



cler

Aimer,
ça s'apprend !

PROPOSITIONS DU CLER

PROGRAMME EVARS

COLLÈGE



PROGRAMME EVAR-S



Propositions d'appui au programme scolaire

UNE OBLIGATION LÉGALE

Les propositions du CLER s'inscrivent dans l'éducation à la sexualité, obligatoire tout au long de la scolarité des élèves, créée par la loi n° 2001-588 du 4 juillet 2001, dans une "approche globale, positive et bienveillante".

L'article L. 312-16 du Code de l'Éducation, prévoit au moins 3 séances annuelles pour chaque niveau scolaire, de la maternelle à la terminale, dans tous les établissements scolaires, publics ou privés sous contrat.

Le contenu du programme EVAR-S est défini par l'arrêté du 2 février 2025.

Sa circulaire de mise en œuvre du 4 février 2025 prévoit que des partenaires extérieurs peuvent être associés aux personnels éducatifs, sous leur responsabilité, dans les conditions prévues par l'article D. 551-6 du Code de l'éducation.

UN PARCOURS UNIQUE ET PROGRESSIF

Pour chaque niveau scolaire, le programme EVAR-S définit des objectifs d'apprentissage et des notions et compétences à aborder de façon itérative, progressive et adaptée à l'âge.

L'ensemble des séances constitue un programme cohérent, pour accompagner les jeunes tout au long de leur scolarité.

E
V
A
R
S

PROGRAMME EVAR-S



Mise en œuvre

RESPONSABILITÉ ÉDUCATIVE

Le programme EVARS est intégré au programme scolaire, et relève de la responsabilité des établissements scolaires, qui sollicitent le CLER pour en réaliser une partie.

Lorsque le CLER est sollicité en tant que partenaire extérieur, ses interventions sont coconstruites et coanimées avec l'équipe éducative de l'établissement commanditaire, dont un membre est toujours présent lors des séances. Dans ce cadre d'intervention, les intervenants du CLER répondent à la demande des établissements et respectent la nature scolaire du programme EVAR-S.

CADRE DU PARTENARIAT

Le CLER propose des contenus qui, à partir des objectifs du programme, déploient une approche réflexive d'où émergeront des questions, des prises de conscience, des élaborations, dans un dialogue interactif avec les jeunes.

Les contenus présentés dans ce catalogue sont des exemples de propositions à discuter avec chaque établissement scolaire qui sollicite le CLER.

Les intervenants du CLER préparent les séances avec les équipes éducatives et définissent avec eux les contenus pédagogiques qu'ils utiliseront.

E
V
A
R
S

LE CLER



Propositions d'appui au programme scolaire

VALEURS

Les intervenants du CLER sont animés par une vision de l'Homme qui affirme :

- Sa **dignité**, quelle que soit sa situation
- Sa dimension **relationnelle**
- Son **unité**
- Sa **liberté**
- Sa **responsabilité**
- Sa **capacité à choisir le bien**

APPROCHE

L'approche du CLER se caractérise par un **accueil inconditionnel et un regard positif sur tous les élèves**, la conviction qu'ils ont tous des capacités à poser des choix porteurs de sens, libres et responsables, à développer des compétences et des attitudes constructives dans une éthique de la relation fondée sur le respect et la prise en compte de **la personne dans toutes ses dimensions** : corporelle, affective, intellectuelle.

CONTENUS ADAPTÉS

Le CLER traite prioritairement les **sujets relevant de son expertise**. Des sujets relevant de l'EMC ou des SVT seront à approfondir dans ces disciplines.

Les contenus utilisés par les intervenants du CLER **répondent aux objectifs visés**.

Ils ont été conçus pour une classe entière. Sur demande de l'établissement, ils peuvent être abordés en sous-groupes d'élèves, de façon à favoriser leur réflexion et leur participation.

PÉDAGOGIE

- Les intervenants du CLER ont suivi la **formation Éducation à la vie en 160h** suivant le programme du Ministère en charge des Affaires sociales.
- Le CLER met en œuvre une pédagogie basée sur **l'écoute active** et le **questionnement**, afin qu'au-delà des informations transmises, les élèves puissent **réfléchir** par eux-mêmes, apprendre à **discerner** ce qu'ils souhaitent vivre et ce qui est bon **pour eux et pour les autres**.



LE CLER

- 60 équipes
- Démarche qualité
- Formation 1 an/160h
- Supervision

Les contenus pédagogiques du CLER, centrés sur la dignité humaine, la liberté et la responsabilité de la personne, s'inscrivent dans une démarche éducative compatible avec les valeurs portées par les établissements catholiques. Ils respectent la liberté de conscience de chacun et s'adaptent aux spécificités des projets éducatifs des écoles.

CADRE ET POSTURE

- **Approche intégrale, positive** et non culpabilisante.
- **Accueil inconditionnel, neutralité et respect** des convictions de chacun.
- **Limites** : respect de la sphère privée des élèves, des familles et de l'intervenant.
- **Confidentialité des échanges** : engagement de l'intervenant du CLER et des élèves.
- **Vocabulaire précis, respectueux et adapté à l'âge des élèves** (scientifique, juridique, psychologique...)

COANIMATION

Un membre de l'équipe éducative est présent à chacune des séquences animées par le CLER.

Lorsque des sujets intimes ou sensibles sont abordés, leur présence discrète permet aux élèves une liberté de parole et de participation.

Les intervenants du CLER connaissent le dispositif 3PF et les procédures à respecter en cas d'information préoccupante.

LIEN AVEC LES FAMILLES

Le CLER peut prendre en charge sur demande :

- **Une note d'information** aux familles pour leur présenter les séances en amont.
- **Une FAQ** personnalisée pour répondre aux interrogations des parents.
- **Une réunion de parents** pour leur présenter la démarche, répondre à leurs questions et les aider à prendre leur place dans cette éducation.

ÉVALUATION

- **Participation des élèves** : implication active lors des séances, bilan.
- **Climat de classe** : amélioration des interactions entre élèves, respect, écoute, gestion des conflits...
- **Enseignants** : évaluation qualitative des progrès observés.
- **Satisfaction des familles** : recueil des avis via un questionnaire optionnel.

PRÉCONISATIONS

CRÉER UNE
CULTURE
COMMUNE
DE L'ÉTHIQUE
DE LA RELATION



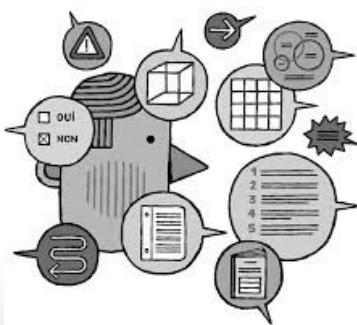
PROJET D'ÉTABLISSEMENT

- **Lien avec le parcours citoyen** (respect, égalité) et le parcours santé et bien-être.
- **Intégration dans l'EMC et l'EMI** pour travailler sur les stéréotypes et le harcèlement.
- **Les valeurs de l'école** : respect de la dignité humaine, la liberté de conscience et la coéducation avec les familles.
- **Cadre républicain** : promotion de l'égalité filles-garçons, de la laïcité et de la lutte contre les discriminations.



COHÉSION ÉDUCATIVE

- **Réunion de préparation** avec la personne ou l'équipe éducative en charge de l'EVAR-S pour coconstruire les séances avec le CLER.
- **Réunion avec l'équipe éducative élargie** et l'intervenant du CLER pour présenter les séances, créer des liens avec les disciplines et répondre aux questions.
- **Fiche récapitulative** de notions clés et vocabulaire commun.
- **Indicateur : 100 % des personnels éducatifs concernés ont participé** à la réunion de préparation et reçu la fiche récapitulative.



CONTINUITÉ ET COMPLÉMENTARITÉ

- **Rituels** : temps d'échange réguliers sur un point du programme en vie de classe.
- **Affichages** : création d'un panneau avec le vocabulaire clé, affichage en classe de créations réalisées en séances EVAR-S.
- **Activités** : prolongements pédagogiques complémentaires à l'EVAR-S.
- **Vocabulaire commun** : utilisation systématique des termes abordés lors des séances.

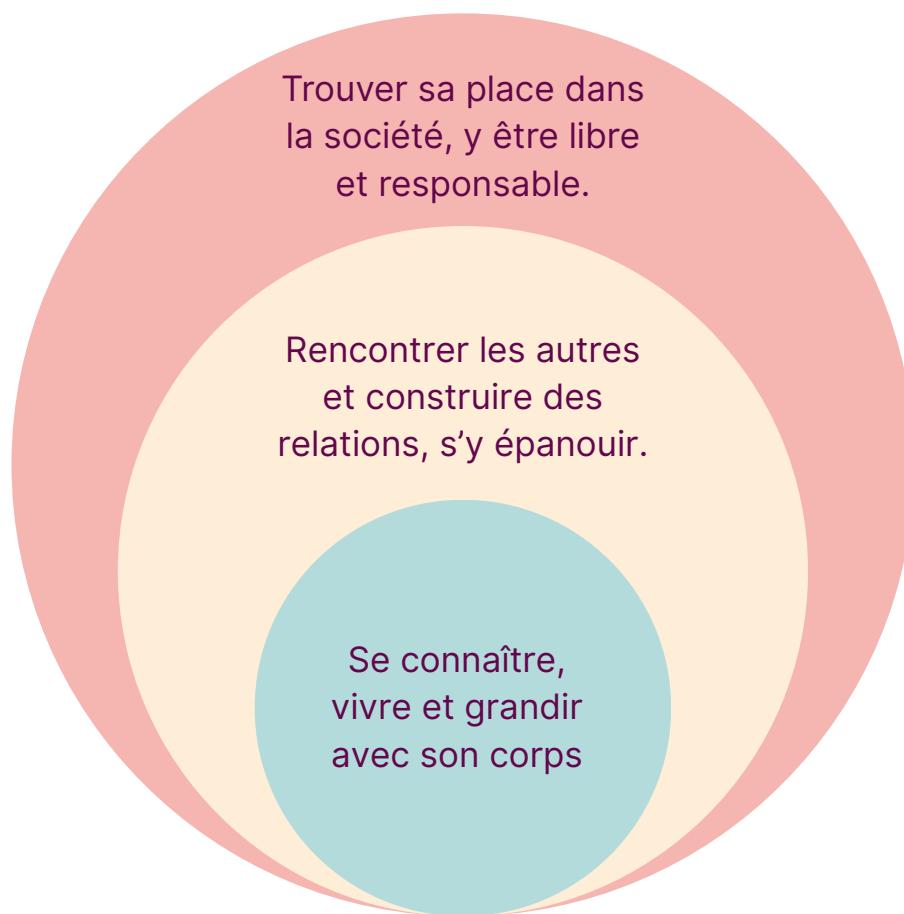
PROGRAMME EVAR-S



Propositions d'appui au programme scolaire

UN PROGRAMME AUTOUR DE 3 AXES

Les propositions du CLER abordent les trois axes du programme :



E
V
A
R
S



Programme EVARS

Propositions de contenus pédagogiques



Collège



SIXIÈME

CLASSE DE SIXIÈME



Collège

Programme EVARS

Objectifs

Se connaître, vivre et grandir avec son corps	Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir	Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable
<ul style="list-style-type: none"> • Comprendre et apprendre à vivre les changements de son corps. 	<ul style="list-style-type: none"> • Entrer en relation avec les autres et comprendre que les relations peuvent changer. 	<ul style="list-style-type: none"> • Trouver sa place au sein d'un groupe sans renier ses propres sentiments, respecter les autres et en être respecté.

Notions et compétences

1) Se connaître, vivre et grandir avec son corps

- Connaître les changements induits par la puberté.
- Comprendre que la puberté est une composante de l'adolescence, qui entraîne des changements physiques, physiologiques, psychologiques et affectifs, et savoir que ces changements se produisent selon des rythmes différents pour chaque individu.
- Savoir que les menstruations (règles) douloureuses nécessitent une consultation médicale.

2) Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir

- Caractériser le contexte, la nature et les enjeux d'une relation interpersonnelle : indifférence/intérêt ; familiarité/altérité ; sympathie/antipathie ; attirance/répulsion.
- Savoir penser de façon critique : reconnaître les influences positives et négatives des pairs sur les décisions et les comportements à l'adolescence.
- Connaître, en particulier dans l'usage des outils numériques, le cadre légal qui vise à protéger la vie privée et respecter l'intimité de tout individu et la dimension éthique qui le sous-tend.
- Développer des relations constructives : développer des liens sociaux.

3) Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable

- Étudier les fonctionnements sociaux :
 - en différenciant : règles, normes, modèles et stéréotypes ;
 - en interrogeant les normes sociales et culturelles et en analysant leurs impacts ;
 - en considérant les processus de hiérarchisation ou d'exclusion (réelle ou symbolique) à l'œuvre au sein des groupes d'appartenance.
- Comprendre ce que signifie, à la puberté, la liberté d'être soi-même et le devoir de respect des autres.
- Développer des relations fondées sur l'acceptation des autres dans leur diversité, la collaboration, la coopération, l'entraide.

Proposition de contenus pédagogiques EVARS

Niveau

Collège – Sixième

Le parcours de trois séances EVARS en classe de 6ème a pour objectif de **rassurer les jeunes** pour leur permettre de **grandir en confiance, en acceptant leur évolution et les différences**. Le corps des adolescents évolue au cours de la puberté, une étape naturelle de leur vie, qui les transforme profondément durant plusieurs années.

La première séance les informe sur l'ensemble de ces **transformations physiques et émotionnelles**, ce qui les aide à s'y préparer.

Ils découvrent que ces changements sont normaux et qu'ils ont un sens, et que tous les jeunes les vivent différemment, chacun à son rythme. Ils sont sensibilisés à la nécessité de **prendre soin de leur corps**.

La deuxième séance explore les relations avec les autres : « **Comment se lient les amitiés ?** » « **Qu'est-ce qui nous attire ou nous éloigne des autres ?** ». Ils réfléchissent à **l'influence des amis et des réseaux sociaux** sur leurs choix, et à **l'importance de protéger leur vie privée en ligne**.

Enfin, ils réfléchissent aux **normes et stéréotypes qui existent dans les groupes** : comment être **soi-même tout en respectant les autres** et comment construire des relations fondées sur l'entraide et la diversité ?

3 séances

1. Se connaître, vivre et grandir avec son corps (2h)

- Présentation avec une qualité
- Puberté et adolescence
- Les 4 C
- Anatomie et physiologie

2. Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir (2h)

- La relation
- Développer un esprit critique
- Outils numériques et vie privée
- Construire des relations positives

3. Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable (2h)

- Les fonctionnements sociaux
- Les normes sociales et culturelles
- La liberté d'être soi
- Le respect des différences

► Séance 1

Collège – Sixième

Se connaître, vivre et grandir avec son corps

Objectifs du programme EVARS

*Comprendre et apprendre à vivre
les changements de son corps.*



Public



Durée

Groupe classe

2h

⌚ Déroulé

- Accueil
- Présentation avec une qualité
- Puberté et adolescence
- Les 4 C
- Anatomie et physiologie
- Clôture

✎ Animation / Matériel

- ◆ Présentation de la séance
- ◆ Liste des qualités / Blason
- ◆ Brainstorming
- ◆ Planche ado entre 2 chaises
- ◆ Planches anatomiques
- ◆ Silhouettes d'adolescents
- ◆ Vidéos ou extraits de films
- ◆ Vidéo « C'est pas sorcier »
- ◆ Vidéo « L'Odyssée de la Vie »
- ◆ Les 4C
- ◆ Bilan

La première séance en classe de 6ème introduit les **transformations de la puberté et de l'adolescence**.

Il est plus facile de traverser ces changements quand on les connaît à l'avance et quand on en **comprend le sens**.

Les notions et compétences abordées ont pour objectif de **vivre et traverser le plus sereinement possible cette période délicate** :

- Connaître et comprendre son anatomie pour leur donner du sens et les accueillir.
- S'ouvrir aux différences morphologiques.
- Savoir où s'informer et trouver des ressources.
- Développer l'estime de soi.

► Séance 2

Collège – Sixième

Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir

Objectifs du programme EVARS

Entrer en relation avec les autres et comprendre que les relations peuvent changer.



Groupe classe



2h

⌚ Déroulé

- Accueil
- La relation
- Développer un esprit critique
- Outils numériques et vie privée
- Construire des relations positives
- Clôture

✎ Animation / Matériel

- ◆ Présentation de la séance
- ◆ Photo-expression de la relation
- ◆ Vidéo Lunchbox
- ◆ Lois - Vidéo « Profils brisés »
- ◆ Questionnement
- ◆ Bilan

La deuxième séance en classe de 6ème explore les **différentes formes de relations**.

Ils développent la **perception de leurs émotions et de leurs sentiments**, ainsi que l'**empathie**.

Les jeunes cherchent ensemble **ce qui rend une relation agréable ou désagréable**.

Ils identifient ce qui fait qu'une relation est ou non épanouissante.

Ils réfléchissent à **l'impact de leurs actions sur les autres**, comment transformer une dynamique négative en positive, comment améliorer l'ambiance dans la classe.

Ils sont sensibilisés aux **enjeux du numérique** : protéger sa vie privée, reconnaître le harcèlement et agir avec respect en ligne.

► Séance 3

Collège – Sixième

**Trouver sa place dans la société,
y être libre et responsable**

Objectifs du programme EVARS

Trouver sa place au sein d'un groupe sans renier ses propres sentiments, respecter les autres et en être respecté.



Groupe classe



2h

◎ Déroulé

- Accueil
- Les fonctionnements sociaux
- Les normes sociales et culturelles
- La liberté d'être soi
- Le respect des différences
- Clôture

❖ Animation / Matériel

- ◆ Présentation de la séance
- ◆ D'accord/Pas d'accord
- ◆ Vidéo Dove / Photo de deuil
- ◆ Photo-expression
- ◆ Questionnement
- ◆ Bilan

La troisième séance en classe de 6ème **questionne les règles, les normes et les stéréotypes** qui influencent le choix des jeunes.

En leur apprenant à distinguer les normes, les modèles, les interdits, les obligations, les jeunes apprennent à **développer un esprit critique et leur liberté personnelle**.

Ils réfléchissent à l'impact des influenceurs et des modèles inspirants que chacun peut avoir.

À partir d'une vidéo et d'une photo, les jeunes découvrent comment **les normes culturelles varient et peuvent créer des malentendus ou des exclusions**. Ils apprennent à accueillir les différences.

Enfin, ils explorent **la place de chacun dans un groupe et le poids du groupe**.

Ils réfléchissent aux notions de respect et de responsabilité, pour **construire des relations fondées sur l'acceptation et la coopération**.



Programme EVARS

Propositions de contenus pédagogiques



Collège



CINQUIÈME

CLASSE DE CINQUIÈME



Collège

Programme EVARS

Objectifs

Se connaître, vivre et grandir avec son corps	Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir	Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable
<ul style="list-style-type: none"> Développer librement sa personnalité sans se sentir obligé ou contraint. 	<ul style="list-style-type: none"> Choisir ses relations : connaître et assumer ses préférences, comprendre qu'elles peuvent évoluer. 	<ul style="list-style-type: none"> Distinguer vie publique et vie privée, en réfléchissant à ce que signifie la liberté individuelle, en particulier sur les réseaux sociaux.

Notions et compétences

1) Se connaître, vivre et grandir avec son corps

- Différencier sexe, genre et orientation sexuelle et respecter leurs diversités.
- Comprendre comment l'attraction et les sentiments amoureux permettent de prendre conscience de son orientation sexuelle.
- Comprendre que la diversité des apparences physiques n'empêche pas l'égalité, et réciproquement.
- Identifier la santé comme un « état complet de bien-être physique, mental et social » (définition de l'Organisation mondiale de la santé).
- Développer des relations sociales constructives : l'acceptation des autres dans leur diversité.

2) Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir

- Reconnaitre l'importance de la diversité et de la non-discrimination et prendre conscience que chaque individu a droit à la liberté et au respect.
- Identifier ce qui caractérise une relation interpersonnelle positive et ce qui caractérise une relation interpersonnelle négative.
- Comprendre que tout acte de nature sexuelle non désiré constitue une violence sexuelle.
- S'affirmer par le consentement et le refus.
- Développer des relations sociales fondées sur l'acceptation des autres dans leur diversité, la collaboration, la coopération, l'entraide.
- Prendre conscience que les réseaux sociaux et Internet diffusent des contenus sexuellement explicites, interdits aux personnes mineures, qui peuvent être choquants, violents, peuvent véhiculer des stéréotypes et banaliser des comportements violents. Élaborer des stratégies pour s'en protéger et protéger les autres.

3) Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable

- Définir les notions de liberté, de respect et d'égalité concernant le sexe, le genre et l'orientation sexuelle.
- Identifier des situations de cyberviolences à caractères sexistes et sexuels et leurs effets néfastes.
- Prendre conscience que chaque individu possède des droits humains (droit à la dignité, droit au respect de sa vie privée, droit à l'image).
- Savoir comment réagir de manière efficace lorsqu'une personne est victime de harcèlement ou de violences sexistes ou sexuelles (pratiquer une écoute empathique, apporter du soutien solidaire à la victime, signaler les violences).
- Prendre conscience que l'utilisation d'Internet et des réseaux sociaux peut entraîner des situations dangereuses ou des infractions à la loi, élaborer des stratégies pour s'en protéger et protéger les autres.
- Développer sa capacité d'écoute, l'attention portée aux autres et des relations sociales constructives.
- Savoir faire des choix responsables.



Proposition de contenus pédagogiques EVARS

🎓 Niveau

Collège – Cinquième

En 5ème, les élèves traversent une **étape charnière de leur développement**, marquée par des transformations physiques, émotionnelles et sociales profondes. Ils commencent à **construire leur identité, à questionner leur place** dans le monde et à vivre des **relations plus complexes**.

Ces trois séances s'inscrivent dans une **démarche éducative globale**, respectueuse de la dignité de chaque personne, l'égalité, la liberté et le respect. Il s'agit **d'informer, éveiller les consciences et aider les jeunes à devenir capables de discernement et responsables**.

Les jeunes vivent des **tensions internes** liées à la puberté et l'adolescence, et des **pressions externes**, véhiculées par les médias, les réseaux sociaux ou leur entourage, qui peuvent les questionner ou banaliser des comportements à risque.

Les trois séances visent à aider les élèves à :

- **Se connaître et s'accepter**, dans leur singularité et leur diversité, et respecter celle des autres.
- **Acquérir des clés pour construire des relations positives**, fondées sur le consentement, le respect mutuel et la non-violence.
- **Prendre conscience des enjeux du numérique**, où les frontières entre intimité et exposition, liberté et responsabilité, sont parfois floues.
- **Développer leur liberté et leur responsabilité**, en adoptant des attitudes d'empathie et d'entraide, en comprenant leurs droits et ceux des autres.

3 séances

1. Se connaître, vivre et grandir avec son corps (2h)

- Sexe biologique, genre et orientation sexuelle
- Égalité et différences

2. Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir (2h)

- Les différentes relations affectives
- Une relation respectueuse de l'intimité
- La relation positive ou négative
- Danger des réseaux sociaux et intimité
- Le consentement et le refus

3. Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable (2h)

- Rappel de la séance 2 sur les notions de liberté, respect et égalité
- Réflexion sur des situations de cyberharcèlement et de cyberviolence
- Savoir demander de l'aide (3018)
- L'empathie
- Le harcèlement
- Discrimination : article 225-1

► Séance 1

Collège – Cinquième

Se connaître, vivre et grandir avec son corps

Objectif du programme EVARS

*Développer librement sa personnalité
sans se sentir obligé ou contraint.*



Public



2h

⌚ Déroulé

- Accueil
- Sexe biologique, genre et orientation sexuelle
- Égalité et différences
- Clôture

✎ Animation / Matériel

- ♦ Présentation de la séance
- ♦ Planches anatomiques
- ♦ Feu rouge / Feu vert - 4C
- ♦ Bilan

La première séance en classe de 5ème invite à discerner ce qui fait que **chaque personne humaine est un être unique et irréductible**, à la fois corps, cœur, esprit et conscience.

Les élèves sont invités à **s'ouvrir aux différences**, qui découlent de cette unicité de la personne, qui vont du plus général (homme ou femme) au plus particulier (l'apparence physique, la psychologie, l'intelligence, les désirs...).

Ils expérimentent que **ces différences peuvent devenir des occasions de rencontre et d'enrichissement mutuel**. Ils sont invités à accueillir l'autre dans ce qu'il a de singulier, en dépassant des jugements hâtifs pour reconnaître en chaque personne une valeur inaliénable.

Ils réfléchissent aux **notions complexes de sexe biologique, identité de genre et orientation sexuelle**. Ils prennent conscience de la **dignité intrinsèque de chaque personne, quels que soient son identité, ses désirs, ses choix**.

Ils découvrent comment **la loi et les institutions protègent cette dignité et son fondement** : chaque personne, quelles que soient ses caractéristiques, mérite considération et respect.

Cette séance leur permet de **grandir dans l'estime d'eux-mêmes et des autres**, de découvrir que ce qui fait **la valeur de l'Homme, ce n'est pas ce qu'il a, mais ce qu'il est**.

► Séance 2

Collège – Cinquième

Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir

Objectifs du programme EVARS

*Choisir ses relations : connaître et assumer ses préférences,
comprendre qu'elles peuvent évoluer.*



Groupe classe



2h

⌚ Déroulé

- Accueil
- Les différentes relations affectives
- Une relation respectueuse de l'intimité
- La relation positive ou négative
- Le consentement et le refus
- Danger des réseaux sociaux et intimité
- Clôture

✎ Animation / Matériel

- ◆ Présentation de la séance
- ◆ Échanges sur les relations
- ◆ Brainstorming
- ◆ Jeu de cartes de la relation
- ◆ Vidéo La tasse de thé
- ◆ Sous-groupes sur les nudes
- ◆ Bilan

La deuxième séance en classe de 5ème invite à **discerner ce qui fonde une relation authentique, respectueuse** de la dignité et de l'intimité de chacun.

Elle permet aux jeunes d'**explorer les différentes formes de relations et leur impact**, et de découvrir que l'investissement affectif donne à nos liens leur force et leur fragilité. Elle les invite à **dépasser les préjugés et à accueillir l'autre tel qu'il est**.

Ils distinguent des relations positives, fondées sur la confiance, l'écoute et le respect, des relations négatives, marquées par la contrainte, la manipulation ou le mépris. Ils identifient **les principes d'une relation respectueuse : liberté, consentement, bienveillance**.

Ils sont sensibilisés aux **risques liés à la pornographie**, qui véhicule une vision dégradante de la femme et une sexualité violente, déconnectée de toute relation. Ils développent **des stratégies pour s'en protéger**.

► Séance 3

Collège – Cinquième

Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable

Objectif du programme EVARS

*Distinguer vie publique et vie privée,
en réfléchissant à ce que signifie la liberté individuelle,
en particulier sur les réseaux sociaux.*



Groupe classe



2h

⌚ Déroulé

- Accueil
- Les dangers du numérique
- L'empathie
- Le harcèlement
- Clôture

✎ Animation / Matériel

- ◆ Présentation de la séance
- ◆ Textes de loi et saynètes
- ◆ Exercices d'écoute
- ◆ Mise en situation
- ◆ Bilan

La troisième séance en classe de 5ème éveille les élèves aux **dangers du numérique** qui offre des possibilités infinies, et à la grande responsabilité nécessaire pour ne pas en subir de dommages ni en faire subir à d'autres.

Cette séance invite à **discerner les dangers** des réseaux sociaux (cyberharcèlement, diffusion d'images intimes), à **devenir des acteurs de prévention** en repérant les situations à risque, et en apprenant à **réagir avec justesse**, en mobilisant les ressources adaptées.

Enfin, la découverte de **l'empathie et du triangle enfermant du harcèlement** aide à **sortir des rôles d'harcilleur, victime ou témoin** pour **agir en médiateur bienveillant**. « *Monter sur la colline de l'autre* » et apprendre à écouter permet de comprendre son point de vue sans jugement, de mesurer les effets sur lui de nos propres comportements, et d'adopter une attitude ajustée et respectueuse.



Programme EVARS

Propositions de contenus pédagogiques



Collège



QUATRIÈME

CLASSE DE QUATRIÈME



Collège

Programme EVARS

Objectifs

Se connaître, vivre et grandir avec son corps	Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir	Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable
<ul style="list-style-type: none"> Aborder la sexualité comme une réalité complexe pouvant faire intervenir le plaisir, l'amour, la reproduction, etc. 	<ul style="list-style-type: none"> Développer une compréhension critique et respectueuse des relations interpersonnelles et des enjeux associés à la sexualité ; favoriser des choix responsables et protecteurs en matière de santé sexuelle et relationnelle. 	<ul style="list-style-type: none"> Étudier des représentations de la sexualité dans l'espace public et en interroger la dimension égalitaire ou inégalitaire.

Notions et compétences

1) Se connaître, vivre et grandir avec son corps

- Envisager les différents aspects de la sexualité : physique/psychologique ; personnelle/interpersonnelle ; impliquant différentes parties du corps ; faisant l'objet d'une série de représentations et de modèles sociaux pouvant impliquer l'amour, le plaisir, la reproduction.
- Savoir qu'il existe des personnes intersexes.
- Envisager la sexualité comme un cheminement personnel singulier et comprendre sa diversité d'expression.
- Comprendre, identifier, apprendre à gérer ses émotions.
- Connaître où et comment s'informer, bénéficier de dépistages ou d'une prise en charge médicale en santé sexuelle (vaccination contre les infections à papillomavirus humains, douleurs gynécologiques, troubles du cycle menstruel, dépistage de l'endométriose, etc.).
- Développer sa capacité à faire des choix responsables.

2) Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir

- Définir la notion de relation (échange, don, partage, réciprocité), les positions au sein des groupes d'appartenance, la notion de consentement dans son rapport à la liberté.
- Connaître les incidences des réseaux sociaux sur les relations et les choix de relations : être ou ne pas être sous le regard des autres ; examiner ce que ce regard des autres apporte à l'affirmation de soi et à la reconnaissance, pourquoi il peut aussi nuire et comment s'en protéger ; identifier les ressources et les comptes favorables ou non au bien-être et à l'estime de soi.

- Comprendre les problèmes associés à la diffusion et au commerce des images (des autres ou de soi), à la marchandisation du corps, à l'exploitation sexuelle, à la prostitution des mineurs, savoir comment il est possible de s'en protéger et d'être aidé pour le faire.
- Comprendre l'importance de prendre des décisions favorables à sa santé et celle des autres, faire des choix responsables : - décision d'avoir ou non un rapport sexuel ; - prévention des infections sexuellement transmissibles (modes de transmission et moyens de protection) ; - prévention des grossesses non prévues et/ ou non désirées (moyens de contraception, interruption volontaire de grossesse).
- Identifier un adulte de confiance, un lieu, un service d'aide et de soutien à qui s'adresser pour échanger, poser des questions, trouver des informations en lien avec sa santé sexuelle, bénéficier d'un dépistage ou d'une prise en charge médicale ou être aidé en cas de violences sexistes et sexuelles (y compris l'inceste) ou de violences fondées sur des discriminations telles que définies par le Code pénal.
- Savoir demander de l'aide pour soi ou pour une autre personne.

3) Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable

- Analyser la notion de norme sociale, de modèle, de stéréotype et réfléchir aux effets induits : intégration, exclusion, socialisation, normalisation.
- Repérer et expliquer la différence entre des situations ou des représentations égalitaires et d'autres qui ne le sont pas (femmes/hommes ; majorités/minorités).
- Savoir penser de façon critique.
- Décrypter les messages et les images de la sexualité dans les médias (explicites et/ou implicites).
- Comprendre la notion de pornographie, la différencier des contenus érotiques et prendre conscience que la pornographie représente, de manière faussement réaliste et stéréotypée, des actes sexuels dépourvus de toute dimension affective ou sentimentale et souvent violents.
- Comprendre les raisons de l'interdiction d'accès des mineurs à la pornographie, inscrite dans le Code pénal.
- Identifier les conséquences de la prostitution sur la santé des victimes et prendre conscience que les réseaux prostitutionnels utilisent les réseaux sociaux pour développer leurs activités illégales.

Proposition de contenus pédagogiques EVARS

🎓 Niveau

Collège – Quatrième

Les trois séances EVARS en classe de 4ème proposent une exploration de l'amour et la sexualité sous tous ses aspects – physique, émotionnel et social – pour en faire un chemin d'épanouissement personnel et respectueux, pour grandir en liberté et en responsabilité.

Ils développent la capacité des jeunes à être eux-mêmes, tout en respectant les différences.

Les jeunes découvrent que la sexualité ne se limite pas au corps : elle englobe le plaisir, l'amour, la reproduction, et s'exprime de manières très diverses selon chacun. Ils apprennent à comprendre et gérer leurs émotions et sentiments, et à leur donner du sens, pour pouvoir poser des choix éclairés. Ils sont informés sur le fonctionnement de leur corps et sur leur santé sexuelle et découvrent des ressources pour aller plus loin ou être accompagnés.

Ils réfléchissent à ce qu'est une relation respectueuse et comment donner ou recevoir un consentement. Ils analysent l'impact des réseaux sociaux sur leurs relations (reconnaissance, pression, risques) et apprennent à s'en protéger. Ils apprennent à gérer les risques liés à la sexualité (IST, grossesses non désirées) et à construire des relations fondées sur le respect mutuel.

Ils apprennent à décrypter les messages implicites sur la sexualité (pornographie / érotisme, exploitation sexuelle) pour comprendre les interdits et les risques.

3 séances

1. Se connaître, vivre et grandir avec son corps (2h)

- Les émotions et les sentiments
- Les représentations de la sexualité
- Biologie, anatomie et physiologie
- Ressources pour la santé sexuelle
- Psychologie et affectivité, poser des choix éclairés

2. Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir (2h)

- La relation
- Les réseaux sociaux
- Sexualité et consentement
- Les violences sexuelles et sexistes
- Les mécanismes d'emprise
- Affirmation de soi

3. Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable (2h)

- Les stéréotypes et les discriminations
- Relations égalitaires et non-égalitaires
- Développer son esprit critique
- La pornographie
- La prostitution
- Emprise et manipulation

► Séance 1

Collège – Quatrième

Se connaître, vivre et grandir avec son corps

Objectif du programme EVARS

*Aborder la sexualité comme une réalité complexe
pouvant faire intervenir le plaisir, l'amour, la reproduction ...*



Groupe classe



2h

⌚ Déroulé

- Accueil
- Les émotions et les sentiments
- Les représentations de la sexualité
- Biologie, anatomie et physiologie
- Ressources pour la santé sexuelle
- Psychologie et affectivité, poser des choix éclairés
- Clôture

✎ Animation / Matériel

- ◆ Présentation de la séance
- ◆ Brainstorming, 4C
- ◆ Les 3 cercles de la sexualité
- ◆ Planches anatomiques
- ◆ Ressources santé sexuelle
- ◆ Cartes Expérimenter / Discerner
- ◆ Bilan

La première séance en classe de 4ème permet aux jeunes d'**identifier des émotions** (joie, colère, peur...) et des sentiments (amour, confiance, solitude...), de comprendre ce qui les distingue et **comment les gérer**, à partir d'exemples concrets.

Ils réfléchissent à **l'impact des réseaux sociaux** qui survalorisent les émotions et apprennent à prendre du recul pour **se connecter à leurs sentiments profonds**. Une présentation des **4C – corps-cœur-cerveau-conscience** – leur permet de comprendre et gérer leurs vécus.

Ils réfléchissent à **ce qu'est la sexualité** en prenant en compte **ses trois composantes : amour, plaisir et reproduction**. Des planches anatomiques leur présentent le fonctionnement des organes sexuels. Des **ressources d'information et d'accompagnement** sont données pour leur santé sexuelle.

À travers l'analyse de situations concrètes, ils apprennent à **développer un esprit critique et à poser des choix éclairés et responsables**.

► Séance 2

Collège – Quatrième

Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir

Objectifs du programme EVARS

Développer une compréhension critique et respectueuse des relations interpersonnelles et des enjeux associés à la sexualité ; favoriser des choix responsables et protecteurs en matière de santé sexuelle et relationnelle.



Groupe classe



2h

⌚ Déroulé

- Accueil
- La relation
- Les réseaux sociaux
- Sexualité et consentement
- Les violences sexuelles et sexistes
- Les mécanismes d'emprise
- Affirmation de soi
- Clôture

✎ Animation / Matériel

- ♦ Présentation de la séance
- ♦ Charte collaborative - Smartphone
- ♦ Vidéos prévention des nudes
- ♦ Les lois
- ♦ Vidéo Stand-up-5D
- ♦ Bilan

La deuxième séance en classe de 4ème donne aux élèves **des clés pour construire des liens épanouissants**, reconnaître les pièges (pression, manipulation, sextorsion) et affirmer leurs limites avec confiance, **à un âge où les relations prennent une place centrale**.

Ils apprennent à **travailler de façon collaborative** pour écrire une charte de la relation. Ils discutent pour **approfondir ce qui permet une relation respectueuse et épanouissante**.

Ils repèrent **ce qui nuit à la relation** : les pressions, les pièges, l'absence de liberté et de respect.

Ils distinguent préliminaires et actes sexuels, en explorent **les conséquences** et comprennent qu'il y a des lois qui les protègent, tout en les appelant au **discernement**.

Ils comprennent ce qu'est un viol, et comment agir pour se protéger, ils apprennent à dire Non sans culpabiliser.

► Séance 3

Collège – Quatrième

**Trouver sa place dans la société,
y être libre et responsable**

Objectifs du programme EVARS

**Étudier des représentations de la sexualité dans l'espace public
et en examiner la dimension égalitaire ou inégalitaire.**



Groupe classe



2h

⌚ Déroulé

- Accueil
- Les stéréotypes et les discriminations
- Relations égalitaires et non-égalitaires
- Développer son esprit critique
- La pornographie
- La prostitution
- Emprise et manipulation
- Clôture

✍ Animation / Matériel

- ♦ Présentation de la séance
- ♦ Vidéos / Quiz / Jeux
- ♦ Jeu des trois questions
- ♦ Cas pratiques
- ♦ Tableau pornographie / érotisme
- ♦ Bilan

À l'ère des réseaux sociaux, cette troisième séance en classe de 4ème aide les élèves à **déchiffrer les stéréotypes, reconnaître les inégalités et développer un regard critique** sur les représentations de la sexualité (pornographie, médias).

Des vidéos, des questionnements, des jeux et des mises en situation leur permettent de se **questionner, argumenter et affiner leur jugement**. Ils repèrent qu'ils peuvent analyser les informations, et prennent conscience de l'**importance de distinguer le vrai du faux**.

Ils sont sensibilisés aux **méfaits de la pornographie** et à la vision de la sexualité qu'elle véhicule. Ils apprennent à repérer les **mécanismes de la manipulation et de l'emprise**, pouvant aller jusqu'à la prostitution. Ils comprennent que ce sont des atteintes à la dignité de la personne et apprennent à **s'en protéger**.



Programme EVARS

Propositions de contenus pédagogiques



Collège



TROISIÈME

CLASSE DE TROISIÈME



Collège

Programme EVARS

Objectifs

Se connaître, vivre et grandir avec son corps	Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir	Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable
<ul style="list-style-type: none"> • Interroger les liens entre bonheur, émotions et sexualité. 	<ul style="list-style-type: none"> • Construire une relation réciproque et égalitaire ; savoir reconnaître et caractériser des contextes de danger et de vulnérabilité. 	<ul style="list-style-type: none"> • Incrire la sexualité dans la définition et le respect des droits humains.

Notions et compétences

1) Se connaître, vivre et grandir avec son corps

- Définir les notions de désir, d'excitation, de plaisir, de bonheur, ainsi que leurs relations à la sexualité.
- Faire la différence entre le désir qui fait référence aux imaginations, aux émotions et aux envies, et le comportement qui correspond à des actions qui peuvent être réfléchies et contrôlées ; examiner la part et la place de la liberté dans ces différentes situations.
- Comprendre que le désir peut ne pas toujours être assouvi.
- Développer sa capacité à maîtriser ses impulsions, ses émotions et ses sentiments.
- Prendre conscience que les pratiques de mutilations sexuelles féminines, qui ne touchent pas directement la fonction reproductive et atteignent la fonction de plaisir, de sexualité et de construction de soi des femmes qui en sont victimes, correspondent à une appropriation du corps des femmes et à l'enrayement de leur liberté de choix.

2) Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir

- Distinguer les notions de partage, de consentement, de réciprocité, de frustration ; prendre la mesure des enjeux et des difficultés liés au partage des sensations, des émotions, des plaisirs : par exemple, être d'accord ou pas ; être synchrone ou asynchrone.
- Analyser la notion de risque, pour soi et pour les autres, aux plans physiques et psychologiques ; faire des choix responsables pour sa santé et celle des autres.
- Prendre la mesure des risques à prévenir ou à maîtriser s'agissant de la sexualité :
 - réduction des risques d'infections sexuellement transmissibles (IST), y compris d'infection par le VIH : modes de transmission, moyens de protection, dépistage, prophylaxie préexposition (PrEP), traitement post-exposition au VIH (TPE), vaccination contre les infections à papillomavirus (HPV) ;
 - grossesses non prévues et/ou non désirées : moyens de contraception, tests de grossesse, interruption volontaire de grossesse (IVG).

- Prendre conscience de la place qu'occupent l'attirance et les sentiments dans une relation.
- Reconnaître l'importance de donner et d'obtenir le consentement. Apprendre à accepter un refus de la part de l'autre.
- Prendre conscience que l'usage de substances psychoactives modifie le raisonnement et augmente le risque de prise de décision inappropriée y compris en matière de sexualité.
- Reconnaître des mécanismes d'emprise et des situations de violences (physiques, psychologiques, verbales, violences sexistes, violences sexuelles, cyberviolences, violences au sein du couple ou non) ; prendre conscience de leurs effets néfastes et de l'importance pour une personne qui en est victime de chercher du soutien.
- Comprendre que le mariage forcé est une atteinte aux droits humains fondamentaux.

3) Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable

- Déterminer le champ des droits et des devoirs en matière de sexualité et comprendre leur raison d'être (principes et valeurs impliquées : égalité entre les femmes et les hommes, entre les orientations sexuelles, droit à la différence).
- Caractériser et savoir reconnaître une situation de violence sexuelle (y compris l'inceste), de stigmatisation, de violence ou de discrimination opérée sur le fondement notamment du sexe, de l'orientation sexuelle, de l'identité de genre ou de l'état de santé (article 225-1 du Code pénal) : homophobie et autres.
- Prendre conscience que les victimes n'en sont jamais responsables et réfléchir aux moyens d'y faire face (soutien aux victimes, capacité à chercher et trouver de l'aide, promotion de l'égalité, éducation).
- Développer sa capacité d'écoute et l'attention portée aux autres.
- Mettre en lien le respect des droits humains avec les évolutions de la société, des lois et des politiques publiques.

Proposition de contenus pédagogiques EVARS

🎓 Niveau

Collège – Troisième

Le parcours de 3 séances EVARS en classe de 3ème aide les jeunes à comprendre **leurs désirs, émotions et relations**, tout en leur donnant des clés pour **agir avec liberté et responsabilité**.

La première séance explore les **notions de désir, plaisir et bonheur**, en lien avec la sexualité. En comprenant la distinction entre **désir et comportement**, ils comprennent qu'ils peuvent maîtriser **leurs pulsions**, et gagner en liberté pour poser des choix qui leur correspondent.

La deuxième séance aborde les **relations affectives et sexuelles** et le lien avec le bonheur : liberté, consentement, réciprocité, sentiment amoureux et **gestion des risques** : infections sexuellement transmissibles, grossesses non désirées, substances psychoactives... Ils réfléchissent à l'importance de **respecter les limites, les leurs** et celles des autres, et apprennent à **reconnaître les situations d'emprise ou de violence**.

Enfin, la **troisième séance** sensibilise aux **droits et devoirs en matière de sexualité**, en lien avec les **valeurs d'égalité et de respect**. Ils identifient les **violences et discriminations** (sexistes, homophobes,inceste). Ils découvrent **comment agir** pour se protéger et protéger les autres.

3 séances

1. Se connaître, vivre et grandir avec son corps (2h)

- Le désir
- Désir et réalité, place de la liberté
- Plaisir et sensualité
- Sexualité : entre attirance et inquiétude
- Apprendre à canaliser ses pulsions
- Bonheur et sexualité

2. Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir (2h)

- Les violences
- Le consentement et le refus
- Les risques liés à la sexualité

3. Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable (2h)

- Les droits humains
- Égalité et différence
- Principes et valeurs d'une sexualité respectueuse
- Les violences sexuelles
- Protection des violences
- Empathie et écoute
- Rédaction d'une Charte EVARS

► Séance 1

Collège – Troisième

Se connaître, vivre et grandir avec son corps

Objectif du programme EVARS

Interroger les liens entre bonheur, émotions et sexualité.



Groupe classe



2h

◎ Déroulé

☞ Animation / Matériel

- Accueil
- Le désir
- Désir et réalité, place de la liberté
- Plaisir et sensualité
- Sexualité : entre attirance et inquiétude
- Apprendre à canaliser ses pulsions
- Clôture

- ◆ Présentation de la séance
- ◆ Vidéo Chamallow
- ◆ Les 4C
- ◆ Brainstorming
- ◆ Les idées fausses
- ◆ Photo-expression sur le bonheur
- ◆ Mes conseils pour être heureux
- ◆ Bilan

La première séance en classe de 3ème permet aux jeunes de **réfléchir à la sexualité, au désir, au plaisir, au sentiment amoureux**. Ils réfléchissent à partir de situations de leur âge pour identifier ce qui est en jeu, pour eux et pour l'autre. Ils apprennent à développer leur réflexion pour **discerner et agir de façon libre et responsable**.

Les activités proposées leur permettent de **prendre conscience que la sexualité s'inscrit dans une relation, qui nécessite de la maturité**.

À partir des « 4C » (Conscience, Cerveau, Cœur, Corps), ils analysent ce que chacun ressent et comment **gérer ses émotions pour poser des choix responsables**. Ils découvrent que **le plaisir ne se limite pas au corps, mais engage aussi les sentiments, les sens et la relation à l'autre**. Ils prennent conscience d'injonctions qu'ils subissent, qu'ils soient fille ou garçon. Ils identifient ce qui rend une relation amoureuse épanouissante.

► Séance 2

Collège – Troisième

Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir

Objectifs du programme EVARS

Construire une relation réciproque et égalitaire ; savoir reconnaître et caractériser des contextes de danger et de vulnérabilité.



Groupe classe



2h

⌚ Déroulé

- Accueil
- Les violences.
- Le consentement et le refus
- Les risques liés à la sexualité
- Clôture

✎ Animation / Matériel

- ◆ Présentation de la séance
- ◆ Wooclap sur le respect
- ◆ Violentomètre
- ◆ Video « La tasse de thé »
- ◆ Quiz IST-contraception-IVG
- ◆ Les lois
- ◆ Bilan

La deuxième séance en classe de 3ème fait réfléchir les jeunes à la notion de respect. À partir de situations concrètes (pression, intrusion, insultes, violences...), ils analysent le mécanisme des violences, et leur diversité : physique, psychologique, sexuelle, sexiste, emprise...

Avec le **violentomètre**, ils apprennent à repérer les **comportements à risque**.

Ils réfléchissent aux enjeux des choix qu'ils ont à faire, à ce qu'ils souhaitent vivre, et à l'exprimer. Ils identifient les conséquences possibles de la sexualité et la responsabilité que cela nécessite : transmission d'IST, grossesse non désirée, impact sur soi, sur la relation...

Des **ressources disponibles** (numéros verts, centres de santé) leur sont transmises pour se protéger, se respecter et respecter l'autre.

Toute relation nécessite que chacun exerce sa responsabilité de façon éclairée. En leur donnant des informations, en les éveillant à réfléchir au sens, aux enjeux et aux effets de la sexualité, cette séance apprend aux jeunes à se positionner, discerner, et poser des choix responsables.

► Séance 3

Collège – Troisième

**Trouver sa place dans la société,
y être libre et responsable**

Objectif du programme EVARS

*Inscrire la sexualité dans la définition
et le respect des droits humains.*



Public



2h

⌚ Déroulé

- Accueil
- Les droits humains
- Égalité et différence
- Principes et valeurs d'une sexualité respectueuse
- Les violences sexuelles
- Protection des violences
- Empathie et écoute
- Rédaction d'une Charte EVARS
- Clôture

✎ Animation / Matériel

- ◆ Présentation de la séance
- ◆ Déclaration des droits de l'homme
- ◆ Les interdits – Les lois
- ◆ Situations à analyser
- ◆ Exercice d'écoute
- ◆ Bilan

La troisième séance en classe de 3ème donne comme objectif final aux jeunes de **rédiger une Charte EVARS**.

Ce texte sera le fruit d'une **réflexion collective à partir des droits humains, des valeurs et principes** qui les sous-tendent.

Cette réflexion conduit à **prendre conscience de sa responsabilité**, au travers de l'écoute et de l'empathie, et être sensibilisé à la condition des victimes.

À travers un atelier sur les textes fondateurs, les jeunes découvrent l'évolution des droits humains et leur importance pour leur vie et la société. « Qu'est-ce que l'égalité ? » « Comment se décline-t-elle (égalité sociale, devant la loi, entre femmes et hommes...) ? »

Ils identifient les **valeurs essentielles d'une sexualité respectueuse** (liberté, respect, empathie, consentement...) et les comportements qui y sont contraires (violences, discriminations, harcèlement). Ils apprennent à **soutenir les victimes et à agir collectivement contre les violences**.



**AIMER,
ÇA S'APPREND !**

MATERNELLE

ÉLÉMENTAIRE

COLLÈGE

LYCÉE

CAP



2025-2026

 cler@cler.net
 www.cler.net

