

# Unplugged - Année 1

**Collège Bibracte – Château-Chinon**



**Année scolaire 2019-2020**

**Suite au départ de Florent LAIR, chargé de Projets Prévention 58 Tab'agir**

**Réalisation du rapport par :**

**Chloé RONDEAU – Chargée de Projets Prévention 58 Tab'agir**

## Table des matières

<b>Pourquoi Tab'agir a mis en place ce type d'action ?</b> .....	2
A. Le programme Unplugged .....	2
B. Déploiement sur le territoire Français .....	3
C. Le programme Unplugged au collège Bibracte de Château-Chinon .....	3
<b>Quels ont été les acteurs de cette action ?</b> .....	5
<b>Quelles ont été les ressources pour la mise en place de cette action ?</b> .....	5
<b>Comment s'est déroulée l'action ?</b> .....	6
<b>Evaluation de l'action</b> .....	12
A. Questionnaire à destination des co-animateurs.....	12
B. Questionnaire de satisfaction à destination des jeunes.....	12
<b>Bilan global de l'action</b> .....	17
<b>Conclusion</b> .....	18
<b>Annexes</b> .....	19
A. Questionnaire de satisfaction des jeunes.....	19
B. Article de presse.....	20

## Pourquoi Tab'agir a mis en place ce type d'action ?

Les consommations de tabac, d'alcool et de cannabis sont fréquentes chez les jeunes français. L'expérimentation de ces produits s'initie généralement au cours du collège. L'enquête EnCLASS<sup>1</sup> réalisée en 2018 montre une baisse des consommations par rapport à 2014. En effet, chez les collégiens, l'expérimentation de tabac a diminué de 27,8% en 2014 à 21,2% en 2018. Il en est de même pour la première ivresse qui est passé de 13,4% à 9,3%. Le constat est identique pour l'expérimentation de cannabis qui a reculé de 9,8% à 6,7% en 4 ans. Des efforts restent à fournir afin que ces chiffres diminuent encore.

Pour aider les jeunes à faire face à l'entrée dans les conduites addictives, le renforcement des Compétences PsychoSociales (CPS) est primordial comme le préconise le référentiel d'intervention régional partagé « Prévenir les addictions auprès des jeunes »<sup>2</sup>. L'efficacité des programmes fondés sur le renforcement des CPS a été prouvée. Ils permettent de protéger les jeunes de la consommation ultérieure de produits psychoactifs, les rendent acteurs de leur santé et ont également des effets positifs sur la réussite scolaire, l'estime de soi, ... Les programmes à déployer sont ceux dits probants c'est-à-dire étant reconnus et efficaces. Parmi ceux-ci se trouve le programme Unplugged.

Ces programmes doivent, dans la mesure du possible, s'inscrire dans les Comités d'Education à la Santé et à la Citoyenneté (CESC) des établissements concernés ainsi que dans leurs projets éducatifs.

### A. Le programme Unplugged

Unplugged est un programme de prévention des conduites addictives en milieu scolaire, destiné aux adolescents de 12 à 14 ans, abordant notamment la question de l'alcool, du tabac, du cannabis et des écrans.

Le programme comprend 12 séances interactives de 50 minutes pour chaque classe, menées au cours de 12 semaines consécutives et réalisées en coanimation par un membre de la communauté éducative et un professionnel de la prévention, ayant chacun reçu une formation adaptée.

Unplugged a été mis en œuvre et évalué comme efficace dans 8 pays d'Europe dont la France en 2018. Il a montré des effets bénéfiques sur les expérimentations de tabac, de cannabis et les épisodes d'ivresse ainsi que des effets bénéfiques sur les croyances normatives, les attitudes vis-à-vis des drogues, la résistance à la pression des pairs et plus globalement sur le développement des compétences psychosociales.

Les objectifs du programme sont :

- ✓ Favoriser les aptitudes intra-personnelles des jeunes (confiance en soi, expression de soi, respect des autres),
- ✓ Décrypter les attitudes positives et négatives à l'égard des produits, les influences et attentes du groupe, les croyances sur les produits et leurs effets,
- ✓ Développer les habiletés interpersonnelles de communication, d'affirmation et de conciliation.

---

<sup>1</sup> « Enquête nationale en Collège et en Lycée chez les Adolescents sur la Santé et les Substances ». Tendances n°132 OFDT juin 2019. Enquête réalisée en 2018 auprès de 20 000 collégiens et lycéens âgés de 11 à 18 ans.

<sup>2</sup> « Prévenir les addictions auprès des jeunes ». Référentiel d'intervention régional partagé, IREPS ARS Bourgogne Franche-Comté, septembre 2018.

Il est déployé en France depuis 2013, et a débuté dans le département de la Saône et Loire avec KAIRN 71.

Étendu ensuite dans d'autres départements, il a été évalué en 2017 dans le Loiret par Santé Public France.

Les résultats de cette enquête<sup>3</sup> ont démontré :

- une efficacité à court terme concernant la diminution des expérimentations et consommation récentes du tabac, de l'alcool et du cannabis,
- « un effet bénéfique sur les déterminants psychosociaux ciblés par les activités du programme (attitudes relatives aux drogues illicites, compétences psychosociales - notamment capacité à résister à la pression des pairs -, consommation perçue des pairs),
- une amélioration du climat scolaire perçu par les élèves. »

## B. Déploiement sur le territoire Français

La Fédération Addiction a souhaité déployer le programme Unplugged sur l'ensemble du territoire français.

Pour cela, l'INCA<sup>4</sup> a soutenu l'initiative et a lancé, en décembre 2018, un appel à projet auprès de l'ensemble des structures spécialisé en addictologie réalisant des actions de prévention en milieu scolaire.

Tab'agir a été retenue pour implanter le programme dans les départements de l'Yonne et de la Nièvre et le met en place depuis l'année scolaire 2019-2020 dans un établissement de chacun des 2 départements.

## C. Le programme Unplugged au collège Bibracte de Château-Chinon

L'action Unplugged se déroule sur quatre années au sein d'un même établissement. Pour le collège Bibracte de Château-Chinon, celle-ci a débuté en novembre 2019 et se terminera en juin 2023.

Le chargé de projet Tab'agir a été formé au programme en mars 2019, pendant 3 jours par la Fédération Addiction.

Les membres de la communauté éducative souhaitant devenir coanimateur d'Unplugged ont bénéficié d'une formation de 2 jours réalisée également par la Fédération Addiction. Mme REGNART (infirmière scolaire), Mme CANONICI (professeur de SVT) et Mme SAUBAJOUT (CPE) ont été formées les 10 et 11 octobre 2019.

Un livret intervenant a été fourni à chaque animateur à l'issue des formations. Celui-ci décrit pour chaque séance, les objectifs et son déroulement.

La Fédération Addiction est présente tout au long du déroulement du programme, et organise des temps de supervision régionale afin d'échanger sur les pratiques des professionnels réalisant Unplugged et sur les problèmes qui ont pu être rencontrés.

L'association Tab'agir a choisi d'intervenir le plus précocement possible et d'adresser l'action Unplugged aux élèves de niveau 6<sup>e</sup>.

---

<sup>3</sup> <https://www.santepubliquefrance.fr/docs/resultats-de-l-evaluation-du-programme-unplugged-dans-le-loiret>

<sup>4</sup> Institut National du Cancer

Après la première année de coanimation, les enseignants seront amenés à gagner en autonomie dans la mise-en-œuvre du programme. A terme, ils pourront animer la plupart des séances de façon indépendante. Pour cela, le/la chargé(e) de projet prévention Tab'agir coanimera :

- En année 1, toutes les séances ;
- En année 2, 9 séances ;
- En année 3, 6 séances ;
- En année 4, 3 séances.

Les trois séances spécifiques « conduites addictives » seront toujours coanimées avec un professionnel de la prévention.

Ce bilan décrit la première année d'action durant l'année scolaire 2019-2020.



*Le collège Bibracte de Château-Chinon comptabilisait environ 180 élèves pour l'année 2019-2020.*

## Quels ont été les acteurs de cette action ?

Le lancement de cette première année de mise en place du programme Unplugged a démarré par une rencontre le 25 septembre 2019 entre M. LAIR Florent, chargé de projets prévention Tab'agir, et M. CHAUMEREUIL Thierry, principal adjoint au collège Bibracte afin de présenter le projet.

Les acteurs de cette action sont :

Association  
Tab'agir

M.LAIR Florent, chargé de projet en prévention est la personne référente de ce projet dans la Nièvre. Pour cette première année d'action, il se déplace au sein de l'établissement pour l'ensemble des 12 séances afin d'animer et d'accompagner le collège dans la mise en place de l'action. Mme AMELOT Françoise, directrice de Tab'agir suit le projet tout au long de l'année.

Collège  
Bibracte de  
Château-  
Chinon

Tout d'abord, par son principal adjoint M. CHAUMEREUIL qui s'implique dans l'action et aussi par le personnel de l'établissement ayant été formé pour coanimer les séances Unplugged, Mme REGNART Sophie (Infirmière Scolaire), Mme CANONICI Alexandra (Professeure de SVT) et Mme SAUBAJOUT Annie (Conseillère Principale d'Education).

## Quelles ont été les ressources pour la mise en place de cette action ?

**Ressources financières**

- L'ARS : 7 607€ de charges de personnels
- La MILDECA : 3 300€ de frais d'action

**Ressources internes**

L'établissement a gracieusement mis à disposition une salle à chaque séance.

**Ressources humaines**

Equipe Tab'agir : M.LAIR Florent (Chargé de Projets Prévention dans la Nièvre) - Mme AMELOT Françoise (Directrice).

Etablissement scolaire : M.CHAUMEREUIL Thierry (Principal adjoint), Mme REGNART Sophie (Infirmière scolaire), Mme CANONICI Alexandra (Professeur de SVT), Mme SAUBAJOUT Annie (CPE).

Fédération Addiction (formation des professionnels et enseignants + supervision) : Mme SPAAK Marine (Chargée de projet), M.VANDOORNE Ulrich (Chargé de projet KAIRN 71), M.BAUJARD Nicolas (Chef de service secteur jeunesse APLEAT).

## Comment s'est déroulée l'action ?

### Lancement d'Unplugged

Pour cette première année au sein du collège Bibracte, une rencontre a préalablement eu lieu le 06 novembre 2019 entre le chargé de projet prévention Tab'agir et l'équipe de l'établissement pour prévoir l'organisation des séances.

Il a été décidé de réaliser les séances les mardis du 26 novembre 2019 au 10 mars 2020 et de répartir les 35 élèves de 6<sup>e</sup> général, 6<sup>e</sup> SEGPA et 6<sup>e</sup> ULIS en deux groupes d'environ 18 élèves. Les séances avec le premier groupe ont été coanimées par Mme CANONICI et ont eu lieu de 13h à 14h ; celle du second groupe ont eu lieu de 16h à 17h avec pour coanimatrice Mme REGNART.

Des réunions de préparation ont eu lieu quelques mardis matin entre le chargé de projets prévention Tab'agir et les coanimatrices afin de prévoir la répartition des différentes séquences des séances entre les animateurs et réaliser d'éventuelles modifications aux activités prévues pour les adapter au public concerné.

Un livret élèves, fourni par la Fédération Addiction, a été remis aux jeunes en début de programme. Celui-ci reprend les éléments importants évoqués et doit être complété à l'issue de chaque séance. Malheureusement, par manque de temps, ce dernier n'a pas toujours pu être rempli.

La Fédération Addiction reste présente tout au long du déroulement du projet. Les chargés de projet prévention ont bénéficié de supervisions au niveau régional. Ces moments permettent d'échanger sur les pratiques de chacun des professionnels déployant Unplugged et sur les problèmes ayant pu être rencontrés.

### Déroulé des séances

Ci-après pour chaque séance du projet :

- En orange, l'objectif de la séance,
- Un descriptif non exhaustif du déroulement et des activités proposées.

A noter qu'au début de chaque séance, un rappel de ce qui s'est passé la séance précédente est réalisé ainsi qu'une présentation de ce qui va être travaillé le jour même.

Après chaque jeu de rôle/mise en situation, un retour sur l'activité est effectué avec les élèves afin de connaître leurs ressentis.

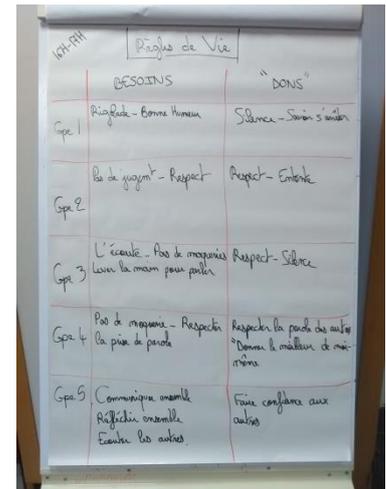
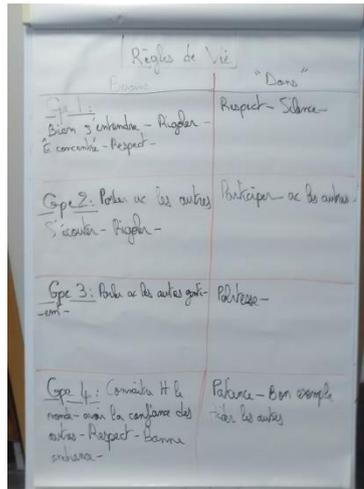
Séance 1  
26/11/2019



Bienvenue dans Unplugged !

Initier une dynamique de groupe  
Recevoir une introduction au programme et aux 12 séances  
Déterminer le cadre de travail

Démarrage du programme. Les 12 séances ont été présentées aux élèves. Puis par petit groupe, les jeunes ont établi les règles de vie à respecter pour que les séances se déroulent dans un bon climat. Une restitution à la classe a ensuite été faite et les élèves ont pu signer le document montrant ainsi leur engagement à respecter « la charte de la classe ».



Photos des restitutions des différents groupes de travail sur les règles de vie



Charte de la classe pour le 2<sup>e</sup> groupe coanimé par Mme REGNART

### Clarifier les influences et les attentes du groupe

Une activité de jeux de rôles a été réalisée. Deux élèves volontaires sortent de la classe. Les élèves restants constituent un groupe « sans code » et un « avec code » (par exemple porter des baskets ou faire du piano). Les volontaires reviennent et essaie de s'intégrer au groupe.

Séance 2  
03/12/2019



Être ou ne pas être dans un groupe

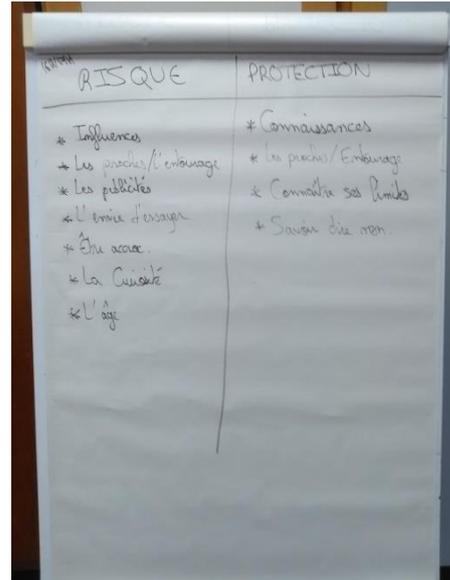
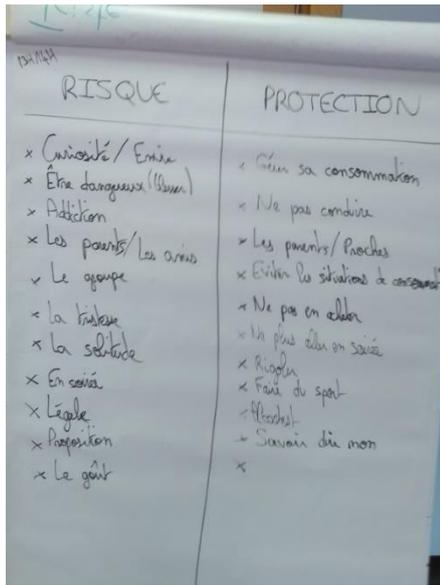


Séance 3  
10/12/2019

Alcool, risques et protection

### Connaître les divers facteurs qui influencent les conduites addictives

Les jeunes ont été invités à lister les facteurs influençant la consommation d'alcool. Deux catégories ont été données : les facteurs dits « à risques » et les facteurs « protecteurs ». Les élèves ont été répartis en sous-groupes pour réaliser ce travail. Ci-dessous les photos de la restitution en classe entière.



Photos de la restitution en classe entière sur les facteurs de risques et protecteurs

Faire preuve d'esprit critique  
Réfléchir aux différences entre opinions, mythes sociaux et réalité

Un travail sur la pensée critique et sur la notion de pourcentages est effectué. On demande aux jeunes par exemple, quel est selon eux, le pourcentage de collégiens qui fument. Ces derniers doivent donner un pourcentage. Plusieurs questions sur les consommations de drogues sont posées. Cet exercice permet de montrer aux jeunes que la plupart surestiment les consommations de leurs pairs.

Séance 4  
17/12/2019

Et si c'était faux ?

Séance 5  
07/01/2020

Tabac, chicha, que sais-je ?

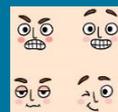
Faire preuve d'esprit critique  
Réfléchir aux différences entre opinions, mythes sociaux et réalité

Une activité intitulé « Le tribunal » a été réalisée. La classe a été divisée en 3 groupes correspondant aux rôles des juges, aux avocats des non-fumeurs et aux défenseurs des intérêts de l'industrie du tabac. Le contexte est le suivant : l'avocat des non-fumeurs attaque l'industrie du tabac en justice. Chaque partie doit préparer un argumentaire. Le procès a lieu et les juges rendent leur verdict en justifiant leur choix. Des apports d'informations sur le tabac sont fournis aux élèves lors des échanges.

Identifier ses émotions et apprendre à les communiquer  
Distinguer la communication verbale et non verbale

Chaque élève tire une carte au hasard sur laquelle est inscrite une émotion. Par 2, les jeunes doivent exprimer l'émotion et son camarade doit la deviner. Pour cela, il doit d'abord utiliser uniquement son visage puis des gestes et enfin il peut s'aider en émettant des sons.

En fin de séance, un exercice de respiration est proposé.



Séance 6  
14/01/2020

Exprime tes émotions



Séance 7  
21/01/2020

Être en confiance, savoir  
dire non

Renforcer la confiance en soi, la capacité à dire non et le respect  
des autres

Ci-dessous, les photos de « l'activité des trois phrases ». Les élèves ont 3 post-it de couleurs différentes. Sur chacun, ils doivent répondre aux questions suivantes : « Je suis capable de ... », « Je suis responsable de... » et « Je suis apprécié pour ... » puis le coller sur le tableau. Tour à tour, les jeunes vont voir les réponses des autres sur le tableau.

En deuxième partie de séance, les jeunes ont fait des jeux de rôles afin de pratiquer l'expression du refus. Plusieurs thèmes sont abordés lors de la mise en pratique : refus de prêter un stylo, refus d'une cigarette, refus de jouer aux jeux-vidéo.



Apprécier les qualités des autres  
Accepter les réactions positives  
S'exprimer pour se présenter aux autres

Un jeu de rôle sur la manière d'aborder une personne a été réalisé par groupe de 5. Un jeune doit engager la discussion et un autre joue la personne qui est abordée, le reste du groupe est présent en soutien et pour observer la situation. Une analyse de la rencontre est réalisée et la scène est rejouée en prenant en compte les remarques faites.

Des problèmes de cohésion de groupe ayant été rencontrés lors des séances, le chargé de projet a proposé au groupe de faire une activité avec la tour de Fröbel (voir photo séance 12).



Séance 8  
28/01/2020

Briser la glace

Séance 9  
04/02/2020

Infos/intox



Identifier les risques relatifs aux consommations de tabac, d'alcool et de cannabis  
Aborder la notion de « substance psychoactive »

Par groupe, les élèves reçoivent 3 cartes sur lesquelles sont marquées des affirmations sur les drogues. Ils doivent déterminer si celle-ci est vraie = info ou fausse = intox en échangeant ensemble. On demande ensuite aux élèves où ils peuvent aller pour trouver des informations fiables.

Identifier des stratégies pour faire face aux événements de la vie  
Identifier et exprimer ses forces

En début d'heure, les jeunes doivent réfléchir à des stratégies pour faire face à la situation suivante : « un élève déménage et quitte son club de sport et ses amis. Il fait sa rentrée dans un nouveau collège et a très envie de se faire de nouveaux amis. » Ensuite, les élèves ont dû construire leur avatar en représentant leurs points forts. Ce travail a été réalisé avec des Playmobil.



Séance 10  
11/02/2020

La force est en nous



*Les figurines et les accessoires proposés aux jeunes pour créer leur avatar*



*Les avatars des jeunes*



Séance 11  
18/02/2020

Trouve des solutions !

Résoudre les problèmes de façon structurée  
Développer sa pensée créative

La question « quels sont les problèmes que vous rencontrez aujourd'hui dans votre collège et à votre âge ? » est posée à la classe. Puis l'animateur guide le groupe pour identifier les étapes permettant de résoudre des problèmes. Puis par petit groupe, les jeunes choisissent 2 problèmes cités en début d'heure et doivent utiliser les différentes étapes pour trouver des solutions. Une restitution est faite à la classe.

Fractionner les objectifs à long terme en objectifs à moyen terme et court terme  
Réagir sur le programme

Des tensions dans le groupe ont été ressenties au cours du programme. Afin de renforcer la cohésion de groupe, 2 jeux de coopération ont été proposés : le bâton d'hélium et la tour de Fröbel.

Le but de l'activité tour de Fröbel (voir photo) est de construire une tour faite de 6 éléments en bois. Les participants doivent réussir à saisir chaque élément pour les placer les uns au-dessus des autres. Pour cela, chaque jeune a une corde, toutes reliées entre elles qui permet de déplacer un crochet. Cette activité demande de s'écouter, de se coordonner. Il permet également de développer la confiance en soi et en les autres.

Dans le jeu du bâton d'hélium, les participants doivent se coordonner pour faire descendre ensemble un bâton léger qu'ils doivent tenir posé uniquement sur leurs index. Ils doivent faire descendre le bâton jusqu'au sol sans jamais perdre le contact de leurs doigts avec le bâton.

Un questionnaire a été distribué aux élèves. L'analyse de ce dernier a été réalisé ci-après.

Pour clôturer Unplugged, une remise de diplôme en présence de Mr CHAUMEUREUIL, principal adjoint a eu lieu suivi d'un goûter.



Séance 12  
10/03/2020

Unplugged awards

## Evaluation de l'action

### A. Questionnaire à destination des co-animateurs

A la fin de chaque séance, les co-animateurs doivent répondre en ligne à un questionnaire destiné à Santé Publique France. Celui-ci aborde les points suivants :

- Date de la séance, durée, nombre de jeunes présents,
- Réalisation des différentes étapes de la séance (rappel de la séance précédente, introduction, activité énergisante, activités principales 1 et 2, conclusion),
- Niveau de participation du groupe, gestion du groupe,
- Si la séance a été coanimée et par qui, est-ce qu'il y a eu un temps de préparation pour coanimer, quelle a été la répartition entre les coanimateurs, si les animateurs se sont sentis à l'aise et si le membre de la communauté éducative se sent capable d'animer seul la séance,
- Encart pour que les coanimateurs indique ce qui leur semble important de rapporter sur le déroulement de la séance (modification d'une activité, incident ou élément qui a bien fonctionné...).

Malheureusement, une fois renseigné sur le site, les réponses ne sont pas transmises par Santé Publique France au chargé de projets prévention Tab'agir. Aucune analyse n'a donc pu être réalisée.

### B. Questionnaire de satisfaction à destination des jeunes

La Fédération Addiction ne propose pas de support d'évaluation pour les jeunes.

Les chargés de projets prévention Tab'agir ont donc créé un questionnaire de satisfaction dans le but d'avoir un retour des jeunes. Ce dernier a été proposé aux élèves lors de la dernière séance. Cet outil permet de recueillir l'avis des jeunes et d'apporter des modifications au projet si nécessaire.

Le questionnaire est composé de 2 parties :

- Une première partie correspondant à l'ensemble des séances Unplugged : les jeunes doivent indiquer ce qu'ils ont retenu de la séance.
- Une deuxième partie où les élèves peuvent faire leurs remarques sur le déroulement des séances, le contenu, ce qu'ils ont aimé ou non.

L'ensemble des questions sont à réponse libre.

32 jeunes ont répondu sur les 35 élèves. Ci-après l'analyse des questionnaires.

## Partie 1

La consigne donnée aux jeunes est la suivante : « Souviens-toi des séances passées ensemble. Pour chacune d'entre-elles, note les mots-clés ou une phrase courte résumant ce que tu as retenu ».

Ci-dessous les mots ayant été les plus donnés par les élèves.



Séance 6 :  
*Exprime tes émotions*



Mimer des  
émotions avec  
son visage

J'ai appris à  
changer mes  
émotions

Séance 7 : Être en  
confiance, savoir  
dire non



J'ai appris  
à dire non

Confiance  
en soi



Séance 8 :  
*La tour de Fröbel*



Faire une  
scène de  
théâtre

Travail en  
équipe/groupe

Savoir se coordonner



Séance 9 : Infos/intox



Dire si c'est  
vrai ou faux

Répondre à  
des questions



Séance 10 :  
*La force est en nous*

Créer un avatar qui nous  
représente

Playmobils



Séance 11 :  
*Trouve des  
solutions !*

Trouver des  
solutions

Savoir régler  
des problèmes



Séance 12 :  
*Unplugged awards*

Descendre un  
bâton en  
synchronisation



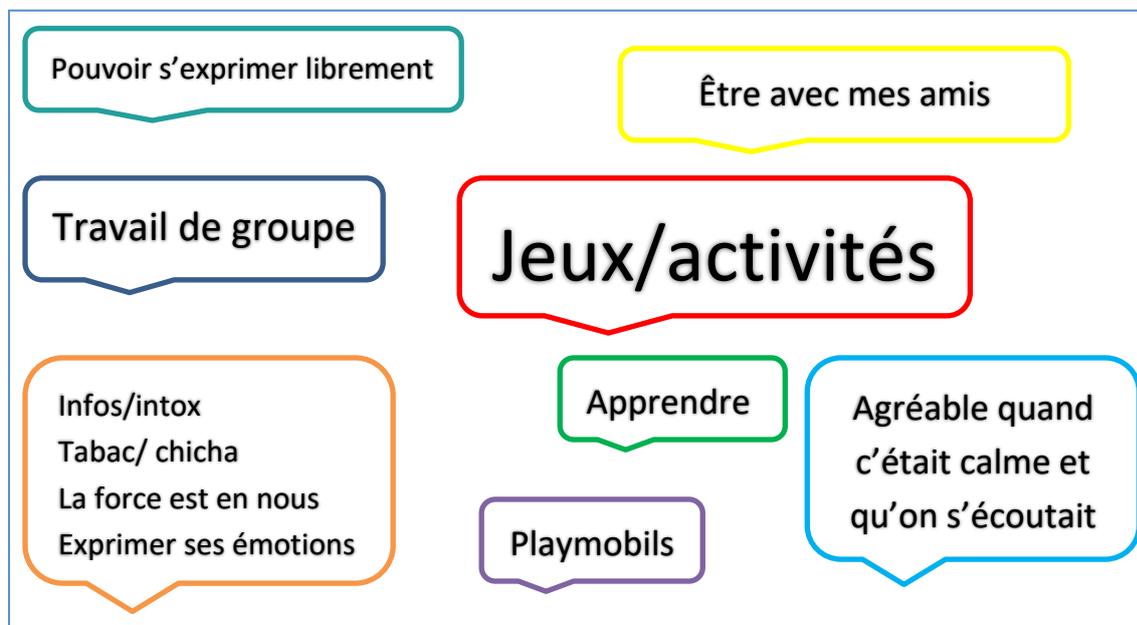
Gouter



## Partie 2

### 1) Note ici, ce que tu as aimé lors des séances Unplugged

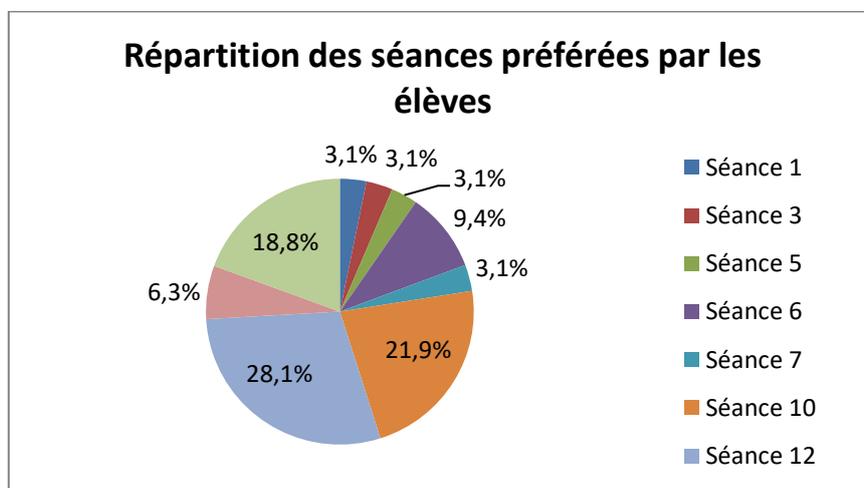
Parmi les 32 élèves ayant rendu le questionnaire, 21 ont répondu à cette première question. Ci-dessous les réponses données : plus la phrase est écrite en gros caractère, plus le nombre d'élèves l'ayant indiqué est élevé



Parmi les répondants, **43% des jeunes ont le plus aimé les jeux et les activités proposés**. Un jeune a même précisé que les jeux étaient actifs et amusants. Ensuite, c'est le **travail en groupe** qui a été apprécié par **19%** de jeunes. Pour **9,5 %** d'entre eux, ils ont aimé être avec leurs amis, apprendre, pouvoir travailler avec des playmobils, quand le groupe était calme et s'écoutait. Enfin, **5%** ont apprécié les séances « Infos/intox », « Tabac/chicha », « La force est en nous », « Exprime tes émotions » et pouvoir s'exprimer librement.

### 2) Quelle séance as-tu préférée ?

Parmi notre panel, 26 élèves ont répondu.



Graphique 1 : Représentation des séances préférées par les élèves de 6<sup>e</sup> du collège Bibracte de Château-Chinon

Les séances ayant le plus plu aux élèves sont la séance 12 « Unplugged awars » avec un taux de 28,1% (n=9) et la séance 10 « La force est en nous » avec 21,9% (n=7). Ensuite, la séance 6 « Exprime tes émotions » avec 9,4% (n=3). Pour 6,3% (n=2) d'entre eux, ils ont apprécié d'autres éléments comme avoir aimé toutes les séances, celles où ils ont joué et celles avec la tour de Fröbel.

A noter, que 18,8% (n=6) des élèves n'ont pas répondu à la question.

### 3) Parmi toutes les séances, que pourrais-tu utiliser par la suite ?

17 jeunes ont indiqué une réponse. Ci-dessous les réponses données par les élèves : plus la phrase est écrite en gros caractère, plus le nombre d'élèves l'ayant indiqué est élevé.



Pour 53% des jeunes répondants, ce qu'ils pourraient utiliser pour la suite sont les informations données sur les addictions. Ces derniers vont se servir des informations pour eux et également pour prévenir d'autres personnes ou pour aider certaines à arrêter de fumer.

### 4) Note ici, ce qui, pour toi, pourrait être amélioré lors des séances Unplugged

15 jeunes ont donné une réponse à la question.

Pour 73% des répondants (n=11), c'est la discipline lors des séances qui pourrait être améliorée. En effet, les élèves ont indiqué qu'il y avait trop de bavardages, de bruit et de perturbation. Les jeunes auraient aimé que l'ambiance soit plus calme, qu'il y ait de l'écoute entre eux et que chacun se respecte et respecte les règles de vie fixées lors de la première séance.

Enfin, 1 élève aurait souhaité qu'il y ait plus de séances Unplugged, 1 autre a indiqué qu'il avait trouvé quelques séances inintéressantes. 1 élève a indiqué que les jeux seraient à améliorer. 1 collégien souhaiterait améliorer sa participation.

**5) Exprime, de façon libre, la manière dont tu as vécu l'expérience Unplugged. Tu peux écrire ou dessiner, c'est toi qui choisis ☺**

Pour cette dernière question, les élèves ont eu la possibilité de s'exprimer sur leur vécu lors des 12 séances Unplugged. Pour cela, un carré blanc était mis à disposition à la fin du questionnaire.

20 élèves ont laissé libre court à leurs imaginations. Voici leur production :



## Bilan global de l'action

- Points positifs :
  - Implication de l'établissement et investissement des co-animatrices.
  - Evolution de certains jeunes (plus impliqués, plus attentifs).
  - Meilleure cohésion de groupe, plus d'écoute de chacun.
  
- Points à améliorer :
  - L'emploi du temps ayant déjà été donné aux élèves, les séances Unplugged se sont rajoutées provoquant le mécontentement de certains élèves.
  - Problème de discipline (un élève a été exclu à partir de la 8-9<sup>e</sup> séance et jusqu'à la fin du programme).
  - Tension entre certains élèves dans un groupe.

## Conclusion

Cette première année d'action au sein du collège Bibracte de Château-Chinon s'est terminée le 10 mars 2020. 35 élèves de 6<sup>e</sup> ont bénéficié du programme Unplugged.

L'association Tab'agir remercie l'équipe de direction du collège Bibracte et plus particulièrement M. CHAUMEREUIL pour son engagement, ainsi que Mme REGNARD et Mme CANONICI pour leur investissement dans le projet.

Pour l'année prochaine et afin d'avoir une évaluation plus poussée du projet concernant les professionnels qui coaniment les séances, la chargée de projets gardera une trace des évaluations réalisées auprès de Santé Publique France.

Nous nous retrouvons donc en 2020-2021 pour la deuxième année de mise en place d'Unplugged !

Tab'agir remercie également :

- La Fédération Addiction pour son suivi et son soutien durant la mise en place d'Unplugged,
- L'Agence Régionale de Santé Bourgogne Franche Comté ainsi que la Mission Interministérielle de Lutte contre les Drogues Et les Conduites Addictives, financeurs du projet.

## Annexes

### A. Questionnaire de satisfaction des jeunes




### BILAN DES SEANCES UNPLUGGED

Dans chacune des cases, notes les éléments dont tu te souviens pour chacune des séances.

<p><b>S1 : BIENVENUE DANS « UNPLUGGED »</b></p>	<p><b>S2 : ÊTRE OU NE PAS ÊTRE DANS UN GROUPE</b></p>	<p><b>S3 : ALCOOL, RISQUES ET PROTECTION</b></p>	<p><b>S4 : ET SI C'ÉTAIT FAUX ?</b></p>
<p><b>S5 : TABAC, CHICHA, QUE SAIS-JE ?</b></p>	<p><b>S6 : EXPRIME TES EMOTIONS</b></p>	<p><b>S7 : ÊTRE EN CONFIANCE, SAVOIR DIRE NON</b></p>	<p><b>S8 : BRISER LA GLACE</b></p>
<p><b>S9 : LA TOUR DE FROBEL</b></p>	<p><b>S10 : LA FORCE EST EN NOUS</b></p>	<p><b>S11 : TROUVES DES SOLUTIONS !</b></p>	<p><b>S12 : UNPLUGGED AWARDS</b></p>



**On a besoin de toi pour améliorer le programme Unplugged !**

Note ici, ce que tu as aimé lors des séances Unplugged :

.....

.....

.....

Quelle séance as-tu préféré ?

.....

.....

.....

Parmi toutes les séances, que pourrais-tu utiliser par la suite ?

.....

.....

.....

Note ici, ce qui, pour toi, pourrait être amélioré lors des séances Unplugged :

.....

.....

.....

Exprime, de façon libre, la manière dont tu as vécu l'expérience Unplugged.  
Tu peux écrire ou dessiner, c'est toi qui choisis ☺

## B. Article de presse

[« Le collège Bibracte adopte le programme Unplugged » paru dans le Journal du Centre le 08 février 2020](#)

LE JOURNAL  
DU CENTRE

### Château-chinon

# Le collège Bibracte adopte le programme Unplugged

CHÂTEAU-CHINON (VILLE)

Publié le 08/02/2020



Florent Lair, chargé de projets prévention 58 à Tab'agir, échange avec des élèves de 6 du collège

Bibracte. © Droits réservés



Unplugged, programme de prévention des conduites addictives en milieu scolaire, a été lancé dans la Nièvre, à Château-Chinon, au collège Bibracte. Détails.

Après avoir répondu à un appel à projet et avoir été retenu par la Fédération Addiction, l'association Tab'agir met en place, depuis cette rentrée scolaire, le programme Unplugged au sein de deux établissements : le collège Marcel-Aymé de Saint-Florentin (Yonne) et le collège Bibracte de Château-Chinon.

« Ce programme est basé sur le développement des compétences psychosociales (\*) et aborde la question de l'alcool, du tabac et du cannabis », explique Florent Lair, chargé de projets prévention 58 de l'association Tab'agir.

« Évalué dans plusieurs pays européens, Unplugged a des effets bénéfiques sur les expérimentations de ces produits (alcool, tabac, cannabis) et sur les croyances normatives que peuvent avoir les jeunes. »

Florent Lair se rend tous les mardis, pendant douze semaines scolaires d'affilée, pour réaliser les douze séances d'Unplugged auprès de tous les élèves de 6<sup>e</sup> du collège Bibracte, répartis en deux groupes.

Ces interventions s'effectuent en co-animation avec les professionnels (infirmière, professeur, assistant de vie éducative...) du collège de l'établissement qui ont été formés en amont à Unplugged.

Les séances sont très vivantes. On est loin des cours magistraux. Les collégiens bénéficient d'informations bien sûr, mais aussi de temps d'échanges, d'activités ludiques de groupe ou encore de jeux de rôle et mises en situation. « Le but est de permettre aux élèves de savoir prendre des décisions, comme dire non, avoir de l'empathie, avoir confiance en soi, avoir une pensée critique et créative, réguler stress et émotions », explique Florent Lair.

La mise en place de cette action de prévention vise, après la première année avec les élèves de 6<sup>e</sup>, à ce que les établissements et leurs professionnels deviennent de plus en plus autonomes, notamment dans l'encadrement et l'animation des séances.

Cependant, les séances abordant les addictions seront toujours coanimées avec les chargés de projets Prévention Tab'agir.

(\*) Selon l'OMS, « les compétences psychosociales sont toutes les aptitudes de vie qui permettent d'adopter un comportement approprié et positif à l'occasion des relations entretenues avec les autres, sa propre culture et son environnement ».

*Objectifs. Unplugged est à destination des 12-14 ans. Ce programme vise à favoriser la confiance en soi, l'expression de soi et le respect des autres ; décrypter les attitudes positives et négatives à l'égard des produits, les influences et attentes du groupe, les croyances sur les produits et leurs effets ; apporter un regard critique sur ces influences et ces croyances ; développer les habiletés de communication, d'affirmation et de conciliation.*