

PROPOSITIONS DU CLER

PROGRAMME EVARS

CAP



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.

PROGRAMME EVARS



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.



AIMER,
ÇA S'APPREND !

LE CLER



Informier
Faire réfléchir
Faire grandir

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



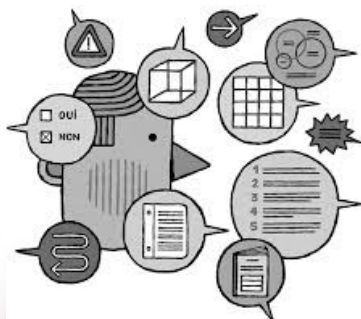
PROJET D'ÉTABLISSEMENT

- **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.

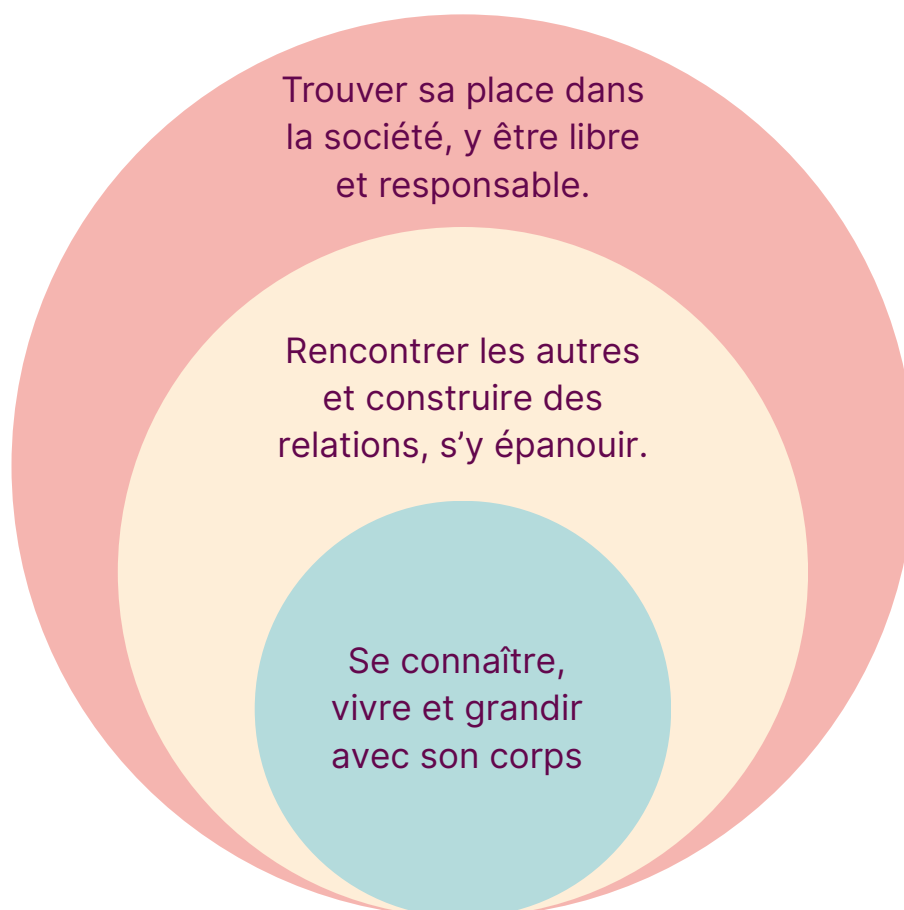
PROGRAMME EVAR-S



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



**Classes préparant au certificat d'aptitude
professionnelle (CAP)**



CAP 1^{ère} année

**Classes préparant au certificat d'aptitude professionnelle (CAP)****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
• Prendre soin de son corps et développer une image positive de soi.	• Reconnaître et comprendre ses émotions, ses sentiments, et ceux des autres ; donner ou refuser son consentement.	• Se protéger et protéger les autres : l'intimité à l'ère des réseaux sociaux.

Notions et compétences**1) Se connaître, vivre et grandir avec son corps**

- Connaître les différents organes des appareils génitaux mâles et femelles, savoir qu'ils sont comparables (clitoris et pénis composés de tissu érectile générateur de plaisir ; ovaire et testicule producteurs de cellules reproductrices) et qu'il existe des personnes intersexes qui naissent avec des caractéristiques sexuelles qui ne correspondent pas aux définitions types des corps féminins ou masculins.
- Prendre conscience de la façon dont les normes sociales et culturelles influencent les comportements et du fait que la distinction biologique entre femmes et hommes ne détermine pas les expressions, les comportements et les rôles attribués aux genres « masculin » et « féminin ».
- Comprendre que la construction de son image corporelle et le souci de soi sont influencés par des facteurs sociaux et familiaux (compliments, fréquentation d'images artistiques, stéréotypes et préjugés, consommation d'images érotiques ou pornographiques, violences sexistes et sexuelles).
- Savoir faire des choix responsables.
- Prendre conscience de sa capacité à agir au bénéfice de son bien-être et de sa santé sexuelle, savoir où et comment s'informer, bénéficier d'un dépistage, d'un accompagnement ou d'une prise en charge médicale en santé sexuelle (par exemple, la vaccination contre les infections à papillomavirus humains, les douleurs gynécologiques et troubles du cycle, le dépistage de l'endométriose, la contraception, la contraception d'urgence).

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

- Exprimer ses envies, ses limites en matière de sexualité, dans le respect de soi, de l’autre et de la loi.
- Savoir exprimer ses émotions et ses sentiments, identifier des autres et en tenir compte.
- Connaître les conditions qui permettent de s’engager émotionnellement et/ou physiquement dans une relation pour s’y épanouir.
- Prendre conscience de l’importance du consentement avéré en tant qu’élément essentiel d’une relation sexuelle, comprendre pourquoi il est important d’exprimer, de reconnaître et de respecter le consentement ou le refus.
- S’affirmer par le consentement et le refus.
- Connaître les conditions du consentement et du non-consentement ainsi que les principaux éléments du cadre juridique et les risques encourus en cas de non-respect.
- Prendre conscience du fait que chaque personne a droit à une sexualité exempte de toute violence, respectueuse de sa liberté, de sa dignité et de son intimité – l’agression sexuelle et le viol constituant toujours des actes criminels, qui portent atteinte aux droits humains fondamentaux, qui ne peuvent en aucun cas être désirés et consentis, et dont les victimes ne sont jamais responsables.
- Reconnaître la nécessité pour une victime de harcèlement, de violences verbales, physiques ou psychologiques, de violences sexuelles (abus sexuels, harcèlement sexuel, inceste) de chercher du soutien.
- Savoir comment réagir de manière efficace lorsqu’une personne est victime (écouter de façon empathique, soutenir la victime, alerter, chercher de l’aide pour soi-même ou pour autrui).

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

- Distinguer, à l’ère du numérique et des réseaux sociaux, « se montrer », « s’exposer » et « s’exhiber ».
- Identifier les situations où le partage d’images ou de documents en ligne est interdit (pornodivulgaration, harcèlement).
- Comprendre pourquoi et comment on peut publier des présentations de soi tout en réduisant les facteurs de risque d’exploitations et de violences.
- Identifier des cas de haine et de discriminations en ligne (sexistes, homophobes et autres) ; prendre conscience qu’il est de la responsabilité de tous d’agir pour les signaler dans le respect de l’inclusion, la non-discrimination et le respect de la diversité.
- Savoir penser de façon critique pour repérer les situations à risques.
- Développer des relations sociales constructives (acceptation, entraide).
- Prendre conscience que les victimes ne sont jamais responsables des violences et connaître les moyens d’y faire face (tels que : soutien aux victimes, savoir où chercher de l’aide, signalement des contenus intimes non consentis diffusés [pornodivulgaration] et des comptes et supports destinés à harceler une personne par la diffusion de contenus humiliants, promotion de l’égalité).
- Savoir demander de l’aide et savoir réagir quand on nous demande de l’aide.

Propositions de contenus pédagogiques EVARS

Niveau

CAP – 1^{ère} année

Le parcours de 3 séances EVARS en 1^{ère} année de CAP invite à **mieux se connaître, dans toutes ses dimensions : corporelle, affective, mentale.**

Les élèves apprennent à **comprendre leurs relations** et à agir avec discernement dans un monde où les normes sociales, les images et les réseaux sociaux les influencent fortement.

La première séance aborde les différences biologiques entre femmes et hommes, tout en mettant en lumière la **diversité des corps**. Les élèves réfléchissent à la manière dont la culture et la société façonnent chacun, et comment **construire une image positive de soi**, en prenant **soin de sa santé sexuelle**.

Durant la deuxième séance, les élèves apprennent à **identifier et à gérer leurs sentiments**, et à **discerner les conditions d'un épanouissement mutuel**. Ils sont sensibilisés aux violences sexuelles.

La troisième séance donne des repères pour **naviguer en sécurité sur les réseaux sociaux** par une réflexion sur **l'intimité et l'extimité**, les **violences en ligne** et comment on peut y réagir. Ils apprennent à développer un **esprit critique** et acquièrent des **ressources pour se protéger et protéger les autres**.

3 séances

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

- L'unité de la personne
- Le corps sexué, l'appareil génital
- La santé sexuelle
- L'estime de soi et l'image de soi

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

- Une relation épanouissante
- Le consentement
- Les violences sexuelles

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

- Les sphères intime, privée, publique
- Les lois sur la diffusion des images
- Le cyberharcèlement
- La pornographie

► Séance 1

CAP – 1^{ère} année

Se connaître, vivre et grandir avec son corps

Objectifs du programme EVARS

Prendre soin de son corps et développer une image positive de soi.



Public

Groupe classe



Durée

2h

© Déroulé

- Accueil
- L'unité de la personne
- Le corps sexué, l'appareil génital
- La santé sexuelle
- L'estime de soi et l'image de soi
- Clôture



Animation / Matériel

- ◆ Présentation de la séance
- ◆ Les 4C
- ◆ Planches anatomiques
- ◆ Liste ressources en santé sexuelle
- ◆ Jeu Cartes des forces Scholavie
- ◆ Bilan

La première séance en 1^{ère} année de CAP invite les élèves à **respecter et prendre soin de leur corps et de celui de l'autre**.

Ils approfondissent la connaissance et la compréhension de leur anatomie, des **différences et complémentarités de chacun**. Ils sont invités à s'exprimer sur la sexualité.

Ils sont informés sur les **ressources** permettant d'être accompagné pour leur **santé sexuelle**.

Dans la recherche de l'idéal d'**aimer de façon équilibrée avec leur corps, leur cœur et leur conscience**, cette séance permet aux élèves de développer leur **estime d'eux-mêmes** et de comprendre l'**impact de la société sur l'image de soi**.

► Séance 2

CAP – 1^{ère} année

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

Objectifs du programme EVARS

*Reconnaître et comprendre ses émotions, ses sentiments,
et ceux des autres ; donner ou refuser son consentement.*



Public

Groupe classe



Durée

2h

🕒 Déroulé

- Accueil
- Une relation épanouissante
- Le consentement
- Les violences sexuelles
- Clôture



Animation / Matériel

- ◆ Présentation de la séance
- ◆ Brainstorming sur les relations
- ◆ Rappel de la loi
- ◆ Vidéo / carte/affiche REELS
- ◆ Bilan

La deuxième séance en 1^{ère} année de CAP permet aux jeunes d'**identifier leurs besoins et ceux des autres** dans une **relation amicale et/ou amoureuse** pour qu'elle soit épanouissante. Cela leur permet de décrypter et d'identifier les **sources des conflits et de savoir les gérer**.

A travers l'analyse des **enjeux du consentement**, les jeunes prennent conscience de l'existence des violences dites sexuelles.

► Séance 3

CAP – 1^{ère} année

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

Objectifs du programme EVARS

*Se protéger et protéger les autres :
l'intimité à l'ère des réseaux sociaux.*



Public

Groupe classe



Durée

2h

🕒 Déroulé

- Accueil
- Les sphères intime, privée, publique
- Les lois sur la diffusion des images
- Le cyberharcèlement
- La pornographie
- Clôture



Animation / Matériel

- ◆ Présentation de la séance
- ◆ Brainstorming ou photo-expression
- ◆ Les lois - D'accord / Pas d'accord
- ◆ Vidéo - Affiches CNIL / N° 3018
- ◆ Vidéo • La prostitution ...
- ◆ Bilan

La troisième séance en 1^{ère} année de CAP présente aux élèves la loi et de la **notion d'intimité**. Cette séance permet aux jeunes de **comprendre et de se protéger des dangers de la diffusion d'images** ou documents intimes ou à caractère sexuel via les réseaux sociaux.

A travers des exemples et un questionnement, les jeunes peuvent identifier des situations de **cyberharcèlement, de discrimination, d'exposition à la pornographie, et découvrir des moyens pour réagir et s'en protéger.**



Programme EVARS

Propositions de contenus pédagogiques



**Classes préparant au certificat d'aptitude
professionnelle (CAP)**



CAP 2^{ème} année

**Classes préparant au certificat d'aptitude professionnelle (CAP)****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
• Se connaître, rester maître de soi.	• S'épanouir dans une relation équilibrée à l'autre.	• Être libre d'être soi parmi les autres et réfléchir aux conditions sociales garantissant cette liberté.

Notions et compétences**1) Se connaître, vivre et grandir avec son corps**

- Différencier excitation, sentiment, émotions, désir et plaisir.
- Prendre conscience que la santé sexuelle englobe des dimensions du bien-être physique, affectif, mental et social, et ne consiste pas seulement en l'absence de maladie, de dysfonctionnement ou d'infirmité.
- 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.
- Faire des choix responsables et favorables à sa santé et à sa sécurité.
- Identifier différents risques encourus sur la santé, dont la santé mentale et la santé sexuelle : rapports sexuels non protégés (infections sexuellement transmissibles [IST], grossesses non prévues et/ou non désirées) ; connaître les moyens qui permettent de les prévenir ou de les réduire : moyens de contraception, préservatifs, dépistage, prophylaxie préexposition (PrEP) et traitement post- exposition (TPE) au VIH, vaccination contre les infections sexuellement transmissibles dont les infections à papillomavirus.
- Savoir comment réagir de manière efficace lorsqu'il y a eu une prise de risque.
- Savoir demander de l'aide.
- Réfléchir aux enjeux éthiques et de santé de la modération : questionner les notions d'harmonie, d'équilibre, de mesure, de maîtrise de soi et de lâcher-prise.

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

- Connaître et reconnaître les codes au cours des différentes étapes d'une rencontre et d'une relation (approche, déclaration, contact physique, relation sexuelle, engagement, rupture, etc.) ; prendre conscience des émotions et des sentiments qui s'y jouent et des différents facteurs qui influencent les représentations et attentes de chacune et chacun.
- Identifier les émotions et des sentiments (chez soi, chez les autres), savoir maîtriser ses émotions et ses sentiments et tenir compte de ceux des autres.
- Identifier ce qui peut faire obstacle à l'épanouissement d'une relation.
- Comprendre la notion de contrôle coercitif pour soi et pour les autres.
- Affirmer sa prise de décision par rapport à la pression d'un groupe (comment être dans un groupe sans céder à la pression qu'il exerce ?).
- Caractériser et savoir reconnaître des situations de violences (physiques, verbales, psychologiques), sexistes, sexuelles (y compris l'inceste), de stigmatisation, de discrimination ou de violences basées sur l'identité de genre ou l'orientation sexuelle (LGBT+phobie) ou en raison du statut sérologique (sérophobie).

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

- Analyser l'articulation entre désir et déni en matière de relations (notamment : désir et déni de l'autre, déni de son propre désir ou de son non-désir).
- Reconnaître la diversité humaine dans son ensemble, en considérant la variété des orientations sexuelles et des identités de genre.
- Développer sa capacité à s'autoévaluer de façon positive et à porter sur soi un regard bienveillant.
- Prendre conscience des conséquences du déni, des violences qu'il peut engendrer envers soi comme envers les autres et étudier les possibilités de les prévenir.
- Identifier des normes qui influencent l'identité et les comportements ; identifier des facteurs qui aident ou qui font obstacle à l'acceptation de soi.
- Identifier la pression sociale : ses avantages, ses inconvénients. Faut-il y résister ? Comment y résister ?
- Appréhender et prendre la mesure du droit d'être soi-même, reconnaître sa singularité et celle des autres, l'existence du fait majoritaire et du fait minoritaire.
- Améliorer sa connaissance de soi (ses qualités, ses forces, ses valeurs, ses buts, etc.).
- Savoir résister individuellement et collectivement aux violences sexistes et sexuelles et aux discriminations liées au sexe, à l'identité de genre, à l'orientation sexuelle, prendre conscience des responsabilités individuelles et collectives, connaître les lois qui protègent les individus et les conséquences juridiques de leur violation.
- Savoir qu'une personne séropositive sous traitement ne peut pas transmettre le VIH (« indétectable = intransmissible ») et prendre conscience des préjugés et des discriminations liées à la sérophobie et leurs conséquences sur la vie des personnes vivant avec le VIH.

Propositions de contenus pédagogiques EVARS

Niveau

CAP – 2^{ème} année

Le parcours de 3 séances EVARS en 2^{ème} année de CAP permettent aux jeunes d'**apprendre à discerner** et agir avec justesse, à vivre des relations respectueuses, en plaçant la dignité de la personne au cœur de la réflexion.

Lors de la première séance, l'amour et la sexualité sont à la fois **un idéal et une réalité complexe**, avec des **conséquences importantes**. Si la **prévention des risques** est nécessaire à cet âge, il est essentiel de les faire **réfléchir au sens de ce qu'ils vivent, à leur désir profond**.

Tout semble possible, mais tout n'est pas bénéfique. Un des enjeux est de s'interroger sur ce que l'on souhaite vivre et les choix à poser face aux influences extérieures, qu'elles viennent des pairs, des médias ou des réseaux sociaux.

La deuxième séance se concentre sur **la construction de relations saines** : comment **communiquer avec bienveillance**, reconnaître les **situations d'emprise**, et trouver l'équilibre entre **ses désirs et le respect de l'autre**

La troisième séance aborde **la pression sociale, les discriminations et les violences**, présente les **lois qui protègent** et les **ressources** pour les victimes, tout en développant son **esprit critique**.

3 séances

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

- Prendre soin de sa santé sexuelle
- Discerner et poser des choix responsables
- La fête
- Les substances psychoactives
- La santé

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

- La gradualité des étapes
- Les relations toxiques
- La communication non-violente
- Les langages de l'amour
- Construire une relation saine

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

- La pression sociale
- Le regard de la société sur les minorités
- Réagir face aux violences sexistes et sexuelles
- Les lois
- Les lieux et services d'aide et de soutien

► Séance 1

CAP – 2^{ème} année

Se connaître, vivre et grandir avec son corps

Objectifs du programme EVARS

Se connaître, rester maître de soi.



Public

Groupe classe



Durée

2h

© Déroulé

- Accueil
- Prendre soin de sa santé sexuelle
- Discerner et poser des choix responsables
- La fête
- Les substances psychoactives
- La santé
- Clôture



Animation / Matériel

- ◆ Présentation de la séance
- ◆ Brainstorming
- ◆ Analyse de situations fictives
- ◆ Post-it - D'accord / Pas d'accord
- ◆ Vidéo « Nuggets »
- ◆ Définition OMS / Les 4 C
- ◆ Bilan

La première séance en 2^{ème} année de CAP invite les élèves à prendre de la hauteur : si tout est possible à leur âge, tout n'est pas bénéfique.

Ils sont à l'âge des fêtes et des sorties entre amis, qui sont autant d'occasions de choix à poser et de discernement pour **allier plaisir et responsabilité**. Cette séance les fait **réfléchir aux enjeux de ces moments festifs entre jeunes**, entre ce qui les attire, ce qui les inquiète, et ce qui peut leur faire prendre des risques pour eux-mêmes et pour les autres.

Pendant cette séance, ils peuvent exprimer leurs **attentes et leurs craintes** sans tabou. Ils prennent la mesure d'une sexualité qui engage au-delà de ce qu'ils en perçoivent.

Cette séance les sensibilise aux **dangers des substances psychoactives**, au processus d'addiction et leur donne des repères par le cadre légal qui les protège.

A partir de l'analyse de **situations concrètes**, ils **apprennent à discerner pour poser des choix personnels, responsables et respectueux d'eux-mêmes et des autres**. Ils réfléchissent à leur santé sur un plan global, qui prend en compte toutes les dimensions de la personne : physique, mentale et affective.

► Séance 2

CAP – 2^{ème} année

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

Objectif du programme EVARS

S'épanouir dans une relation équilibrée à l'autre.



Public

Groupe classe



Durée

2h

🕒 Déroulé

- Accueil
- La gradualité des étapes
- Les relations toxiques
- La communication non-violente
- Les langages de l'amour
- Construire une relation saine
- Clôture



Animation / Matériel

- ♦ Présentation de la séance
- ♦ Téléphérique de l'amour
- ♦ Vidéo #AmourSansViolence
- ♦ Violentomètre
- ♦ CNV
- ♦ Jeu des relations saines/toxiques
- ♦ Bilan

La deuxième séance en 2^{ème} année de CAP ouvre une **réflexion sur la gradualité des étapes de l'amour puis les mécanismes d'une relation violente** : jalousie, isolement, cycle de la violence... Le décryptage de ces dynamiques permet de repérer les violences (verbales, physiques, psychologiques) et de comprendre les besoins implicites de chacun.

Des apprentissages sur la **communication non violente** sont proposés pour apprendre à **exprimer ses émotions et ses besoins** de façon apaisée.

Un outil est proposé aux jeunes, les « 5 langages de l'amour » (Gary Chapman) - mots valorisants, cadeaux, moments partagés, services rendus, gestes tendres – pour **conforter leur capacité à vivre en couple**.

Un travail de distinction entre des relations positives (écoute, respect des différences, consentement) et des relations négatives apprend à **aimer sans dominer**, à écouter sans juger, et à **construire des relations fondées sur la confiance et le respect mutuel**.

► Séance 3

CAP – 2^{ème} année

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

Objectifs du programme EVARS

*Être libre d'être soi parmi les autres
et réfléchir aux conditions sociales garantissant cette liberté.*



Public

Groupe classe



Durée

2h

🕒 Déroulé

- Accueil
- La pression sociale
- Le regard de la société sur les minorités
- Réagir face aux violences sexistes et sexuelles
- Les lois
- Les lieux et services d'aide et de soutien
- Clôture



Animation / Matériel

- ◆ Présentation de la séance
- ◆ Images extraits de films
- ◆ Brainstorming
- ◆ Textes de loi
- ◆ Bilan

La troisième séance en 2^{ème} année de CAP balaye des **situations de potentielle discrimination ou de rejet** et les textes juridiques qui les sanctionnent. Des vidéos avec des images fortes (clones versus personnages du film « *Intouchables* »), permettent d'**explorer les mécanismes de la pression sociale** : vouloir ressembler aux autres, affirmer sa singularité...

Des personnes vivent des situations qui peuvent faire l'objet de violences, jugements, exclusion... en raison de l'orientation sexuelle, le genre, l'origine, le physique...

Des notions (coming out, outing) concernant certaines de ces situations et **les lois qui protègent** sont présentées : Code civil, Code pénal, interdiction des thérapies de conversion.

Un brainstorming sur les **phrases sexistes** « ordinaires » révèle comment ces mots, même dits avec humour, blessent et discriminent.

Enfin, les élèves sont informés des **ressources d'aide** (116 006, 39 19, 30 18) pour les victimes de violences ou de discriminations.



**AIMER,
ÇA S'APPREND !**

MATERNELLE

ÉLÉMENTAIRE

COLLÈGE

PROGRAMME EVAR-S

LYCÉE

CAP



2025-2026

 cler@cler.net

 www.cler.net

