janvier 2022
6	Exprime tes émotions	21 janvier 2022
7	Etre en confiance, savoir dire non	4 février 2022
8	Briser la glace	3 mars 2022
9	Infos / Intox	18 mars 2022
10	La force est en nous	8 avril 2022
11	Trouve des solutions	6 mai 2022
12	Unplugged awards	20 mai 2022
13	Les écrans	10 juin 2022

- Chaque séance dure 1 heure et chacune d'elle est structurée par un « livret intervenant » qui s'appuie sur des outils pédagogiques interactifs ;
- Chaque élève reçoit également un livret individuel à compléter afin de tracer et conserver les éléments à retenir de chaque séance ;

#### **4/ SUIVI ET EVALUATION DU PROGRAMME**

Un outil de monitoring en ligne « suivi-unplugged.fr » élaboré par Santé Publique France, sous la forme d'un questionnaire, est à renseigner par les formateurs à la fin de chaque séance. Il permet de suivre la qualité d'implantation du programme au sein des établissements scolaires et d'enrichir utilement le retour d'expérience depuis le terrain.

A l'issue du programme 2021/2022 une évaluation sera également faite au sein du collège par les enseignants concernés avec les élèves et Mme Marie-Renée Boisrame, qui intervient en tant que formatrice, afin de faire remonter si besoin des propositions sur le contenu des séances et des outils pédagogiques utilisés.

#### **5/ BLASONS**

Établissement de blasons personnalisés, par classe, à l'issue de la **séance n° 1** d'introduction au programme « Unplugged » du 15 octobre 2021, dont les deux suivants à titre d'exemple :

  <b>CHARTRE UNPLUGGED 6D</b>	
<b>Ce que cela peut nous apporter:</b>  Confiance en soi et aux autres  Connaissances des addictions,  Apprendre ce qu'il ne faut pas faire  Ne pas devenir addicté  Avoir une vision différente des choses  Exprimer nos émotions  Réduire les problèmes dans la classe	<b>Ce dont nous avons besoin pour nous sentir bien :</b>  Calme  Avoir des copains dans le groupe  Être entouré d'amis,  Que les autres ne se moquent pas  Ne pas avoir peur d'être jugé par les autres  De sympathie  Être avec des personnes de confiance  Une bonne ambiance dans la classe  Avoir de l'aide
<b>Ce que nous sommes prêt à faire pour que cela se passe bien :</b>  Être calme, être attentif  Ecouter quand quelqu'un parle, ne pas couper la parole  Ne pas se moquer, être sympa avec les autres, être discret  Respecter les choix de chacun même si on n'est pas d'accord, ne pas juger les autres  Retenir cette expérience	





6<sup>ème</sup> G

Ce que cela peut vous apporter :

- Du temps pour parler, se sentir plus à l'aise pour parler avec les autres.
- De la peur : des sujets difficiles à aborder (tabac, alcool...)
- Être ensemble, partager avec toute la classe.
- De bons moments.
- Des conseils pour ne pas fumer et ne pas boire d'alcool.
- Avancer dans notre vie, apprendre à connaître les autres (émotions).
- S'aider les uns les autres.
- Savoir dire non, être courageux, oser dire ce qu'on pense.
- De la confiance.
- Du soulagement : du bien-être.
- De l'énergie.

Ce dont vous avez besoin pour vous sentir bien :

- être gentil avec les autres.
- être poli, être respectueux.
- être attentif, concentré.
- parler de nos émotions.
- avoir confiance en nous.
- s'aimer les uns les autres, ne pas se disputer.
- de l'écoute, respecter la parole des autres, savoir s'écouter.
- une bonne entente en nous et les intervenants.

Ce que vous êtes prêt à faire pour que cela se passe bien :

- être sage, écouter les autres
- accepter le travail en groupe, ensemble
- avoir confiance en nous
- ne pas bavarder avec les autres
- être attentif
- discuter à propos du thème de la séance
- accepter les autres, s'entraider
- avoir de l'énergie
- ne pas se disputer
- faire des efforts
- respecter les niveaux de voix



4<sup>ème</sup> C

**Ce que cela peut nous apporter :**

- La confiance en soi et la confiance aux autres ;
- Être plus responsable, de la maturité ;
- Le travail en équipe ;
- La prévention des dangers pour notre avenir ;
- La protection par rapport aux risques.

**Ce dont nous avons besoin pour nous sentir bien :**

- Pouvoir parler, participer ;
- Travailler en groupe ;
- La bonne humeur ;
- Calme et silence ;
- Gentillesse ;
- Confiance.

**Ce que nous sommes prêt à faire pour que cela se passe bien :**

- Participer ;
- Se tenir calme ;
- Ecouter les autres ;
- Faire des efforts ;
- Ne pas insulter.

## 6/ PHOTOS

Lors de la **séance N° 6** « exprime tes émotions » du 21 janvier 2022, les photos de classe suivantes ont été prises, lesquelles témoignent collectivement du bel esprit de participation les élèves au programme « Unplugged ».

« Exprimer la joie »



4ème C



« Exprime tes émotions »

6ème G



**EXPRIME TES ÉMOTIONS !**

