Ca dépend de moi

- **Editeur**

  Consomm'sans stress

- **Lieu d'édition**

  Rixensart

- **Date d'édition**

  2020

- **Disponibilité**

  Centre Local de Promotion de la Santé en province de Brabant wallon asbl

- **Support**

  Dossier pédagogique
  Jeu

Public

Adolescent
à partir de 15 ans

Objectif(s)

Cet outil permet de :

- aborder le sujet des consommations et ouvrir le dialogue avec les jeunes ;
- travailler les représentations des jeunes sur les consommations ;
- informer sur les enjeux des différentes consommations avec une approche bienveillante et de non jugement.
- amener son public à réfléchir aux comportements et aux attitudes favorisant une consommation responsable.

Description

Cet outil pédagogique a été réalisé par le "Collectif Consom' Sans Stress" qui l'exploite depuis plusieurs années avec les jeunes de son territoire. Ce Collectif existe depuis 2008 et se compose de l'AMO la Croisée, du service communal D'clic, et de la Maison de jeunes « le Cerceau ». Il se base sur une approche préventive de réduction des risques "non jugeante et bienveillante.

Il comporte :

- un jeu de plateau ;
- 4 séries de cartes :
  - expresso : cartes vierge à remplir en début de partie ;
  - 15 cartes "reflecto" : questions de réflexion ;
  - 23 cartes "info/dico" : questions théoriques ou vrai ou faux ;
  - 9 cartes "Et si c'était moi" : mises en situation.
- une brochure de présentation de l'outil :
- une brochure avec les réponses aux questions théoriques et vrai ou faux.

Utilisation

Pour commencer les participants complètent les cartes vierges "expresso" avec une question, affirmation ou une réflexion sur le sujet de la consommation. Elles pourront être piochées au même titre qu'une autre carte.

L'outil s'utilise ensuite comme un jeu de l'oie, les joueurs se rassemblent en équipe et chacune lance le dé et pioche une carte selon la case où elle est arrivée. Pour les cases "Epresso", "Reflecto" et "infos/dicos" les cartes sont lues à

haute voix et les membres se concertent et y répondent. Pour les cartes "Et si c'était moi ? ", les membres peuvent aussi choisir de jouer la situation.

Le livret "Comment ça marche" propose d'autres alternatives de jeu mais aussi de nombreux conseils pour l'animation issus de l'expérience des trois institutions.

L'outil peut être animé seul mais le Collectif Consomm'sans stress reste disponible pour les acteurs qui souhaiteraient du soutien pour une animation. Il est disponible en prêt au CLPS-Bw mais également entièrement téléchargeable.

L'outil a également été testé entre professionnels en visio. Dans ce cas, les mises en situation sont remplacées par des dessins collectifs.

Avis du CLPS

"Ca dépend de moi" est un outil qui a déjà fait ses preuves auprès des jeunes des trois associations. Avec son format ludique, il permet d'ouvrir le dialogue autour des assuétudes et d'amorcer une réflexion sur ses propres consommations.

La disponibilité des membres du Collectif pour partager leur expérience et soutenir les "débutants" dans leur animation est un atout majeur.