Ateliers de sensibilisation et de prévention FriTime

L'un de ces ateliers vous intéresse ? Veuillez directement prendre contact avec la coordination cantonale au +41 26 305 44 49 ou par e-mail à l'adresse fritime@fr.ch

---

« Stay Fit ! » :

Comment rester en forme ? Quelle est ma place dans le groupe ? Le tabac et l'alcool, ça fait quoi ?! On t'explique comment ça marche avec des jeux et des quiz. Teste tes connaissances, challenge les autres équipes et repars plus fit que jamais !

L'atelier Stay fit est destiné à des jeunes âgés de 10 à 14 ans. Il aborde es thématiques de la santé et de l'environnement sous forme ludique. L'objectif est de sensibiliser et d'intervenir par le biais d'une prévention universelle (primaire) auprès des participant-e-s sur des sujets auxquels ils/elles sont confronté-e-s au quotidien.

Contenu : 4 postes de prévention sur la santé, sur le tabac et l'alcool, l'alimentation, la discrimination, l'environnement, la dynamique de groupe et les écrans.
Durée : 2-3h
Nombre de participant-e-s : de 10 à 20 personnes
Public-cible : jeunes de 10 à 14ans
Langue : français, allemand

Promotion de la santé et prévention Gesundheitsförderung und Prävention

---

Atelier ABC Ecran :

Dans son format actuel, cet atelier nécessite qu'un·e bénévole ou un·e membre du programme FriTime communal récupère le matériel auprès de Reper et anime personnellement l'atelier. Pour cette raison, bien que l'offre soit gratuite, elle demande un investissement conséquent de votre part et n'est donc pas considérée parmi les activités clé en main offertes par FriTime. Vous pouvez à votre convenance en choisir une autre au cours de la même année.

L'atelier ABC est destiné à des jeunes âgés de 0 à 5 ans. Cet atelier permet de sensibiliser les enfants et les parents face au danger des écrans. Composé de plusieurs postes, qui permettent d'identifier la présence et l'influence des écrans au sein de son domicile et de son environnement. Les postes sont interactifs et favorisent un échange constant entre les enfants, les parents et les auxiliaires REPER.

Contenu : ateliers de prévention de l'utilisation des écrans
Durée : 2-3h
Nombre de participant-e-s : 5 familles toutes les 40',
3 sessions successives de 40'
Public-cible : jeunes de 0 à 5ans.
Langue : français, allemand

Promotion de la santé et prévention Gesundheitsförderung und Prävention

---

Après-midi d'animation Gaming pour groupe

Tu souhaites venir fêter ton anniversaire avec tes amis ou tout simplement venir te divertir en groupe un après-midi ?
C'est avec plaisir que nous organisons un après-midi pour toi et tes amis dans notre centre de jeu.

Contenu : encadrement, animation autour des jeux vidéo
Durée : 3h30
Nombre de participant-e-s : max. 12 personnes
Public-cible : jeunes de 8 à 18 ans
Langue : français

Séance d'introduction aux jeux vidéo pour les parents

Vous avez des interrogations concernant les jeux vidéo et leur compréhension ? Vous avez un jeune à la maison qui joue et vous souhaitez acquérir des outils et des ressources pour mieux gérer leur utilisation ?
Cet espace d'échanges vous est donc destiné.

Contenu : sensibilisation, tour de table/discussions, enjeux et représentations
Durée : 2h
Nombre de participant-e-s : de 6 à 12 personnes
Public-cible : parents
Langue : français

Séance d'initiation aux jeux vidéo pour les parents

Vous souhaitez approfondir vos connaissances sur les jeux vidéo et vous initier à ceux-ci ? Immergez-vous l'espace d'une soirée dans la peau d'un « Gamer » afin de mieux percevoir les risques et les bienfaits d'une telle utilisation.
« Participation recommandée au préalable à la « séance d'introduction aux jeux vidéo pour les parents ».

Contenu : initiation aux jeux vidéo, immersion, conscientisation, développement d'outils de gestion
Durée : 2h30
Nombre de participant-e-s : de 6 à 12 personnes
Public-cible : parents
Langue : français

Atelier présentation sur les jeux vidéo pour les professionnel-les du domaine social et les bénévoles

Vous êtes confronté-e-s, dans votre profession, à la thématique des jeux vidéo ? Vous aimeriez mieux comprendre cet univers et le sens qu'un jeune va donner à sa pratique ?

Vous souhaitez analyser une situation spécifique, seul-e ou en équipe ?

Cet atelier vous apportera de nouvelles perspectives de prise en charge éducative et une meilleure posture critique face à l'utilisation de ce média.

Contenu : sensibilisation, initiation aux jeux vidéo, enjeux et représentations, analyse de cas, tour de table/discussions, développement d'outils de gestion
Durée : adaptable
Nombre de participant-e-s : à partir de 4 personnes
Public-cible : travailleurs et travailleuses sociaux - bénév
Langue : français

Atelier découverte « La Magie de la Métamorphose » : Découverte du corps et de ses transformations à la puberté

Des ateliers ludiques pour les jeunes filles et les jeunes garçons (2 ateliers distincts) afin de leur permettre de partir à la découverte de leur corps qui se transforme à la puberté. Dans un petit groupe sécuritaire, ils/elles pourront apprendre et échanger autour des différents signes liés à la puberté, se situer dans leur propre puberté, se préparer aux changements qui les attendent, entendre les mots « justes » et appréhender l'anatomie de leurs organes génitaux sans tabou. Avec un support ludique, mais aussi d'autres activités spécialement conçues pour cette tranche d'âge, les jeunes découvriront aussi les notions de jardin secret, de consentement. Ils/elles apprendront à se relier à leur corps, leurs ressentis et leurs émotions afin de prendre soin d'eux/d'elles et de traverser au mieux leur puberté.

Contenu : découverte, sensibilisation, coloriages, expression corporelle, méditations, échanges autour de la puberté

Durée : 1h30- 2h
Nombre de participant-e-s : 4 à 6 personnes

Public-cible : Filles de 8 à 12 ans, avant leurs premières menstruations. Garçons de 9 à 12 ans (il s'agit de deux ateliers distincts)
Langue : français

Autres informations : Dossier de présentation la Magie de la Métamorphose

---

Atelier Théâtre-Forum : Scénarios « clé en main » : Inégalité de genre

Le concept est simple : un groupe d'acteur-trice-s, ayant préparé une scénette présente une problématique sociale, la joue une première fois devant le public qui découvre la problématique. La scène est ensuite rejouée afin que l'assistance imagine alors tous les autres scénarios possibles à différents moments clés de la scène. L'un/une des spectateur-trice peur dire « STOP » au moment où il/elle imagine un autre comportement que celui proposé dans la scène jouée. Il/elle remplace alors l'un-e des acteur-trice-s et reprend la scène en appliquant son idée. Les autres acteur-trice-s, restent en jeu et réagissent en improvisant et en s'efforçant de maintenir la cohérence avec le scénario initial. Les idées proposées pour résoudre ou améliorer la situation exposée peuvent ainsi être testées dans un environnement bienveillant.

Trois scénarios « clé en main » à choix sont proposées (un seul scénario est joué par

atelier) :

Scénario 1 : « Activités de l'été » :

- Sujets traités : choix d'activité par rapport à son genre, pression sociale, injonction à ne pas
  exprimer ces sentiments

- Résumé : Un garçon et une fille discutent du programme d'été du centre d'animation. Elle et lui veulent faire une activité commune, mais les stéréotypes de genre et la pression sociale seront des obstacles difficiles à dépasser.

Scénario 2 « Sur-occupation de l'espace » :

- Sujets traités : sur-occupation des garçons/hommes de l'espace spatial et sonore

- Résumé : Une fille lit tranquillement sur un canapé dans un centre d'animation. Son activité se retrouve entravée par l'arrivée d'un garçon bruyant et brusque qui s'installe sur le même canapé. S'ensuit une dispute générée par une incapacité de la fille à exprimer son dérangement et du garçon à respecter l'espace d'autrui.

Scénario 3 « Injures sexistes » :

- Sujets traités : injures sexistes, manque d'écoute et d'empathie

- Résumé : Une fille et un garçon racontent leur stage respectif. La fille est plus active dans la conversation alors que le garçon reste sur la réserve, il est mal à l'aise et ne souhaite pas s'exprimer plus que cela. Cela a pour conséquence de pousser à bout la fille qui va alors le provoquer avec des remarques sexistes par rapport à son choix de stage. S'ensuit une dispute qui prend de plus en plus d'ampleur, où des insultes sexistes et homophobes sont employées.

Contenu : sensibilisation aux inégalités de genre, à la pression sociale et au sexisme
Durée : 2 heures
Nombre de participant-e-s : 5 à 20 personnes
Public-cible : adaptable
Langue : français
Informations complémentaires : Dossier de présentation LASSO