

Semaine manitobaine de sensibilisation aux dépendances

« Que les jeux commencent... » activités brise-glace « Le courage d'être soi-même »

Les activités de sensibilisation aux dépendances organisées à l'école, dans la communauté ou au travail peuvent être à la fois informatives et amusantes. Servez-vous des feuillets de renseignements et des activités contenus dans cette trousse d'information ainsi que de données supplémentaires fournies dans des brochures et par des conférenciers (voir la section Ressources) pour créer un ou plusieurs des jeux suivants. Créer et partager un jeu de sensibilisation aux dépendances à l'aide de l'information apprise peut être idéal comme activité de récapitulation. Demandez à chacun des membres de votre groupe de planification de rédiger une ou plusieurs questions, de trouver des prix, des accessoires, etc. Présentez le jeu ou enregistrez-le et partagez-le à des assemblées d'écoles, à des foires consacrées à la santé, lors de manifestations organisées dans un centre commercial, dans la communauté et au travail. Prévoyez des activités « brise-glace » pour aider les participants à faire connaissance!

ACTIVITÉS BRISE-GLACE – Apprendre à se connaître

Jeux – Activité 1

Ensemble, nous pouvons le démêler – Le noeud humain – Le jeu de noeud est un jeu qui rapproche les gens en les séparant. De 8 à 12 personnes peuvent faire un noeud bien solide. L'activité peut prendre quelques minutes ou plus longtemps selon que.....

Pour faire et défaire le noeud :

- ❖ Formez un cercle en vous serrant les uns contre les autres et placez vos mains au milieu.
- ❖ Attrapez deux mains en faisant attention de ne pas tenir les deux mains d'une même personne ni la main de la personne à côté de vous. (Il faudra peut-être défaire et refaire avant d'y arriver correctement)
- ❖ À présent, c'est le moment du test. Les Actifs (ceux qui se plongent carrément dans le problème : par-dessous, par-dessus et à travers leurs coéquipiers) ou les Analystes (ceux qui cherchent un plan avant d'agir) doivent s'entendre sur la façon de procéder.
- ❖ Remarque : le fait de pivoter avec les mains prises sans casser la chaîne apporte beaucoup d'élégance et élimine le besoin de faire appel au chiropraticien.
- ❖ Quand, finalement, le noeud est démêlé, les participants se retrouvent l'un à côté de l'autre, se tenant la main et formant un grand cercle, ou parfois deux cercles reliés.

Ensemble, nous pouvons la construire – Structure en guimauve

Objet : Travailler en équipe et illustrer de façon originale un sujet, un thème ou un problème lié aux dépendances. Convient à des groupes de n'importe quel type et de n'importe quelle taille. Peut se dérouler sous forme de concours entre des équipes ou des classes.

Durée : De 1 h à 1 h et ½, selon le nombre de participants et d'équipes. Entre 20 et 30 minutes pour créer l'illustration et entre 40 et 60 minutes pour la discussion et le compte rendu.

Matériel : Selon la taille du groupe – des paquets de spaghetti et de guimauves ordinaires ou miniatures, une table ou un espace d'au moins 3 m² pour chaque équipe et, éventuellement, du papier de couleur et des ciseaux.

Instructions : Divisez le groupe en deux équipes minimum. Distribuez le matériel. Demandez aux équipes de créer, à l'aide de ce matériel, une ou plusieurs structures illustrant le sujet, le thème, etc. Demandez-leur de donner un titre à leur création. Ils peuvent se servir du matériel comme ils veulent. Prévoyez 5 minutes pour la recherche d'idées et la planification, et de 20 à 30 minutes pour la réalisation proprement dite. Après 20 ou 30 minutes, tout le monde doit arrêter ses activités. Un représentant de chaque équipe doit expliquer son projet : 1) le processus utilisé pour déterminer le sujet 2) qui a participé au travail de planification? au travail de construction? 3) comment l'équipe a exploité les compétences de chacun de ses membres? 4) est-ce que le produit final représente ce qui avait été prévu au départ; ou a-t-il évolué au fur et à mesure de sa réalisation? 5) s'il fallait recommencer, qu'est-ce que l'équipe changerait au besoin? 6) comment la pression des pairs a-t-elle influencé la conception et la construction? Après le compte rendu, donnez aux participants le temps de regarder et commenter les autres créations. Vous pouvez aussi prendre des photos des diverses structures et en faire un collage ou bien organiser une exposition.

Le mur des dépendances (ou autres thèmes)

Objet : Illustrer d'une façon créative et en équipe divers sujets, thèmes ou programmes traitant des dépendances. Le mur de briques peut être exposé pour sensibiliser le public pendant la SMSD ou tant que son message s'y prête.

Durée : Variable. La construction du mur peut prendre 45 à 60 minutes. Si vous voulez que les membres de l'équipe discutent des images, des énoncés ou des mots figurant sur le mur, cela peut prendre de 90 à 120 minutes selon leur nombre.

Matériel : Paquets de sacs à dîner en papier brun. Chaque membre de l'équipe reçoit un nombre pair de sacs bruns ainsi que des collants, de la colle, des ciseaux, du papier de couleur et des feutres (cela peut aussi se faire seulement avec des sacs et des feutres).

Instructions : Après avoir distribué le matériel, demandez aux équipes de créer des briques individuelles illustrant les sujets, les questions, les thèmes, etc. Pour chaque brique, il faut deux sacs en papier. Demandez aux participants d'utiliser des stylos et des feutres de couleur pour illustrer ou décorer l'extérieur d'un côté des sacs en papier. Quand c'est terminé, ouvrez deux sacs. Ensuite, mettez celui qui n'est pas décoré à l'intérieur de celui qui l'est, en plaçant l'extrémité ouverte à l'intérieur et l'extrémité fermée à l'extérieur, de façon à former une « brique ». Les participants doivent fabriquer plusieurs briques chacun et éviter autant que possible les répétitions. Pour construire le « mur des dépendances », assurez-vous d'installer les briques contre une paroi solide et de prévoir une base de briques assez solide avant d'ériger le mur. C'est à vous de choisir la taille de votre mur. Prenez-en des photos, laissez-le en place aussi longtemps que vous voulez et, quand vous le démontez, vous pouvez redonner les briques aux participants ou bien les vendre aux enchères en guise d'activité de financement.



Jouons à Qui veut devenir un millionnaire « en santé » ? Jeux- Activité 2

RÔLES :

- **Joueurs** – Invitez au moins cinq joueurs ou faites un tirage pour les choisir. (Remarque : le nombre de joueurs et le jeu peuvent varier en fonction du temps dont vous disposez.)
- **Animateur** – Choisissez un animateur ou une animatrice dynamique et avec beaucoup de personnalité.
- **Public** – Invitez un public animé et enthousiaste : une assemblée d'élèves, une manifestation communautaire spéciale, etc.

FAITES DES RECHERCHES ET PRÉPAREZ LE JEU ET LES QUESTIONS :

Questions : À l'aide des **Feuillets de renseignements** contenus dans cette trousse et d'autres données basées sur les ressources, créez une série de fiches, de transparents ou de diapositives PowerPoint sur le modèle suivant :

- **La fumée secondaire est liée à de nombreuses affections graves chez les enfants. Quelle affection n'est généralement pas liée à la fumée secondaire?**
 - a) Asthme
 - b) Baisse de la vue
 - c) Infections des oreilles
 - d) Mort subite du nourrisson
- **Réponses :** Prévoyez une feuille de réponses ou bien inscrivez les questions sur un deuxième jeu de fiches au dos desquelles vous inscrivez les réponses pour l'animateur. En plus des réponses, ajoutez des éléments d'information intéressants, des statistiques, etc. pour renforcer la sensibilisation. Exemple de réponse :
 - **Réponse** (à l'exemple de question): **b) Baisse de la vue** – La fumée secondaire est plus dangereuse pour les bébés et les enfants. Ceux-ci respirent plus rapidement, ce qui fait qu'ils respirent plus de polluants que d'autres personnes par rapport à leur poids.

TROUVEZ DES ACCESSOIRES :

- **Décoration** : Utilisez des banderolles, des panneaux et des affiches pour mettre de l'ambiance.
- **Costumes** : Demandez aux participants de porter une casquette, un t-shirt ou un panneau spécial.
- **Téléphone** : Trouvez un téléphone (un jouet, un vieux téléphone décoré, un faux portable ou un vrai téléphone).
- **Chronomètre ou avertisseur** : Consultez le département d'Éducation physique de votre école ou les clubs communautaires locaux.

DÉROULEMENT DU JEU :

- **Complicitez le jeu (activité facultative) – Commencez avec au moins cinq joueurs.** Ils doivent répondre à une question dans un délai et dans un ordre fixes. Celui ou celle qui répond correctement et le plus rapidement est le premier à jouer. **Remarque** : Sauter cette étape si les joueurs sont des invités spéciaux.
- **Le jeu**
 - L'animateur lit à voix haute la question qui est affichée sur un écran.
 - Pour chaque question, le joueur doit choisir la bonne réponse parmi quatre options.
 - Si l'animateur estime que le joueur a de la difficulté, il peut lui demander s'il a besoin d'une **ligne de secours**.
 - Au cours du jeu, le joueur peut se servir trois fois de la **ligne de secours**.
 - **La ligne de secours** permet d'appeler un ami qui dispose de 30 secondes pour répondre (il peut s'agir d'un membre du public qui se sert du téléphone-jouet) ou de demander la réponse au public (la force des applaudissements détermine le choix du public).
 - Si vous avez plusieurs joueurs invités ou si vous voulez faire participer davantage de personnes, limitez par exemple à cinq le nombre de questions posées à chaque candidat.
 - Pour chaque bonne réponse, le joueur reçoit divers montants d'argent, comme au Monopoly, p. ex. 100 000 \$; 150 000 \$; 200 000 \$; 250 000 \$; 300 000 \$ ou 1 000 000 \$.
 - **Option** : Pour chaque réponse incorrecte, le joueur perd la moitié de l'argent qu'il a gagné.
 - L'argent gagné peut servir à acheter divers prix : p. ex. une tasse, un t-shirt, des gâteries, des affiches, etc.

LET'S PLAY – WHEEL OF HEALTH! *INSERT ROXANE'S GAME* **Jeux – Activité 3**