

1

Un parcours qui invite les jeunes à...

Trouver un juste équilibre dans leurs usages du numérique pour prendre soin de leur santé globale



UNE APPROCHE INNOVANTE

- Un **parcours de prévention** pour apprendre aux jeunes à détecter les symptômes et vulnérabilités liés à un mésusage du numérique.
- Un **parcours de promotion** pour aider les jeunes à adopter un usage numérique sain, raisonné et intentionnel.
- Un **parcours d'éducation** pour permettre aux jeunes d'accroître leur littératie numérique, médiatique, et en santé.

UNE APPROCHE GLOBALE

Qui aide les jeunes à prendre soin de leur santé dans toutes ses dimensions : **physique, mentale et sociale.**

UNE APPROCHE POSITIVE

Qui vise l'épanouissement des jeunes, en lien avec leurs valeurs profondes, au-delà de leurs usages numériques.

UNE APPROCHE COMPLÈTE

Qui part de la prise de conscience personnelle pour aller vers l'action, en passant par la réflexion et la compréhension.

2

Un parcours qui permet aux jeunes de...

Développer leurs compétences psychosociales (CPS) pour soutenir leur confiance et leur pouvoir d'agir

UN CONTENU QUI INTÈGRE LA MAJORITÉ DES CPS

- **Compétences cognitives** : accroître sa connaissance de soi, gérer ses impulsions, savoir penser de façon critique, prendre des décisions constructives, résoudre des problèmes, savoir demander de l'aide...
- **Compétences émotionnelles** : comprendre les émotions.
- **Compétences sociales** : communiquer de façon efficace et positive, s'affirmer et résister à la pression sociale par l'assertivité et le refus...

UNE PÉDAGOGIE QUI SUIT LES CRITÈRES DE QUALITÉ DES INTERVENTIONS CPS



- Une **pédagogie positive et active** grâce à des activités expérientielles.
- Une **intervention structurée** en modules qui s'inscrit dans la durée.
- Des **supports formels** qui permettent de poursuivre le cheminement en dehors du temps dédié au parcours.
- Des **contenus fondés sur les connaissances scientifiques actuelles** par des experts dans les domaines en lien avec le numérique.
- Un parcours clé-en-main pour les éducateurs sur les sujets liés au numérique **qui participe à créer un environnement éducatif soutenant.**

Sur la base de la classification de Santé Publique France

PARCOURS

**Be
FREE**

CONNECTÉ À L'ESSENTIEL

3

Un parcours qui suit...

Les recommandations institutionnelles dans le champ de l'éducation, de la santé et du social



DANS L'ÉDUCATION

- Un **parcours qui s'inscrit dans la mission de l'École**, par une prise en compte de l'éducation à la santé, à la citoyenneté, aux médias et à l'information.
- Un **parcours transversal** qui répond aux objectifs de compétences, de connaissances et de culture commune de l'Éducation nationale.

DANS LA SANTÉ

- Un **parcours qui suit les directives du plan national de santé publique** en promouvant les comportements favorables à la santé chez les jeunes et en prévenant l'entrée dans les pratiques addictives.
- Un **parcours qui suit le plan d'actions pour un usage raisonné des écrans par les jeunes**, et qui répond à de nombreuses autres recommandations de santé, en particulier celles du Haut Conseil de la Santé Publique.

DANS LE SOCIAL

- Un **parcours qui suit les orientations nationales de la protection judiciaire de la jeunesse** "promotrice de santé".
- Un **parcours qui suit l'approche proposée par la Direction de la jeunesse, de l'éducation populaire et de la vie associative**, qui souhaite intégrer le numérique dans une logique de développement global : non seulement comme risque mais, aussi, comme levier d'autonomisation et de participation à la vie citoyenne.