

Prévenir les addictions en classe



MOTS CLÉS : PROMOTION SANTÉ VALAIS • ANIMATION

L'animation pédagogique et Promotion santé Valais se sont alliées dans le cadre du projet Escape Addict pour développer des fiches destinées aux enseignants de sciences (10H). Ces fiches proposent diverses activités faisant interagir autour de la thématique des addictions et des sciences tout en utilisant des informations concrètes et locales telles qu'un reportage de Temps Présent sur l'utilisation des écrans.

L'évaluation du programme de prévention des addictions et des conduites à risque Escape Addict, proposé à tous les élèves valaisans, a mis en lumière la nécessité de répéter certains messages de prévention et de prolonger l'expérience vécue en classe. Ainsi, des fiches ont été réalisées pour approfondir la thématique des addictions dans les cours traditionnels de branches enseignées. La prévention n'étant pas que l'apanage de chargés de prévention, l'enseignant devient ici une personne ressource.

«Sur Instagram on se dit que tout le monde s'éclate, tout le monde fait des trucs cool, tout le monde a une vie géniale... et toi tu es sur ton canapé à te demander qu'est-ce que je fais de bien dans ma vie que je pourrais montrer aux autres pour leur dire moi aussi je fais quelque chose.»

Cynthia,
émission Temps Présent, RTS

En abordant les addictions et la santé, ces fiches ont pour objectifs de sensibiliser aux dangers que représentent les addictions et les substances toxiques. Grâce aux activités proposées, les élèves comprennent le fonctionnement d'une addiction et quelles sont les substances ou comportements qui peuvent conduire à une addiction. A la suite de cela, ils analysent quelques statistiques concernant la consommation d'alcool en Suisse. Ils étudient de plus les effets du tabagisme sur l'organisme. Une 4^e partie traite des smartphones et du risque d'addiction découlant d'une mauvaise utilisation. Enfin, les élèves sont informés des effets psychologiques d'une dépendance. Il est possible de sélectionner certaines activités parmi les 5 proposées.

«15,9% des 15 ans et plus en Suisse se trouvent en état d'ivresse au moins une fois par mois.»

information provenant d'Addiction Suisse

Durée approximative de la séquence: entre 2 et 3 périodes, selon les parties faites à domicile, les conditions d'enseignement, le comportement du groupe classe, etc. Cette séquence a été prévue pour prolonger l'action de prévention des addictions Escape Addict. Il serait donc judicieux de la proposer durant les semaines suivant cette action.

Quelques retours d'enseignants:
«Merci, c'est une bonne idée de prévention, facilement intégrable au programme de sciences et bien adaptée aux 10H.»
«Ils ont été vraiment très intéressés et ont très bien participé. Je referais volontiers cette activité.»

Ces activités pédagogiques sont à disposition des enseignants sur la plateforme de la HEP-VS et ont été présentées aux enseignants du Valais romand lors de la dernière soirée sciences en automne 2021.

Sophie Cottagnoud, chargée de prévention et promotion de la santé à Promotion santé Valais •
Lionel Bonvin, animateur pédagogique sciences cycle 3 •

Pour en savoir plus

Lien vers la plateforme HEP-VS pour le téléchargement des fiches:
<https://animation2.hepvs.ch/sciences-de-la-nature> > Cycle 3 > Prévention addictions
<https://bit.ly/3MaUDdb>