



## 1. Programme de formation et mobilisation pour prévenir la violence

Promouvoir la sécurité et améliorer la qualité de vie  
En milieu sportif autant qu'en milieu scolaire

### Les formes de violence

La violence physique et verbale AUGMENTE chez les jeunes. Elle peut prendre plusieurs formes : vandalisme, intimidation, harcèlement, intolérance, humour cruel, bitchage, rejet, taxage, bagarres entre individus ou entre bandes, brimades, tentatives de suicide, attitudes et comportements anti-sportifs, menaces contre des membres du personnel, peur d'utiliser l'autobus scolaire, inquiétude de certains parents, fréquentations amoureuses empreintes de diverses formes de contrôle, difficultés d'encadrement d'élèves aux prises avec des troubles de comportement, irrespect, harcèlement parental les enfants, les arbitres et les entraîneurs lors de rencontres sportives, etc.

Cette violence nuit aux conditions d'apprentissage des enfants, aux conditions de travail des entraîneurs et arbitres, au plaisir de travailler comme bénévole et au plaisir de jouer. Les facteurs responsables de cette hausse constatée au cours du dernier quart de siècle connus : **changements subis par la structure familiale, faiblesse de l'encadrement parental, exposition répétée à la violence des médias**. La télé et les médias en général rapportent abondamment les conduites assassines des sportifs. Ils omettent de dénoncer la responsabilité des industriels et commerçants de sport dans la brutalisation de la pratique sportive et l'exploitation abusive de la compétition.

EDUPAX est l'un des rares programmes de prévention qui cible la consommation de télé et de jeux vidéo comme facteur majeur de passage à l'acte. Les effets de cette consommation sont connus et abondamment documentés.

À quiconque est intéressé à travailler avec des partenaires pour prévenir la violence sportive et améliorer la sécurité des participants, EDUPAX offre un programme qui rend le milieu plus sécuritaire, le contexte plus convivial. Pour cela, les adultes, les jeunes sportifs, les parents et certains partenaires actifs dans le milieu sont susceptibles de s'impliquer : ligues sportives, conseil d'établissement des écoles, services municipaux (loisirs, pompiers, police), CLSC, Régie régionale de la santé et des services sociaux, divers groupes de citoyens, clubs de service, associations de bénévoles et de retraités, divers ministères et organismes gouvernementaux, certaines entreprises commerciales, etc.

La sécurité et le sentiment de sécurité sont des besoins fondamentaux de toute collectivité. Voilà pourquoi depuis des décennies, et particulièrement depuis quelques années, de nombreux efforts ont été déployés pour prévenir et contrer la violence juvénile, dans le sport et à l'école, pour garantir la sécurité des élèves et du personnel. Or, dans le monde sportif et dans l'enseignement, les risques de maladie professionnelle sont à la hausse et plus de 50% des problèmes de santé au travail sont maintenant reliés à des troubles du système nerveux. La gestion des équipes et les mesures disciplinaires requièrent parfois des énergies plus importantes que la transmission des connaissances. Le tiers des blessures sportives surviennent lors du non respect des règlements.

### Caractéristiques du programme EDUPAX

Il assure la formation du personnel. Cette formation est offerte aux entraîneurs et arbitres, aux enseignants et à tout adulte intéressé.

- Il implique les enfants, y compris ceux qui vivent des troubles de comportement.
- Il rejoint les parents. Pour affronter le phénomène de la violence avec succès, l'école doit pouvoir compter sur une complicité active avec les parents. Les interventions au sein de la famille seront déterminantes.
- Il utilise des outils d'intervention de qualité, modernes, qui s'inspirent des plus récentes découvertes scientifiques en pédagogie, en psychologie et en sociologie. Ils s'inscrivent dans le sens des nouveaux programmes : éducation à la citoyenneté, éducation à l'environnement, éducation aux médias.
- Il rejoint la communauté : des partenaires présents dans le milieu et hors de l'école. La violence étant un phénomène qui affecte toute la société, l'école doit pouvoir compter sur l'implication de la municipalité, des industriels, des commerçants.

### **Un programme mobilisateur**

La lutte à la violence exige une intervention en profondeur et la concertation de plusieurs agents et intervenants. Le programme ÉDUPAX s'appuie sur une conception du sport et de l'école qui considère l'activité physique comme un moyen de développer l'estime de soi et l'empathie. L'avenir de notre société reposant sur la jeunesse, le sport et l'école sont des lieux où les forces vives de la société doivent concentrer leurs efforts. ÉDUPAX assure le suivi avec les milieux grâce à, notamment, un bulletin électronique mensuel, un site internet enrichi du vécu des divers milieux, et un calendrier suggérant des actions étalées tout au long de l'année scolaire et de la saison sportive.

### **Un programme adapté**

Le programme ÉDUPAX tient compte de l'expertise locale et répond aux besoins spécifiques de chaque milieu. Il permet d'établir des liens solides avec divers partenaires. Il fournit à tous les partenaires une vision et un langage communs pour traiter de la prévention de la violence et de l'amélioration de la sécurité. Des outils éprouvés soutiendront adéquatement la démarche locale.

## **2. Contre le phénomène à la source**

La violence fait partie de la vie des jeunes et **ELLE AUGMENTE**. Parfois subie, parfois commise, le plus souvent consommée sous forme de divertissement, elle produit des victimes toujours plus nombreuses. Bien que notre équipe ou notre école ne connaisse pas de problème particulier en regard de la violence, la préoccupation pour la **prévention** mérite l'intérêt de la direction, du personnel et de plusieurs parents. Les élèves du primaire qui vivent des troubles de comportement sont plus nombreux. Leur nombre a triplé au cours des 15 dernières années (CSE, février 2001, Les troubles de comportement au primaire). Le taux de crime avec violence augmente, lui aussi, dans toutes les provinces canadiennes, malgré une baisse des crimes contre la propriété. Le groupe d'âge où la hausse est le plus prononcée est celui des 15 à 25 ans (Statistiques Canada, juillet 2002, 2003 et 2004). Dans quelle sorte de monde nos enfants et petits-enfants vivront-ils?

Ici et là, aux quatre coins de l'Amérique du Nord, plusieurs programmes sont utilisés pour contre la croissance du phénomène de la violence. La plupart visent à sensibiliser l'enfant à la conséquence de ses actes et à sanctionner le comportement avec punitions et récompenses. D'autres visent l'expulsion pure et simple des récidivistes. EDUPAX propose à notre école une approche fondée sur la prévention par le développement de la responsabilité citoyenne. Cette approche requiert la réunion de conditions gagnantes.

- (1) L'engagement à part entière de 4 partenaires : les jeunes, leurs parents, le personnel de l'école et l'ensemble de la communauté.
- (2) Elle implique que ces partenaires se donnent un plan d'action commun. Pas de victoire sans plan de match.
- (3) Elle offre une séquence d'activités étalées tout au long de l'année scolaire.
- (4) Elle stimule le développement chez les élèves de 3 compétences essentielles : le pouvoir d'empathie, le sens critique et la capacité d'expression.

Si la culture médiatique où baignent les jeunes d'aujourd'hui gave leur imaginaire de fantasmes violents, sexistes et racistes, on ne doit pas se surprendre que les enfants soient affectés. Bien que l'école ou la ligue sportive ne soit pas la cause de la violence, son mandat ne devrait-il inclure l'apprentissage de mesures visant à les protéger de ces valeurs antisociales ? Comment stimuler chez les jeunes la production individuelle et collective d'anticorps à cette intoxication? Notre ligue ou notre école veulent se doter d'un plan d'action pour développer un esprit et un vocabulaire communs, éléments indispensables pour contre la violence à la source, pour améliorer la qualité de vie.

Le succès de ce plan dépend de la participation de **tous les partenaires**, chacun à sa mesure et selon ses moyens. Les élèves, le personnel et les parents doivent sentir qu'ils font partie de cet ensemble et développer une complicité active. Les parents doivent avoir l'occasion d'exprimer leur appui à un tel plan d'action lors d'une assemblée générale, de préférence en septembre. À l'issue de cette assemblée, les parents volontaires sont invités à inscrire leur nom sur une liste à cet effet. Ces personnes, sous l'autorité du Conseil d'établissement, joueront un rôle déterminant auprès de l'ensemble des parents et de la communauté. Étant donné les dommages causés par la téléviolence à la capacité d'attention des enfants, à leurs apprentissages scolaires, cette mobilisation familiale et communautaire bénéficiera d'abord aux enfants. Elle rapportera des dividendes à toute la famille et à la communauté, car le culte de l'irrespect et de l'irresponsabilité a des répercussions bien au-delà des murs de l'école. Il faut s'inspirer du proverbe malien qui dit : « Pour élever un enfant, il faut tout un village ». Il faudra rejoindre les institutions municipales, commerciales et industrielles, les organisations récréatives et clubs de services, car ils ont intérêt, eux aussi, à contre la violence. La violence n'est pas un problème qui appartient à l'école, mais c'est un phénomène de société où l'école peut jouer un rôle déterminant.

## **3. Le programme EDUPAX, comment y participer ?**

Suite à l'expérimentation du programme EDUPAX dans diverses écoles, nous sommes en mesure de faire des suggestions sur la façon de procéder.

1. Le programme EDUPAX ne remplace pas le projet éducatif, il s'y intègre et s'y ajuste. Généralement, le programme est d'abord présenté au **Conseil d'établissement**. Le Conseil décide de poursuivre ou non la démarche d'implantation du programme. La date des rencontres est fixée avec la personne responsable de l'agenda EDUPAX, [info@edupax.org](mailto:info@edupax.org) .

2. Le programme est ensuite présenté au personnel lors d'une rencontre d'une durée d'une heure et aux parents lors d'une conférence d'environ d'une heure trente. À la fin de chaque rencontre, les participants prennent la décision d'implanter ou non le programme. La direction recueille le nom des volontaires pour former le comité de parents EDUPAX.

3. La plupart des écoles font précéder la conférence aux parents de rencontres avec les élèves. Une telle présentation favorise beaucoup la présence des parents à la réunion en soirée.

4. Le personnel étudie le contenu du programme EDUPAX et sélectionne les activités pertinentes pour l'école. Le programme, une fois retouché par le personnel, est déposé au Conseil d'établissement. Le programme EDUPAX peut comprendre jusqu'à 5 visites étalées sur l'année scolaire. Le nombre de visites dépend habituellement des ressources financières disponibles. Certaines écoles reçoivent l'aide de divers partenaires.

5. Suite à une première rencontre avec les 3 publics, Le Conseil fait un premier bilan de l'accueil obtenu. Il reçoit une version définitive du plan d'action EDUPAX comprenant les activités retenues par le personnel et forme un comité qui sera chargé de piloter l'application du programme dans l'école, de mobiliser l'ensemble des parents et d'intervenir dans la communauté.

6. Ce comité détermine la fréquence de ses rencontres et fait rapport au Conseil à chaque réunion.

7. En juin, un questionnaire d'évaluation est remis aux élèves, aux parents et au personnel. Les réponses sont recueillies, compilées et analysées. Le conseil d'établissement se réunit pour dresser le bilan et indique les activités à retenir ou à développer l'année suivante.

8. On peut consulter les outils pédagogiques du programme EDUPAX sur le site [www.edupax.org](http://www.edupax.org) . On peut recevoir des nouvelles des progrès accomplis dans d'autres écoles en s'abonnant gratuitement au Bulletin EDUPAX. Pour ce faire, on envoie un message de courriel vide à [Abonnezmoi@edupax.org](mailto:Abonnezmoi@edupax.org) .

## 4. Étalement du programme sur l'année entière

**EDUPAX propose d'étaler des activités d'éveil et d'enracinement tout au long de l'année scolaire.**

### A- Septembre et octobre

\* Minute de réflexion pour la Paix, conférences aux élèves sur le thème de la bravoure, activités d'écriture.

Les cibles prioritaires dans chaque milieu sont déterminées par les adultes impliqués et le personnel. Exemples : le langage blessant, vandalisme, bousculades, durant les récréés, dans l'autobus, le rejet, le bitchage, la loi du silence, la consommation de divertissements violents, les cris, la formation de clans.

\* EDUPAX fournit aux entraîneurs et aux titulaires des situations d'écriture formulées de façon à susciter l'intérêt des élèves et à exercer leur capacité d'expression. Chaque élève prend connaissance des 5 situations, en choisit une, et rédige sa propre solution. Une fois les textes produits, chaque titulaire sélectionne les textes les plus convaincants. Voir guide d'exploitation des situations d'écriture. Les plus petits préparent une phrase, un texte collectif ou un dessin.

\* Exploitation en classe des textes des élèves et diffusion dans la communauté. Les textes sont lus et discutés par les enfants. Les parents sont eux aussi impliqués. La diffusion des textes des jeunes les valorisera tous et accentuera la fierté des parents pour leur équipe ou leur école.

\* La chasse aux bonnes nouvelles par les élèves de 4<sup>e</sup>, 5<sup>e</sup> et 6<sup>e</sup> année. Objectif : développement du sens critique, développement de la responsabilité citoyenne, développement de la solidarité intergénérationnelle, rayonnement de l'école dans la communauté.

La colonne des sports regorge de nouvelles qui valorisent la violence sportive. Les jeunes apprennent à fouiller le quotidien ou l'hebdo et à comprendre la stratégie de marketing derrière cette violence médiatisée. Leur recherche vise à leur faire découvrir les manifestations d'un bon esprit sportif et de sens éthique. Cela suscitera chez eux la curiosité et l'appréciation pour la contribution de certains concitoyens (et plusieurs athlètes) l'amélioration de la vie dans la communauté.

Pourquoi la publicité occupe-t-elle une place aussi importante dans le journal ?

Pourquoi le sport professionnel regorge-t-il de violence verbale et physique ?

Pourquoi l'arbitrage est-il aussi ridicule ?

Comment le journal encourage-t-il le chauvinisme ? Comment exploite-on l'opposition ?

Comment attise-t-on la recherche de vengeance ?

Les éditeurs de quotidiens et d'hebdomadaires fournissent les exemplaires requis. Les nouvelles retenues sont affichées sur le babillard commun. Chaque semaine, les élèves retiennent, par vote, les 2 bonnes nouvelles (bon esprit sportif ou comportement éthique exemplaire) et le nom des groupes ou individus qui seront mis en nomination pour le mois. À la fin de chaque mois, les élèves discutent de la valeur des diverses contributions et votent pour déterminer la « performance du mois ». On conserve les 2 ou 3 performances de chaque mois dans un album. À la fin du mois de mai, mois de l'environnement, les élèves élargissent la discussion pour déterminer les 3 « performances de l'année ». Les auteurs de la réalisation sont invités au gala de fin d'année pour recevoir des mains des élèves le **Trophée de la Bravoure** pour leur contribution à l'amélioration du monde. Le trophée peut être une simple plaque laminée indiquant qu'il s'agit du choix des jeunes, une sorte de méritas pour contribution à l'amélioration du monde. On peut aussi faire appel à un artisan local qui produira une œuvre spécifique.

## B- Novembre et décembre

### \* Préparation de Noël

Objectif ? Sensibiliser les donateurs et les receveurs de cadeaux à l'influence des choix.

Une deuxième conférence est donnée aux élèves pour leur expliquer ce que nous allons réaliser.

Simultanément, dans les classes de maternelle, du 1<sup>er</sup> et 2<sup>e</sup> cycle, on étudie et on échange sur les valeurs véhiculées par les divertissements que nous consommons et leur influence sur le développement de notre imaginaire individuel et collectif. On réfléchit sur la signification de la Fête de Noël et sur les choix de cadeaux à partir d'un texte fourni par EDUPAX. Diverses facettes entourant le sens du cadeau sont abordées et soumises au jugement des élèves.

### \* Publicité. Dans les classes du 3<sup>ème</sup> cycle, les élèves sont réunis en ateliers pour préparer une campagne publicitaire ciblant les donateurs de cadeaux, le Père Noël, les parents, grand parents, etc.

Quatre catégories de messages sont recherchés : message radio de 30 secondes, un slogan, une affiche, une annonce de journal. Chaque équipe de 4 élèves produit un message de chaque catégorie.

Une fois confectionnés et prêts à être diffusés, les messages radio sont diffusés à la radio étudiante et soumis à l'appréciation des élèves. Les slogans, affiches et annonces de journal sont soumis aux parents. Des délégations de 6<sup>e</sup> sont formées afin de faire une tournée des classes pour animer et recueillir le jugement des élèves sur les messages publicitaires.

Les parents (membres du comité ou autres) se répartissent les affiches destinées à être exposées dans la communauté jusqu'après les vacances des fêtes.

### \* Liste de suggestions de cadeaux de Noël par les élèves de maternelle à 4<sup>e</sup> année.

Cette liste sera vraiment envoyée au Père Noël et à la parenté, accompagnée d'une lettre circulaire de l'école expliquant la démarche pédagogique vécue. Quelques lettres seront envoyées au journal pour publication. Diverses formes de diffusion peuvent aussi être imaginées par l'équipe IDC (intervention dans la communauté). Cette activité doit être terminée assez tôt pour avoir un impact sur les achats de cadeaux.

### \* Au début de décembre, dans les classes du 1<sup>er</sup> et 2<sup>e</sup> cycle, activité de bricolage « La Chandelle de Noël ».

Au cours des semaines précédant l'activité, les élèves ont apporté à l'école des dépliants publicitaires et des magazines où leurs parents leur ont permis de faire du découpage. Suggestion : jumelage des classes, ex. les élèves de 4<sup>e</sup> vont réaliser l'activité avec ceux de 2<sup>e</sup>, ceux de 3<sup>e</sup> avec ceux de 1<sup>ère</sup>, ceux de 5<sup>e</sup> avec les élèves de maternelle. Lors de la production, les élèves forment des équipes de 4, 2 grands et 2 petits. Chaque équipe produit deux chandelles. Une première sur un premier grand carton blanc sur lequel on a dessiné la forme d'une chandelle **autour** de laquelle on procède au collage de jouets ou cadeaux à caractère violent, destructeur ou sexiste. Sur un deuxième carton, la même forme est dessinée mais, cette fois, c'est à **l'intérieur de la chandelle** que l'on colle les scènes représentant l'entraide, l'affection, la tendresse, l'amour, en somme, des jouets recommandables. On peut consulter l'édition spéciale sur les jouets du magazine « Protégez-vous » de 2005, 2004, 2003. Ces affiches servent ensuite à décorer les classes et les corridors de l'école. S'il y a jumelage, le grand doit se préparer à guider le petit

techniquement (manipulation des ciseaux) et pédagogiquement (choix des images recherchées), et non à tout faire ou décider à sa place. Les enfants peuvent apporter les chandelles à la maison pour le congé des fêtes.

\* Durant la même période, intervention dans les cours d'éducation physique.

On attire l'attention des élèves sur les effets de la compétition abusive. Le vocabulaire (poche, nouille, nul, tue-le, tailleulle, con, niaiseux) est anti-sportif. On exploite les activités de coopération. Diminuer un adversaire ou réprimander un partenaire (ayant commis une erreur) n'aide personne et nuit à tous! La sélection des équipes ne se fait plus par le marché d'esclaves.

\* Intervention dans les cours d'anglais.

Étude de la chanson de Noël « Happy Xmas » de John Lennon. Alternative, « Beautiful Boy » du même auteur. Première phase de l'exploitation : mots cachés. L'enseignant distribue à chaque élève une copie des paroles de la chanson d'où il a fait disparaître des mots clés. Les élèves écoutent la chanson et tentent de trouver les mots manquants. Il faut cacher assez de mots pour que les élèves aient besoin de 2 ou 3 auditions pour tous les identifier. Diverses versions des mots cachés peuvent être préparés selon l'âge des enfants. Les élèves sont invités à entonner la chanson avec le CD. Étrangement, les élèves, même ceux et celles de 6<sup>e</sup>, adorent la chanter. Une des plus belles chansons au monde. Une chanson en français sera exploitée pour une activité similaire. Deuxième phase. Une fois le texte complété et l'essentiel de la chanson saisi, chaque élève choisit la strophe qu'il juge la plus importante. Puis, par équipes de 3 (les équipes sont formées par l'enseignant), préparation de slogans pour véhiculer l'essentiel du message livré par la chanson. Les slogans sont reproduits proprement et affichés dans l'école.

\* Commémoration du 6 décembre, sensibilisation à la violence faite aux femmes

Anniversaire de Polytechnique. Plusieurs formes de sexisme sont encore fréquentes, dans le monde et autour de nous. Le 6 décembre se prête bien à une réflexion sur cette réduction de la femme au rang d'objet (de convoitise, de rivalité, de victime) et ses conséquences sur les attitudes, l'habillement, l'accès à certains métiers, la santé, et même, parfois, le droit d'aller à l'école et l'espérance de vie. Un texte préparé par EDUPAX est lu, étudié et discuté en classe. Des élèves de 6<sup>e</sup> année pourraient distribuer des rubans confectionnés en classe aux enfants de toutes les classes. Possibilité de textes conçus par des élèves de 6<sup>e</sup>. Écoute de la chanson de Georges Moustaki.

### **C- Janvier et février**

Célébration de la St-Valentin, le 14 février. Échange de vœux. Carte surprise préparée par les parents.

La semaine des handicapés. Chaque jour de cette semaine, deux élèves de chaque classe sont aveugles, deux autres muets, pour une journée entière. Sélection des volontaires, préparation, accompagnement nécessaire, responsabilité collective, témoignage des enfants ayant vécu l'expérience.

Le 8 mars, Journée internationale des femmes, similaire à la proposition du 6 décembre.

Conférence préparatoire au « Défi de la Dizaine sans télé ni jeu vidéo ».

### **D- Mars, avril et mai**

Deuxième moitié d'avril, le Défi de la « Dizaine sans télé ». Voir la description du DÉFI ci-dessous. Précédé d'une série de rencontres avec les élèves pour les motiver à relever cet exploit incroyable en 2002.

Préparation d'activités individuelles et collectives pour remplacer l'usage du petit écran. Possibilité de campagne de sensibilisation et de mobilisation des élèves dans les écoles primaires du bassin.

Enregistrement vidéo de témoignages d'élèves ayant tenté l'exploit, les avis des parents et amis, etc.

Le 22 avril, Jour de la Terre. Plantation d'arbres, nettoyage d'un cours d'eau, campagne de publicité pour économiser l'énergie, pour faire la promotion du recyclage, pour sensibiliser le public aux gaz à effet de serre, exploitation de la chanson « Heureusement qu'il y a de l'herbe » au cours de la semaine précédente, etc.

### **E- Cinquième phase. Du 1<sup>er</sup> mai et au 15 juin**

Préparation du gala de fin de l'année où la préoccupation pour la prévention est signalée. Préparation de sketches, lecture de textes, projection de photos et d'affiches, visionnement de témoignages d'élèves sur diverses réalisations accomplies au cours de l'année.

Évaluation de l'année. EDUPAX fournit un questionnaire pour faciliter l'évaluation de l'année écoulée et recueillir les suggestions des élèves, du personnel et des parents pour l'année suivante. Les réponses servent à échanger lors du bilan du CE et du personnel.

## **B. Tout au long de l'année, les parents s'impliquent**

À chaque conférence donnée aux élèves, les parents sont rencontrés. Cela leur permet de suivre le plan d'action et d'y collaborer de multiples façons. Le CE joue un rôle important. Des parents volontaires sont invités à former un comité spécial. Après chaque conférence, un compte-rendu est envoyé à tous les parents et publié dans l'hebdo régional.

Le 22 avril, Jour de la Terre. Plantation d'arbres, nettoyage d'un cours d'eau, campagne de publicité pour économiser l'énergie, pour faire la promotion du recyclage, pour sensibiliser le public aux gaz à effet de serre, exploitation de la chanson « Heureusement qu'il y a de l'herbe » au cours de la semaine précédente, etc.

## **5. Le DÉFI de la Dizaine sans télé ni jeux vidéo**

**Se priver de télé et de jeux vidéo pendant 10 jours ? Un véritable exploit olympique pour des enfants d'aujourd'hui, branchés au petit écran entre 20 et 30 heures par semaine.**

### **Viser la source**

L'augmentation du nombre d'enfants aux prises avec des troubles graves du comportement combinée à la hausse du taux de crimes violents commis par des jeunes a favorisé l'apparition de programmes de prévention de la violence, aussi nombreux que variés, dans toute l'Amérique du Nord. L'un de ces programmes, EDUPAX, a ciblé l'influence de la télévision comme facteur majeur d'augmentation de la violence physique et verbale

Le phénomène n'est pas limité à notre région. Dans un article du *Monde diplomatique* intitulé « Malaise dans l'éducation » on peut lire : « Le laminage des enfants par la télévision commence très tôt. Ceux qui arrivent aujourd'hui à l'école sont souvent gavés de petit écran dès leur plus jeune âge, jusqu'à cinq heures par jour, avant même d'apprendre à parler. L'inondation de l'espace familial par ce robinet constamment ouvert, d'où coule un flux ininterrompu d'images, n'est pas sans effets considérables sur la formation du jeune ».

Les émissions, films et jeux vidéo qui alimentent l'imaginaire des enfants nuiraient à leur développement mental et physique. En effet, la télé glorifie des héros qui règlent les conflits par la violence. Elle provoque des cauchemars, d'où une détérioration de la qualité de sommeil. Elle remplace l'activité physique tout en faisant la promotion d'une alimentation malsaine, d'où l'augmentation des cas d'obésité. L'influence de la violence à la télé est connue, vérifiée scientifiquement et abondamment documentée. Pas étonnant que plusieurs adultes se sentent dépassés.

### **Tendance réversible ?**

Conscient des milliers d'études sur l'influence nocive de la téléviolence, curieux de savoir si cette influence était réversible, Tom Robinson, professeur de médecine à UCLA, a tenté une expérience avec des élèves du primaire de San José, en Californie. Il les a rencontrés à quelques reprises et les a préparés à accepter de se priver volontairement de télé et de jeux vidéo durant 10 jours. Pour mesurer l'impact, il a pris soin de quantifier la violence physique et verbale à 3 reprises : avant le jeûne, immédiatement après le jeûne et 20 semaines plus tard. Résultat? Réduction de la violence verbale (50 %) et de la violence physique (40 %). Il a aussi noté que les enfants au comportement le plus troublé ont accompli les progrès les plus importants. En plus, il a aussi noté une réduction significative de l'obésité. Curieux de savoir si un régime similaire aurait les mêmes vertus dans leur milieu, le personnel et les parents de 11 écoles primaires de Québec, Charlevoix, Beauce et Bellechasse ont décidé de lancer le « **DÉFI des 10 jours** » aux enfants. La préparation impliquait trois rencontres avec l'ensemble des élèves, des ateliers avec les parents et le personnel. 80% des enfants ont participé.

### **Bilan**

Lors d'une conférence de presse tenue le 30 mars 2004, l'ACP dévoilait le nombre d'heures récupérées dans 11 écoles primaires participantes : 1 354 élèves du primaire ont récupéré un total de 19 377 heures. Cela représente une moyenne de plus de 14 heures par enfant. Ces enfants du primaire ont réussi à se priver de télé et de jeu vidéo durant l'équivalent de 7 journées complètes, en moyenne. L'accueil n'a pas été uniforme dans toutes les classes. À certains niveaux, dans quelques écoles, la participation a dépassé les 80%.

### **L'impact au primaire**

L'évaluation a permis de constater que

- 70% des élèves ont trouvé le Défi « très utile » ou « assez utile »,
- 76% des parents l'ont trouvé « très » ou « assez utile »,
- 64,2% des parents disent que leur enfant en a retiré « beaucoup » ou « assez de profit »,



- plus de 66% des membres du personnel ont trouvé le Défi « très » ou « assez utile »,
- 42,3% du personnel jugent ce profit « très » « assez important ».

Une seule école secondaire a relevé le DÉFI. Les 950 élèves de l'école Louis-Jacques-Casault, à Montmagny, ont pu relever le DÉFI du 20 au 29 avril 2004. Les résultats ont, là aussi, dépassé les attentes

### **L'impact au secondaire**

C'est à Montmagny que, pour la première fois, 950 élèves du secondaire ont eu l'occasion de relever le Défi, du 20 au 29 avril 2004. Un comité de parents a recruté plus de 150 bénévoles et représentants d'organismes du milieu pour élaborer une programmation extraordinaire susceptible d'aider les jeunes à relever le DÉFI. L'organisme Kino-Québec a appuyé le comité financièrement. Les ados allaient-ils considérer ce DÉFI comme une entrave à leur liberté ou une remise en question de la société de consommation ? Le conseil étudiant a appuyé le DÉFI avec vigueur. L'évaluation a permis de constater que

- les ados ont réussi une moyenne de 4,8 jours sans télé ni jeu vidéo.
- 82% des élèves ont jugé le Défi leur a été « très utile » ou « assez utile ».
- 67% des parents l'ont jugé « très » ou « assez utile »,
- 40,6% du personnel l'ont jugé « très utile », 59,4% « assez utile », pour un total de 100%.
- 43% des parents considèrent que leur enfant en a retiré « beaucoup » ou « assez » de profit.
- 86,2% du personnel considèrent ce profit « très » ou « assez » important.

### **Les bénéfiques du Défi au primaire et au secondaire**

Le temps accaparé par les divertissements électroniques prive les jeunes du temps qu'ils pourraient autrement utiliser pour développer diverses habiletés sociales. La privation volontaire de tels divertissements durant une période de 10 jours allait-elle avoir un impact sur la qualité de vie des élèves ? Le Défi a permis d'augmenter ou améliorer,

- \* la pratique d'activités physiques (62,2% au primaire et 51,1% au secondaire),
- \* le temps passé avec les parents (58,5% au P et 27% au S),
- \* le temps passé avec des amis (45% au S),
- \* l'aide fournie à la maison (44,4% au primaire et 24% au secondaire),

Ces réponses indiquent une amélioration des rapports sociaux et une influence sur le resserrement des liens familiaux.

### **Que reste-t-il de ces 10 jours ?**

L'évaluation a permis de mesurer les séquelles du Défi sous certains aspects. Nous présentons ci-dessous les aspects touchés par le Défi par ordre décroissant.

- Le sens critique.

Au secondaire, 65% des élèves ont noté une amélioration, surtout chez les filles. Cet élément est celui qui s'est le plus amélioré au secondaire. Au primaire, 52% des élèves disent que leur sens critique est « beaucoup plus grand » ou « plus grand ». Cet élément vient au 3<sup>e</sup> rang des réponses positives au primaire.

Selon les parents du secondaire, 59% répondent « beaucoup » ou « un peu plus grand ». Au primaire, 51,6% disent que le sens critique des enfants est « beaucoup plus » ou « plus grand ». Selon 80,3% des parents du primaire, la télé et les jeux vidéo influencent les enfants « beaucoup » ou « assez ». Au secondaire, 76% répondent de même.

Selon le personnel du primaire, 100% disent que le sens critique des élèves est « meilleur ». Au secondaire, 89,7% disent de même.

- Une nouvelle dynamique dans l'école. « Oui » disent 63% des ados, surtout les filles. Cette nouvelle dynamique vient au 2<sup>e</sup> rang des réponses positives au secondaire.
- Une nouvelle dynamique dans la communauté. « Oui » disent 58% des ados, majoritairement des filles. Cette dynamique vient au 3<sup>e</sup> rang des réponses positives au secondaire.
- Une diminution de la violence verbale à la maison pour 54,7% et 51,1% des élèves du primaire, 39% au secondaire. Cet élément vient au premier rang au primaire.
- Diminution de la violence physique à la maison selon 54,2% (et 34,4%) des élèves du primaire, 38% au secondaire. Cet élément vient au 2<sup>e</sup> rang pour les élèves du primaire.
- Diminution de la violence physique à l'école selon 44% (et 61,4%) des élèves du primaire et 32% au secondaire.
- Diminution de la violence verbale à l'école selon 40,5% (8,9% à St-Malachie) des élèves du primaire, 27% au secondaire.

### **Répéter le Défi ?**

- Plus de la moitié des élèves du primaire (52,3%) et près des trois quarts au secondaire (72%) disent « oui ». La reprise du Défi est souhaitée plus vivement au secondaire qu'au primaire, surtout chez les filles. Note. Chez les ados, les « oui » sont majoritairement féminins (222/371) tandis que les « non » sont majoritairement masculins (73/141). Les divertissements électroniques exercent manifestement un attrait plus important chez les garçons que chez les filles. D'où l'importance d'insister sur l'impact de la télé sur la masculinité.
- Les parents se disent favorables à la reprise à 69,1% au primaire. 79% des parents du secondaire recommandent à d'autres écoles de vivre le Défi.
- Le personnel du primaire se dit favorable à la reprise aux 2 tiers.

Note. La réponse des élèves, des parents et du personnel indique un intérêt certain à répéter l'expérience. La reprise ne devrait pas nécessairement avoir lieu chaque année, probablement plus aux deux ans. Le personnel de l'école secondaire est le groupe le plus favorable à la reprise (89,7%), suivi par les parents du secondaire.

### **Implication des parents et de la communauté**

Plusieurs parents, avec l'aide de bénévoles de la communauté, se sont impliqués avec enthousiasme et ont organisé diverses activités alternatives susceptibles de rivaliser avec le petit écran. Vincent Ruel, représentant de l'organisme *Québec en forme* a investi des énergies importantes dans la préparation de la programmation. La plupart des enfants et des parents ont entendu la sonnette d'alarme concernant la consommation télévisuelle. L'expérience a été bénéfique pour tout le monde. Dans les familles participantes, on a noté un rapprochement entre parents et enfants. Le Défi a permis à l'école de rayonner en fournissant à la communauté une occasion de supporter les jeunes. Avantage non prévu, les élèves et leurs parents se sont retrouvés au centre d'une couverture médiatique exceptionnelle. Fait rare, les quotidiens et les télédiffuseurs ont couvert l'exploit avec éloges. En plus d'améliorer leur estime de soi en tenant tête au petit écran, les enfants ont attiré l'attention sur leur quartier et suscité l'admiration.

Jacques Brodeur, consultant,  
Prévention de la violence,  
Éducation à la Paix,  
Éducation aux médias,  
[www.edupax.org](http://www.edupax.org)

On s'abonne au Bulletin EDUPAX (mensuel gratuit) en envoyant un message courriel vide à [Abonnezmoi@edupax.org](mailto:Abonnezmoi@edupax.org)

### **Notes biographiques**

Jacques Brodeur possède 30 années d'expérience comme éducateur physique au secondaire. Il a organisé, en 1986, une cueillette de jouets militaires réutilisés pour ériger un monument en faveur de la Paix. Il a coordonné les activités d'éducation à la Paix des syndicats de l'enseignement de la région de Québec de 1988 à 1999. Il a participé à la création de PACIJOU en 1987 et de TROP en 1990. Il a créé le « Vote des jeunes » en 1990 et la Fondation Roy C. Hill l'a honoré pour innovation pédagogique à deux reprises, en 1987 et 1997, pour des projets relatifs à la promotion d'une culture de la Paix. En 1996, la Fédération des enseignants en éducation physique du Québec lui décernait son trophée Méritas pour contribution à l'Éducation à la santé. Il a animé le réseau des Écoles vertes Brundtland de la CSQ de novembre 1998 à décembre 2000. À l'été 2001, il devenait membre du Conseil d'administration de l'organisme « Action Coalition for Media Education » et de « Écoles et communautés sécuritaires et bienveillantes du Canada ». Depuis janvier 2001, il œuvre comme consultant, formateur et conférencier. Il a signé plusieurs articles sur le phénomène de la violence juvénile. Ces articles sont affichés sur le site [www.edupax.org](http://www.edupax.org). Il publie un Bulletin mensuel auquel on peut s'abonner en écrivant à [Abonnezmoi@edupax.org](mailto:Abonnezmoi@edupax.org)

### **Informations complémentaires :**

Le taux de crimes violents est deux fois plus élevé chez les jeunes que chez les adultes, selon le ministère de la Sécurité publique du Québec (Statistiques 2001, p.24)

L'article du Monde diplomatique, novembre 2001.  
[www.monde-diplomatique.fr/2001/11/DUFOUR/15871?var\\_recherche=t%E9I%E9+violence](http://www.monde-diplomatique.fr/2001/11/DUFOUR/15871?var_recherche=t%E9I%E9+violence)

Des références sur l'influence de la téléviolence sont disponibles  
[www.fcsq.qc.ca/Dossiers/ViolenceTV/\\_doc/argumentaire.doc](http://www.fcsq.qc.ca/Dossiers/ViolenceTV/_doc/argumentaire.doc)



Tous les renseignements sur le Défi sont affichés sur le site <http://www.edupax.org>

Le DÉFI se tient généralement au cours de la 2<sup>e</sup> partie du mois d'avril.

### **Données statistiques utiles**

Nos enfants consacrent en moyenne 25 heures par semaine au petit écran. Les émissions de télé pour enfants contiennent de 3 à 6 fois plus de violence que les émissions pour adultes. Les doses de téléviolence ont été augmentées de 432% par les télédiffuseurs privés en 8 ans. On l'utilise sciemment pour « accrocher » les enfants.

Dix heures de télé par semaine affectent les résultats scolaires négativement, c'est prouvé.

Un enfant voit en moyenne 30 000 annonces publicitaires par année. À l'âge de 65 ans, nos enfants auront été la cible de 2 millions d'annonces à la télé.

Chaque jour, on loue 2 fois plus de vidéocassettes qu'on emprunte de livres dans les bibliothèques.

### **Pourquoi aider mon enfant à réduire sa consommation de télé et de jeux vidéo ?**

Des centaines d'études scientifiques ont démontré que les élèves qui consacrent moins de temps au petit écran ont de meilleures notes. Ils apprennent mieux à lire et à écrire lorsqu'ils consomment moins de télé.

Les annonces publicitaires font désirer plus de jouets et d'aliments. Les enfants finissent par croire qu'il leur manque toujours quelque chose. Ils n'en ont jamais assez. La publicité est conçue pour leur faire désirer toujours plus.

L'exposition à des émissions, films et jeux vidéo violents rend les enfants plus agressifs et leur enseigne que la violence est une façon acceptable de régler des conflits.

Les enfants qui regardent beaucoup de télé consacrent moins de temps à développer leurs habiletés sociales.

Le monde présenté à la télé est irréal. Les gros consommateurs de télé ne découvrent pas par eux-mêmes le monde tel qu'il est.

Plus on regarde la télé, moins on est en forme, plus on risque de se retrouver en excès de poids.

En leur montrant des personnages faussement attrayants, riches et heureux, la télé réduit l'estime de soi des enfants, elle leur inculque un sentiment d'impuissance.

### **Pourquoi les enfants regardent-ils autant de télé ?**

**L'ennui.** Souvent, les enfants utilisent la télé pour se désennuyer. Comparativement à d'autres activités, telles que jouer avec des amis, jouer dehors, parler avec ses parents, lire, la télé est passablement ennuyante. Des études ont démontré que les enfants qui s'ennuient le plus sont ceux qui regardent le plus de télé.

**La télé est partout.** Il est difficile de s'en éloigner. 99% des foyers possèdent un téléviseur, 66% en ont 3 ou plus. Et nous n'avons pas de données sur les appareils de jeux vidéo, les ordinateurs et les petits gameboy.

**L'habitude.** Regarder la télé semble facile quand un enfant ne sait que faire d'autre. Après un certain temps, après avoir regardé beaucoup de télé, on se sent accroché, dépendant. Même chose pour les films et les jeux vidéo.

**L'exemple parental.** Comme certains parents regardent beaucoup de télé, les enfants qui veulent passer du temps avec eux doivent la regarder. Certains l'utilisent comme gardienne pendant qu'ils font autre chose. Dans certaines familles, on regarde la télé durant les repas.

**Tout le monde le fait.** Les amis de nos enfants passent 25 heures devant le petit écran. C'est le sujet de conversation le plus commun. Et nos enfants conversent avec leurs parents ...38 minutes par semaine.

Dans le prochain numéro : Le DÉFI, un premier pas pour améliorer notre qualité de vie.

**Adapté de "Student Media Awareness to Reduce Television", SMART, Stanford University, California.**