

Surtout pas la prem's !

SANTÉ

par BSF



 PUBLIC	 PARTICIPANTS	 ANIMATEURS	 NIVEAU	 PRÉPARATION	 ACTIVITÉ
--	--	--	--	---	--

musique

Description

Cette fiche aborde la tentation et/ou l'essai de la première cigarette (tabac mais aussi cigarette électronique) notamment par le facteur « pression du groupe de pairs ».

L'idée est de dépasser l'image positive que peut inspirer l'usage du tabac (paraître plus grand par exemple).

Objectifs

Apprendre à dire non à la première cigarette au sein d'un groupe de pairs
Favoriser un processus d'identification positive en étant non fumeur

Matériel

Ordinateur
Imprimante
Connexion Internet
Vidéoprojecteur
Moyen de faire écouter de la musique (téléphone et enceintes Bluetooth par exemple)
Tables et chaises (disposées en U pour faciliter les échanges)
Feuilles, feutres, crayons de couleur

Compétences travaillées

Compétences sociales :

Affirmation de soi et de son point de vue malgré la pression du groupe

Savoir dire non

Capacités créatives

Participer de manière active

Capacités émotionnelles et cognitives :

Image de soi

Prise de décision

Posture d'acteur

Se dissocier des autres

Se construire une opinion

Pré-requis

Savoir lire

Capacités d'expression et d'audition

Si uniquement vidéo : capacités d'expression

Contenus utilisés

Vidéo :

Prévention tabac, ANPAA :

<https://bit.ly/3dhflqN> (durée 5 minutes 33)

Musique :

Les Minikeums, Sois Hip Sois Hop (Stop La Clope) :

<https://bit.ly/3a9ruMI> (durée 2'55)

Revue :

Numéro OKAPI téléchargeable gratuitement (pdf) :

<https://bit.ly/2Wz0WAu>

WORKFLOW

1 Préparation - 10 minutes à 1 heure 10 minutes

NB pour l'animateur :

Durée de préparation : 10 minutes à 1 heure 10 minutes

Durée de l'animation : 10 minutes à 2 heures 30 minutes

L'animateur met en place un espace de libre parole et ne fait part d'aucun jugement ni discours moralisateur. L'intervenant peut dresser un état des lieux de l'exposition au tabagisme et/ou de la consommation des participants. L'animateur valorise les attitudes de refus de la première cigarette exprimées par les jeunes. Les intervenants ne dramatisent pas si les participants ont essayé ou ont été tentés par le tabac, mais ils adoptent une posture d'ouverture et encouragent l'expression des jeunes. Ne pas hésiter à relancer, reformuler et réguler la parole dans le groupe. Concernant l'utilisation de la revue, laisser les jeunes se mettre ensemble s'ils le souhaitent. Concernant le support « musique » proposé, de nombreux convertisseurs gratuits en ligne existent pour transformer une vidéo YouTube en MP3. Il est plutôt conseillé de diffuser le support sans les images (Les « Minikeums » ne sont pas un repère pour la génération).

Les animateurs n'omettent pas de faire un parallèle avec la cigarette électronique (qui reste une cigarette !) qui attire les jeunes, notamment par la diversité des goûts (milk-shake banane myrtille, bonbons, tarte aux fraises...).

Être attentif aux échanges permet aux animateurs de mieux cerner les besoins implicites et/ou explicites exprimés par les jeunes dans d'autres interventions en prévention des conduites addictives.

– 10 minutes pour écouter puis convertir le clip vidéo.

Exemple de convertisseur en ligne :

<https://www.pointmp3.com/fr>

– 20 minutes pour pré-visionnage vidéo, branchements informatique, tests en amont.

– 30 minutes pour télécharger la revue, l'imprimer et découper les trente situations.

– 10 minutes pour installer la salle et tester les enceintes.

2

Lancement - 10 minutes

Accueillir les participants, les faire s'asseoir et leur expliquer le déroulé de l'activité.

Construire collectivement le cadre des échanges :

- S'écouter, ne pas porter de jugement de valeur sur ce que disent les autres.
- Assurer la garantie de parole libre dans un principe de respect (pas d'insultes par exemple).

3

Déroulement - 1 heure à 2 heures 30 minutes

MUSIQUE – 10 minutes

Lancer la chanson et projeter les paroles en simultané sur le vidéoprojecteur. Lancer la discussion avec le groupe grâce à une question ouverte : « Que pensez-vous de cette musique ? Des paroles ? »

Extraits du texte pouvant servir de support d'échanges : « C'est une expérience, Pour s'donner une contenance », « On croit être quelqu'un d'autre avec la clope au bout de ses doigts, Qu'est-ce que tu crois ?! C'est toujours toi, avec la cigarette, t'imites, tu dis qu'ça fait de l'effet sur les petites. »

« Connaissez-vous d'autres musiques qui abordent ce sujet ? »

Exemples :

<https://www.youtube.com/watch?v=RVbMiQR7ZW4> (la chanson anti-tabac qui fait un TABAC, François Ville)

<https://www.youtube.com/watch?v=uUm6GyKn7g0> (la chanson stop tabac, NIKOTEEN)

DIFFUSION VIDÉO – 1 heure

Demander le silence.

Lancer la vidéo (durée : 5'33)

Susciter les échanges s'ils ne viennent pas spontanément, reformuler, distribuer la parole. Ne pas hésiter à accompagner les jeunes à parler librement de leur exposition au tabac (ont-ils essayé ? Si oui, une fois ? Deux fois ? Dans quels contextes, quelles situations, avec qui ?)

REVUE – 1 heure 15 minutes

– 10 à 15 minutes : explications sur l'activité, à savoir, utiliser la phrase du support, par exemple : « Tu n'as pas besoin de ça pour désstresser », l'idée forte du support, et réinventer un autre support de communication : dessin, affiche, vidéo, « tuto » youtubeur, saynètes..., chanson qui reprend le même message, mais avec la créativité des jeunes.

– 5 minutes : distribution d'une image par participant.

– 30 à 35 minutes : travail individuel et/ou collectif selon le désir des jeunes, les difficultés éventuelles ou l'envie de l'animateur (travail en sous-groupes utile si tensions dans le groupe, par exemple).

– 30 minutes : présentation des travaux de chaque jeune ou groupe de jeunes devant les autres participants, valorisation systématique des travaux devant le groupe. Questionner le jeune sur ses choix à chaque fois.

4

Clôture - 15 minutes

Demander les avis des jeunes sur l'expérience qu'ils viennent de vivre :

- Ont-ils rencontré des difficultés ?
- Les supports reflètent-ils bien leur quotidien face à la consommation de tabac ?
- Souhaitent-ils refaire le même travail sur un autre sujet ?
- Souhaitent-ils refaire ce type de travail tous ensemble en créant un seul support ?

5

Variantes et suites possibles

Variantes possibles :

Même thématique possible avec d'autres images ou bien, autres thématiques.

Selon le nombre de participants : diviser le groupe en deux ou trois et interchanger les supports.

Concours d'affiches de prévention tabac.

Suites possibles :

Lancer un projet de création de support de prévention collectif : réalisation d'un clip vidéo, d'une affiche, d'une musique.

Exposition des travaux réalisés lors d'une journée portes ouvertes et/ou moments d'échanges avec les parents.

Les Minikeums, « Sois Hip Sois Hop (Stop La Clope) » :

Yeah...
Uh, uh...
On y va...
Ça commence en vacances
On fait la fête, on danse
C'est une expérience
Pour s'donner une contenance
On en prend une, blonde ou brune
On s'dit qu'c'est pour des prunes
On fume, hey! juste une, pour voir
Faut bien savoir
Ok pour voir, faut pas mourir ignare
Mais gaffe à la fumée qui te mène par le bout du nez
Hey! écoute le refrain
Sois Hip, sois Hop
L'attitude hip hop marche sans la clope
Sois pas si bête
Te prends pas la tête avec la cigarette
Sois Hip, sois Hop
L'attitude hip hop marche sans la clope
Sois pas si bête
Te prends pas la tête avec la cigarette
Sois Hip, sois Hop
Stop stop la clope!
On croit être quelqu'un d'autre avec la clope au bout de ses doigts
Qu'est-ce que tu crois?! C'est toujours toi
Avec la cigarette, t'imites, tu dis qu'ça fait de l'effet sur les petites
Tu joues les?, tu vois les keums qui rentrent
Ça m'fait marrer, alors stop stop la clope
Et zappe la nicotine
Oui! Zappe, zappe, zappe, zappe la nicotine
Sois Hip, sois Hop
L'attitude hip hop marche sans la clope
Sois pas si bête
Te prends pas la tête avec la cigarette
Sois Hip, sois Hop
L'attitude hip hop marche sans la clope
Sois pas si bête
Te prends pas la tête avec la cigarette

Sois Hip, sois Hop
Stop stop la clope!
On se dit qu'avec une cigarette au coin du bec, on a tout du héros, on est plus grand,
on est plus beau
Mais un héros, ça remplit sa vie
En remplissant des missions qui remplissent d'admiration
Ça remplit pas des cendriers, non!
D'ailleurs, Robin, celui des bois
C'est un arc qu'il a au bout des doigts
Et Zorro, le vengeur masqué
Tient une épée, pas un briquet
Sois Hip, sois Hop
L'attitude hip hop marche sans la clope
Sois pas si bête
Te prends pas la tête avec la cigarette
Sois Hip, sois Hop
L'attitude hip hop marche sans la clope
Sois pas si bête
Te prends pas la tête avec la cigarette
Sois Hip, sois Hop
L'attitude hip hop marche sans la clope
Sois pas si bête
Te prends pas la tête avec la cigarette
Sois Hip, sois Hop
L'attitude hip hop marche sans la clope
Sois pas si bête
Te prends pas la tête avec la cigarette
Sois Hip, sois Hop
Sois Hip, sois Hop
Sois Hip, sois Hop