

FICHE ACTION

INFORMATIONS / DEBATS/ ECHANGES

Thématique : **Les cyberaddictions**

Objectif : Sensibiliser les jeunes aux risques liés à l'utilisation des technologies de l'information et de la communication.

Publics : 30 jeunes maximum

Durée : 1 séance de 2 heures, matériel fourni

Lieu : Salle du lycée ou du centre de formation

Contenu :

1^{ère} partie : Informations

➤ **Définition des cyberaddictions :**

- Présentation du Réseau OTE et des conduites addictives
- Vidéo « Maître de ton destin »
- Remue-méninges sur le mot cyberaddiction
- Définition des cyberaddictions (jeux d'argent sur internet, réseau sociaux, récolte d'informations, jeux vidéo et sexe sur internet)
- Historique et chiffres clés

2^e partie : Échanges/Débats

➤ **Les réseaux sociaux :**

- Débat sur les réseaux sociaux
- Les apports et les motivations des utilisateurs
- Vidéo : « injures et harcèlement à l'école », « danger d'internet »
- Les comportements à risques, les risques et la loi (le cyber harcèlement, le sexting, le happy slapping...)

➤ **Les jeux vidéo :**

- Vidéo « présentation des jeux vidéo » et débat
- Classification des jeux vidéo (types, modes et plateformes)
- Les apports et les motivations des joueurs
- Les caractéristiques des jeux vidéo dits « les plus à risques » (MMO, RTS, RPG, LAN, guildes...)
- Les comportements à risques et les risques (hygiène de vie, financier, social, fantasme du réel, cheat/hacking, pratique excessive et polyconsommation de drogues)

3^e partie : Réduction des risques

- **Pan European Game Information :**
 - PEGI, présentation du concept et utilisation
- **Se fixer ses propres limites**
 - temps de jeu et usage des écrans
 - besoins physiologiques
 - relations sociales
 - présentation du test d'auto-évaluation « usage problématique d'internet et des jeux vidéo »
- **Diversifier ses sources de plaisirs**
- **En parler, communiquer avec son entourage**
 - Vidéo « jeux vidéo et CJC » (INPES)
 - Présentation des Consultations Jeunes Consommateurs

4^e partie : Evaluation et Conclusion

- Fiche d'évaluation anonyme à remplir par chaque élève
- Les Ressources et aides possibles, les orientations d'écoute et de soins (assistante sociale et infirmière scolaire, médecins, consultations spécialisées, hospitalisation)
- Remerciements

Intervenants pédagogiques : 1 ou 2 animateurs

Supports pédagogiques :

(A disposition et remis au personnel éducatif du centre de formation en fin de séance sur demande)

- Annuaire des acteurs œuvrant dans les addictions (FRAR)
- Présentation du Réseau Oté + fiche action intervention lycée + brochure Kazoté et Réseau Oté
- Flyers Consultation Jeunes Consommateurs (INPES)
- Drogues et dépendance (livre d'information INPES)
- Brochures conduites addictives (Réseau Oté)
- Fiches information + brochures sur les principaux produits psychotropes (Réseau Oté/ INPES/MILDT)

Coût :

- 40 € de l'heure soit pour la séance un coût de 80 €
- Frais kilométriques calculés à partir de Saint Paul (0.561 € du km)
- Frais d'adhésion au Réseau Oté (assurance) : 23 € (facultatif)

Nos partenaires

le Département la Direction des Actions Ministérielles l'Agence Régionale de Santé L'Institut National de Prévention et d'Éducation pour la Santé



la Ville du Port



la Ville de Saint-Paul

