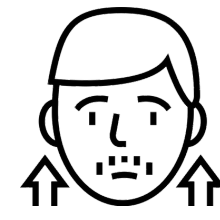


# LE PARCOURS SANTÉ au Collège Émile Mazé

2022-2023

Adopter de  
bonnes habitudes  
tout au long des  
années collège

Responsable: Estelle Marie  
infirmière scolaire



La puberté



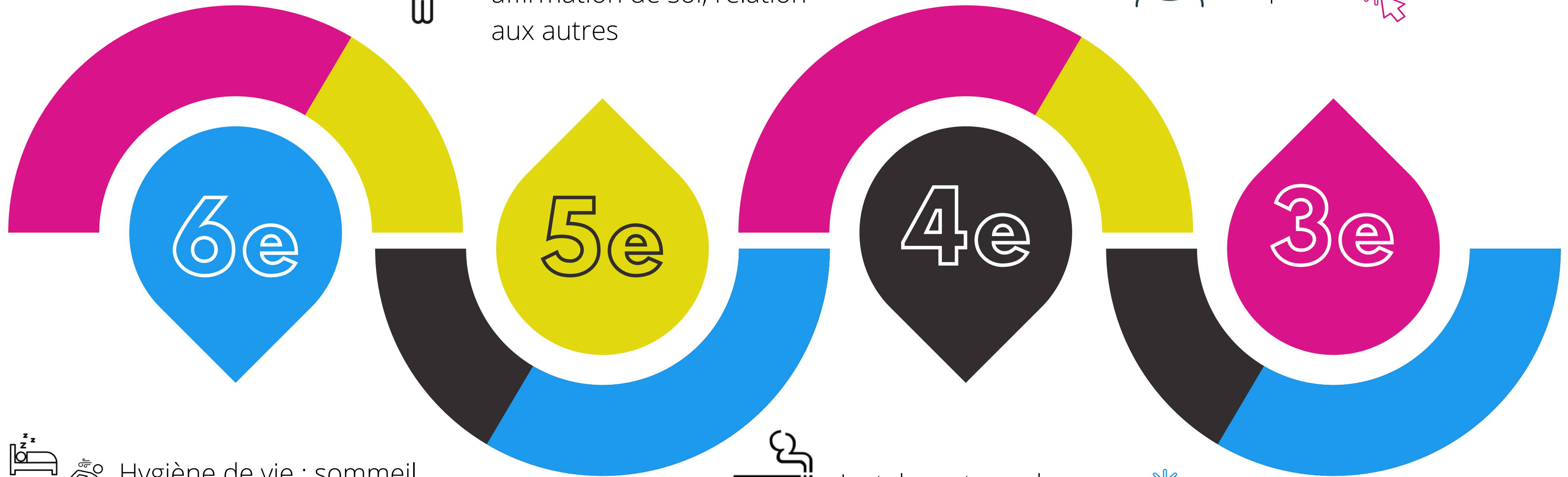
Manger en pleine conscience



Identification des émotions,  
affirmation de soi, relation  
aux autres



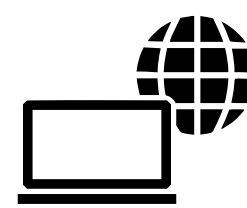
Prévention des conduites à  
risques



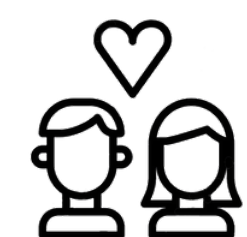
Hygiène de vie : sommeil,  
alimentation, activité physique



Le tabac et ses dangers



Internet & réseaux sociaux : identité numérique,  
mauvaises rencontres, cyberharcèlement...



Vie affective, vie relationnelle et vie sexuelle



Internet & réseaux sociaux : identité  
numérique, mauvaises rencontres,  
cyberharcèlement...





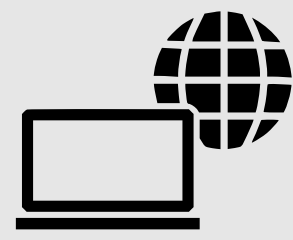
## Intervention de Mme Carissimo, Ligue contre le cancer

11 janvier 2023

Expliquer l'alimentation et l'utilité de l'associer à une bonne hydratation, à une activité physique et à un sommeil satisfaisant pour être en forme, bien grandir, réfléchir et être bien dans sa peau.







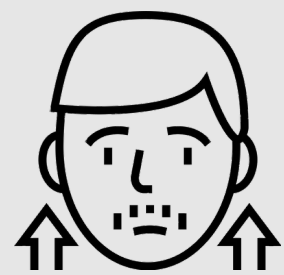
## Internet & réseaux sociaux : identité numérique, mauvaises rencontres, cyberharcèlement...

**Intervention du M.D.L. Durand (Gendarmerie Nationale)**  
**13 décembre 2022**



Cette intervention vise à informer les adolescents sur l'identité numérique, la protection des données personnelles et à les prévenir contre les mauvaises rencontres, le cyberharcèlement, etc. et envisage l'utilisation d'Internet sous ses aspects juridiques.





# La puberté

5<sup>e</sup>

**Intervention d'étudiants de l'IFPS (Institut de formation des professionnels de santé)  
de Pontivy - 19 février 2023**



Ouvrir les échanges sur la puberté dans le champ psycho-émotionnel et dans le champ social. Favoriser l'expression des jeunes sur leurs inquiétudes, leurs étonnements, leurs dégoûts, leurs plaisirs et dédramatiser les situations qui peuvent leur paraître difficiles.





5<sup>e</sup>



# Manger en pleine conscience

Intervention de l'association Equalianse  
date en attente



Apprendre à repérer ses sensations de faim et de satiété pour mieux respecter les besoins de son corps.

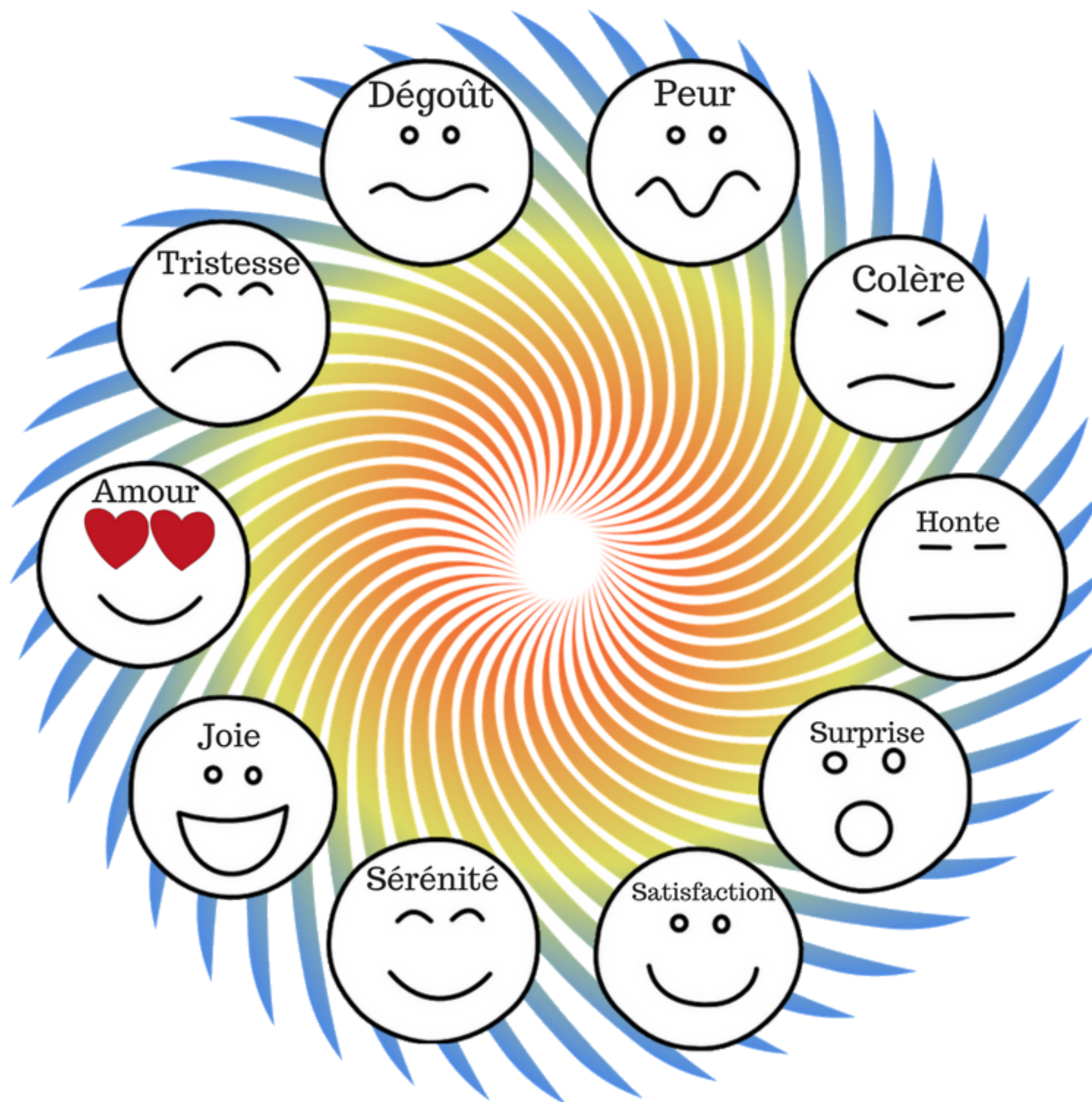


5e



# "Le tourbillon des émotions"

Intervention de Mme Gendrot, @LiberteCouleurs - 5 janvier 2023



Une intervention interactive pour construire la confiance en soi, au cours de laquelle les collégiens nomment les émotions, reconnaissent le rôle de l'empathie et le mécanisme de la pression de groupe... L'objectif est que les jeunes apprennent à exprimer ce qu'ils ressentent et à améliorer leurs relations avec les autres.







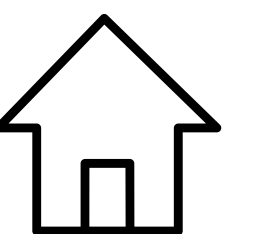
# Le tabac et ses dangers

4<sup>e</sup>

**Intervention de Mme Carissimo, Ligue contre le cancer du Morbihan - 8 novembre 2022**

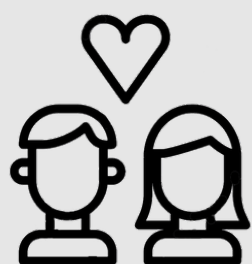


Une sensibilisation destinée à apporter des connaissances objectives et à susciter un questionnement. Par la mise en évidence d'une triple dépendance (psychologique, physique et gestuelle), elle invite à envisager les conséquences d'une consommation d'autant plus dangereuse que précoce.





4<sup>e</sup>

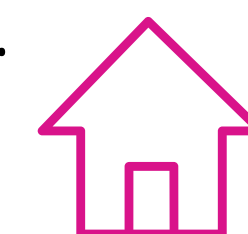


# Vie affective, vie relationnelle et vie sexuelle

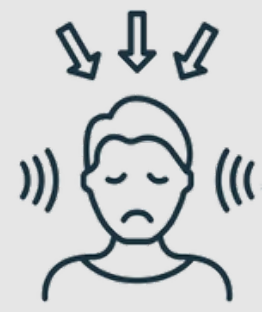
**Intervention de Mme Dambrine, CPEF (Centre de planification de l'éducation familiale) - 09, 16 et 23 juin 2023**



Sensibiliser aux notions de consentement mutuel et de réciprocité dans la relation. Prévenir les comportements et violences sexistes et homophobes. Favoriser l'expression entre les jeunes.







# Prévention des conduites à risques

## "Pris au piège", Compagnie Instant(s) - date en attente

Ce spectacle de théâtre-forum permet d'aborder les conduites à risque chez les adolescents. Il favorise la prise de parole des jeunes sur les addictions, les manipulations et les dérives du net.



[voir l'article sur le site web du collège](#)

