SEMAINE
DE PRÉVENTION
DES DÉPENDANCES

GUIDE D'ANIMATION POUR LES GROUPES DE JEUNES DE 10 À 12 ANS

Québec

Cette année, à l'occasion de la Semaine de prévention des dépendances, qui se tient du 18 au 24 novembre 2018, nous vous proposons une activité originale pour les jeunes de 10 à 12 ans.

Des activités ainsi que des guides d'animation sont aussi disponibles pour les jeunes de 13 à 16 ans et pour ceux de 17 à 24 ans et sont téléchargeables à l'adresse Web **www.msss.gouv.qc.ca/professionnels/dependances.**

LE GUIDE D'ANIMATION 2018 EST UN OUTIL POUR LES ENSEIGNANTS ET LES INTERVENANTS QUI TRAVAILLENT AUPRÈS DES JEUNES DE 10 À 12 ANS.

Bien que leur lancement s'insère dans le contexte de la Semaine de prévention des dépendances (SPD), les activités proposées peuvent être réalisées à tout autre moment de l'année. Il est recommandé d'établir des liens avec d'autres initiatives déjà implantées dans l'école, dans le contexte de l'approche École en santé et du référent ÉKIP pour des actions de promotion-prévention intégrées et de la prévention de la violence.

Comme le recommandent les experts, les outils destinés aux jeunes de 10 à 12 ans ne contiennent aucune information concernant la consommation d'alcool ou d'autres drogues. Étant donné le niveau de développement des jeunes de ce groupe d'âge, les interventions qui leur sont destinées doivent miser sur le développement de facteurs de protection plutôt que sur la connaissance des risques associés à la consommation ou à la pratique des jeux de hasard et d'argent.

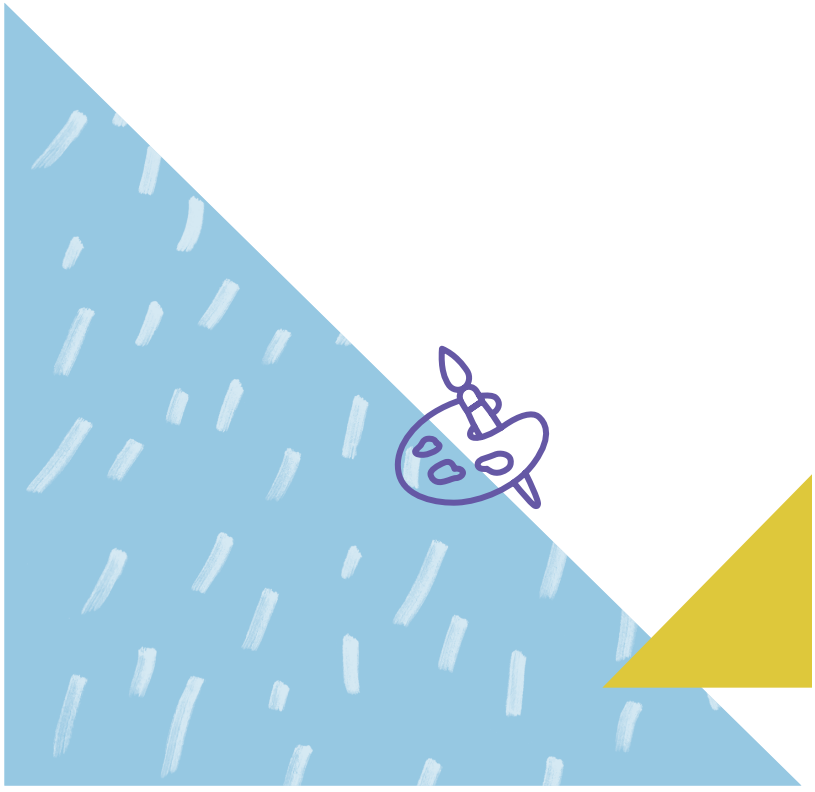
L'activité proposée dans ce guide d'animation a comme objectif général de promouvoir un facteur de protection reconnu parmi les plus efficaces pour contrer les risques associés à la consommation d'alcool ou d'autres drogues et à la pratique des jeux de hasard et d'argent, c'est-à-dire l'engagement des jeunes dans leurs différents milieux de vie. Cet engagement peut leur permettre de développer des habiletés et des compétences personnelles et sociales qui deviennent à leur tour d'autres facteurs de protection qui leur seront utiles dans différents aspects de leur vie, notamment pour prévenir les risques associés à la consommation de substances et à la pratique des jeux de hasard et d'argent. Vous trouverez, à l'annexe 1 de ce guide, de l'information complémentaire concernant les facteurs de protection et plus précisément l'engagement.

TITRE DE L'ACTIVITÉ :

ATELIER CRÉATIF SUR L'ENGAGEMENT

Les objectifs de cette activité sont de permettre aux jeunes de :

- prendre conscience de leurs activités préférées ou des passions dans lesquelles ils sont engagés;
- découvrir de nouvelles activités et de nouveaux profils d'activités;
- découvrir les activités préférées ou les passions (engagement) des gens de leur entourage immédiat (classe, amis, famille);
- découvrir la variété d'activités qui s'offrent à eux, peu importe leur profil;
- discuter des forces et des habiletés qu'ils peuvent développer grâce à leur engagement dans une ou plusieurs activités;
- travailler, discuter et s'amuser avec d'autres jeunes en acquérant des connaissances sur le sujet de l'engagement.



L'activité se déroule en trois étapes

Définition de l'engagement

- Se référer à la section 1 du guide
- Durée de 5 à 10 minutes

Types de profils

- Se référer à la section 2 du guide
- Durée de 10 à 15 minutes

Jeu d'origami

- Se référer à la section 3 du guide
- Durée de 20 à 30 minutes

MATÉRIEL REQUIS

Pour l'enseignant ou l'intervenant :

- Le guide d'animation

Pour les jeunes

- Crayon
- Ciseaux
- Guide du participant imprimé

L'enseignant ou l'intervenant distribue le guide du participant aux jeunes et leur demande de lire la définition de l'engagement et précise qu'une discussion à ce sujet suivra.

1

DÉFINITION DE L'ENGAGEMENT

Voir la section A de l'annexe pour les contenus relatifs à cette étape.

- Passer en revue la définition en insistant sur les notions de régularité et de planification.
- Préciser qu'il peut s'agir d'une ou de plusieurs activités qui peuvent être pratiquées individuellement ou en groupe.
- Discuter en groupe des compétences et des habiletés que l'engagement permet de développer
- Nommer, décrire les différentes activités de l'école et en parler : activités scolaires et parascolaires.
- Inviter les jeunes à se renseigner sur les activités offertes dans leur communauté. Les informer sur les différentes ressources communautaires qui existent : organismes, service des loisirs, etc.

2

TYPES DE PROFILS

Voir la section B de l'annexe pour les contenus relatifs à cette étape.

Passer en revue la présentation du premier profil :

- Demander aux jeunes d'encercler leur activité préférée pour ce profil dans le guide du participant.
- Si leur activité préférée ne figure pas sur la liste, la leur faire écrire.
- En discussion de groupe, trouver d'autres exemples pour ce profil et demander aux jeunes d'inscrire une deuxième activité.

Passer en revue la présentation du second profil :

- Demander aux jeunes d'encercler leur activité préférée pour ce profil.
- Si leur activité préférée ne figure pas sur la liste, la leur faire écrire.
- En discussion de groupe, trouver d'autres exemples pour ce profil et demander aux jeunes d'inscrire une deuxième activité.

Passer en revue la présentation du troisième profil :

- Demander aux jeunes d'encercler leur activité préférée pour ce profil.
- Si leur activité préférée ne figure pas sur la liste, la leur faire écrire.
- En discussion de groupe, trouver d'autres exemples pour ce profil et demander aux jeunes d'inscrire une deuxième activité.

Passer en revue la présentation du quatrième profil :

- Demander aux jeunes d'encercler leur activité préférée pour ce profil.
- Si leur activité préférée ne figure pas sur la liste, la leur faire écrire.
- En discussion de groupe, trouver d'autres exemples pour ce profil et demander aux jeunes d'inscrire une deuxième activité.

Souligner que chaque personne est différente et qu'il est possible de s'intéresser à des types d'activités variés et d'avoir un profil multiple : « artistico-social », « sportivo-intello », etc.

- Trouver en groupe les autres variations de profils multiples (ex. : « intello-social »).

3

JEU D'ORIGAMI

Voir la section C de l'annexe pour les contenus relatifs à cette étape.

- Demander aux jeunes de remplir les cases 1 à 8.
- Procéder à la confection du jeu d'origami.

Une fois la confection terminée :

- Inviter les jeunes à tester leur jeu d'origami.
- Les faire jouer entre eux pour qu'ils découvrent les activités des autres.
- Les encourager à faire de même à la récréation.
- Les encourager à faire de même à la maison (avec leurs sœurs, frères, cousines, cousins et même leurs parents).

Comment jouer

- La personne avec qui tu joues doit choisir un mot parmi les 4 profils qui se trouvent sur le dessus du jeu d'origami.
- Ouvre le jeu d'origami dans un sens puis dans l'autre autant de fois que le nombre de lettres du mot choisi, comme pour l'épeler.
- En finissant d'épeler le mot, garde le jeu d'origami ouvert dans cette position.
- La personne avec qui tu joues doit maintenant choisir son activité préférée parmi celles qu'elle voit.
- Ouvre le jeu d'origami dans un sens puis dans l'autre autant de fois que le nombre de lettres de l'activité choisie, comme pour l'épeler.
- La personne avec qui tu joues doit maintenant choisir une autre activité parmi celles qu'elle voit.
- Soulève l'activité choisie pour révéler le message à ton partenaire de jeu.
- Recommence autant de fois que tu veux.

ANNEXE

A

DÉFINITION DE L'ENGAGEMENT

ENGAGEMENT = FACTEUR DE PROTECTION

Un facteur de protection est un élément qui, par sa présence dans la vie de quelqu'un, diminue la probabilité de l'apparition d'un problème, que celui-ci soit lié notamment à la consommation d'alcool ou de drogues ou encore à la pratique des jeux de hasard et d'argent. Un facteur de protection peut s'acquérir ou être renforcé.

L'engagement peut prendre la forme d'une variété d'activités comprenant le bénévolat, l'action sociale, les sports individuels ou d'équipe, la musique et les arts ou d'autres occupations intellectuelles ou manuelles, qui peuvent être pratiquées dans les divers milieux que constituent la famille, l'école, les organisations jeunesse, scolaires ou communautaires.

Pour être considérées comme un engagement, les activités doivent présenter certaines caractéristiques : offrir un lien entre l'individu et le monde extérieur, être importantes et signifiantes, être structurées et avoir un but clair, comparativement à des activités aléatoires (ex. : jouer avec ses amis, regarder la télévision, etc.). Aussi, elles doivent permettre aux jeunes de côtoyer des adultes attentifs et des modèles qui soutiennent et encouragent leur engagement.

POUR UNE DISCUSSION AVEC LES JEUNES :

L'engagement :

- C'est une activité qui est planifiée et que tu pratiques de façon régulière, en famille, entre amis ou de façon individuelle.
- Tu peux t'engager dans une ou plusieurs activités à l'école ou avec des organisations scolaires, parascolaires ou communautaires.
- Les possibilités sont nombreuses et variées, selon tes préférences.

Forces et compétences que l'engagement permet de développer :

L'engagement dans une activité qui correspond à nos intérêts nous permet, par exemple, d'améliorer notre connaissance de nous-mêmes (on sait mieux ce qu'on aime et ce qu'on aime moins, par exemple) et notre confiance en nous, d'être en contact avec des amis qui partagent les mêmes intérêts que nous, d'être en contact avec des adultes attentifs et qui nous soutiennent, de développer l'affirmation de soi (affirmer ses besoins et ses émotions), de participer à des prises de décisions en équipe, d'apprendre à maîtriser nos émotions et de sentir que nous avons notre place dans notre milieu, ce qui nous permet de nous y sentir mieux.

B

TYPES DE PROFILS

Cette activité se retrouve à la page 3 du guide du participant.

PROFIL 1 : SPORTIF

Tu débordes d'énergie et tu n'as pas peur de fournir de gros efforts pour repousser tes limites ?

TU AS PEUT-ÊTRE LE PROFIL SPORTIF

Lis les activités suivantes :

BASKET-BALL
PATINAGE ARTISTIQUE
NATATION
HOCKEY
BICYCLETTE
GYMNASTIQUE
SOCCER

Encercle ton activité SPORTIVE préférée.
Si elle n'y est pas, inscris-la ici :

Encercle ou inscris une deuxième activité que tu aimes :

PROFIL 2 : ARTISTIQUE

Tu as une imagination débordante, tu aimes créer et t'exprimer de différentes façons ?

TU AS PEUT-ÊTRE LE PROFIL ARTISTIQUE

Lis les activités suivantes :

THÉÂTRE
DANSE
DESSIN
ÉCRITURE
CHANT
ARTISANAT
MUSIQUE

Encercle ton activité ARTISTIQUE préférée.
Si elle n'y est pas, inscris-la ici :

Encercle ou inscris une deuxième activité que tu aimes :

PROFIL 3 : INTELLECTUEL

Tu es une personne curieuse qui aime comprendre comment fonctionnent les choses et résoudre des problèmes ?

TU AS PEUT-ÊTRE LE PROFIL INTELLECTUEL

Lis les activités suivantes :

LECTURE

JEUX DE TABLE

JEUX MATHÉMATIQUES

ÉCHECS

COLLECTION

ACTIVITÉS SCIENTIFIQUES

JEUX VIDÉO

CASSE-TÊTES

Encercle ton activité INTELLECTUELLE préférée.
Si elle n'y est pas, inscris-la ici :

_____

Encercle ou inscris une deuxième activité que tu aimes :

_____

PROFIL 4 : SOCIAL

Tu aimes les gens, offrir ton aide et trouver des manières d'améliorer le monde dans lequel nous vivons ?

TU AS PEUT-ÊTRE LE PROFIL SOCIAL

Lis les activités suivantes :

BÉNÉVOLAT

RECYCLAGE, PROTÉGER LA PLANÈTE, FAIRE ATTENTION À L'ENVIRONNEMENT

ÉCOLOGIE

GARDIENNAGE, S'OCCUPER DES ENFANTS, EN PRENDRE SOIN

COMITÉ SCOLAIRE

S'OCCUPER DES ANIMAUX, EN PRENDRE SOIN

Encercle ton activité SOCIALE préférée.
Si elle n'y est pas, inscris-la ici :

_____

Encercle ou inscris une deuxième activité que tu aimes :

_____

C

JEU D'ORIGAMI

Cette activité se retrouve à la page 6 du guide du participant.

PERSONNALISATION DU JEU D'ORIGAMI PAR LES JEUNES

Dans la case 1
Inscris l'activité SPORTIVE que tu préfères.

Dans la case 2
Inscris l'activité ARTISTIQUE que tu préfères.

Dans la case 3
Inscris l'activité INTELLECTUELLE que tu préfères.

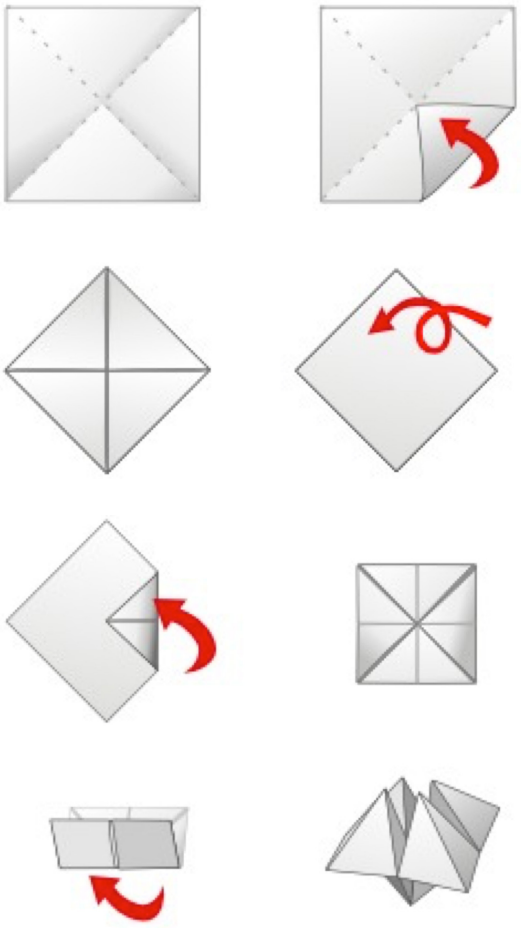
Dans la case 4
Inscris l'activité SOCIALE que tu préfères.

Dans la case 5
Inscris ta seconde activité SPORTIVE préférée.

Dans la case 6
Inscris ta seconde activité ARTISTIQUE préférée.

Dans la case 7
Inscris ta seconde activité INTELLECTUELLE préférée.

Dans la case 8
Inscris ta seconde activité SOCIALE préférée.



CONFECTION DU JEU D'ORIGAMI

1 Avec tes ciseaux, découpe la feuille le long du pointillé pour en faire un carré.

2 Plie le carré en diagonale pour faire un triangle.

3 Déplie la feuille.

4 Plie la feuille sur la diagonale qui n'a pas encore de pli.

5 Déplie le triangle.

6 Place la feuille avec la face imprimée contre la table.

7 Plie un coin vers le centre.

8 Plie les trois autres coins vers le centre.

9 Retourne la feuille.

10 Plie un coin vers le centre.

11 Plie les trois autres coins vers le centre.

12 Plie la feuille en deux et rouvre-la.

13 Fais de même de l'autre côté.

14 Passe les doigts sous le jeu d'origami pour le former.

18-001-07W, © Gouvernement du Québec, 2018