



ACSM: Division du Québec en chanson 2012

CONCOURS DE CHANSON POUR LES ÉLÈVES DU PRIMAIRE AVEC... ALEXANDRA LIVERNOCHE DE LA TROUPE MIXMANIA2!

Le concours permet de réfléchir collectivement et de manière ludique au sentiment de sécurité, une composante essentielle de l'estime de soi. La participation est un moyen unique de conscientiser les jeunes, de les aider à acquérir une connaissance toujours plus grande d'eux-mêmes et de mettre en œuvre leurs talents artistiques.

C'est le temps de s'inscrire!

Le Réseau québécois de l'Association canadienne pour la santé mentale (ACSM) lance pour une deuxième année consécutive un concours de chanson et de dessin sur le thème de la campagne de promotion de la santé mentale 2012-2013 : **le sentiment de sécurité.**

Nous invitons tous les élèves des écoles primaires de l'ensemble du Québec à s'exprimer en paroles et en couleurs!



Disciplines dans le cadre desquelles l'outil peut être utilisé

- Français;
- Musique;
- Arts plastiques;
- Éthique et culture religieuse.

Niveaux scolaires suggérés

2^e et 3^e cycles du primaire

Compétences requises par le programme et liées à l'activité d'apprentissage

- Interagir en harmonie avec les autres / coopérer / travailler en équipe;
- Savoir communiquer;
- Structurer son identité.

Objectif pédagogique

Permettre aux élèves de réfléchir au sentiment de sécurité, un des éléments de l'estime de soi, et de composer une chanson sur ce thème en respectant la forme traditionnelle couplet / refrain.

Durée approximative

60 à 150 minutes

Quoi faire pour participer?

- Constituer un groupe de jeunes âgés de 7 à 13 ans.
- S'inscrire au concours sur le site <www.acsm.qc.ca> avant le **14 février 2011**.
- Composer une chanson de 200 à 250 mots sur le sentiment de **sécurité**.
- Écrire des phrases qui ont le même nombre de pieds afin de faciliter la composition de la musique.
- Illustrer chaque mot ou chaque phrase de la chanson en vue de la production d'un vidéoclip.
- Proposer la chanson et les dessins à l'ACSM – Division du Québec avant le **1^{er} mars 2012**.



ASSOCIATION CANADIENNE
POUR LA SANTÉ MENTALE
CANADIAN MENTAL
HEALTH ASSOCIATION
DIVISION DU QUÉBEC



AMORCER LA RÉFLEXION AVEC LES ÉLÈVES AVANT D'ÉCRIRE LA CHANSON

Pour introduire le sujet, plusieurs façons de faire vous sont proposées. Elles peuvent soit être utilisées seules, soit être combinées.

1) Donner quelques définitions du sentiment de sécurité

(selon un dictionnaire, un auteur, l'expérience, etc.). En discuter. Par exemple, peut-on toujours se sentir en sécurité?

Mon expérience en tant qu'enseignantE : Partager une de vos expériences où vous vous êtes sentie en sécurité et une autre où vous avez eu peur et avez dû apporter des solutions pour retrouver votre sentiment de sécurité.

Demander aux enfants : À partir de ton expérience, comment expliquerais-tu le sentiment de sécurité à quelqu'un? Les élèves comprendront que ce concept peut avoir plusieurs significations et qu'il existe donc plusieurs façons d'en parler. Au fur et à mesure de leurs expériences et selon le contexte qu'ils vivent, ils expérimenteront les différentes facettes du sentiment de sécurité.

2) Présenter différentes situations aux élèves et leur demander si les situations décrites sont sécuritaires.

Situation 1 : Tous les jours, Patrick se fait taxer par un groupe de 6^e année. Chaque matin, il a mal au ventre quand il se lève. S'agit-il d'une situation de sécurité ou non? Si elle ne l'est pas, où peut-il aller chercher de l'aide? Si cela vous arrivait, où iriez-vous chercher de l'aide?

Situation 2 : Thomas a déjà subi un gros accident de voiture. Dans l'autobus scolaire, il a toujours peur d'avoir un autre accident. Thomas y est-il plus en danger que Mathilde qui, elle, n'a pas peur, car elle n'a jamais eu d'accident? Le sentiment de sécurité ou celui de la peur peuvent-ils être différents d'une personne à une autre selon son expérience? Peut-on améliorer son sentiment de sécurité?

Situation 3 : Samia a 11 ans. Elle adore son petit frère et joue avec lui après avoir fait ses devoirs. À l'école, elle parle avec le nouveau de sa classe. Le samedi, elle aide sa vieille voisine à faire ses courses. Pensez-vous que Samia aide à construire le sentiment de sécurité de son entourage? Commenter.

3) Donner un exercice individuel aux élèves pour encourager la réflexion.

Cet exercice peut être inséré dans un travail de français. Par exemple :

Raconte-nous...

- une situation où tu t'es sentiE protégéE, aidéE, rassuréE;
- une situation où ton sentiment de sécurité s'est brisé;
- les éléments qui t'aident à construire ton sentiment de sécurité;
- les éléments qui réduisent ton sentiment de sécurité.

4) Encourager le travail d'équipe.

Par petits groupes de quatre ou cinq, les jeunes ont 30 minutes pour écrire un scénario qui dépeint une situation où le sentiment de sécurité s'est fragilisé. Chaque groupe viendra jouer son scénario. À la fin de la présentation, le reste de la classe expliquera pourquoi le sentiment de sécurité a été fragilisé et comment les protagonistes sur la scène pourraient le rétablir.

5) Regarder autour de soi...

Les élèves ont un devoir à faire à la maison. Ils doivent interroger un membre de leur famille ou unE voisinE sur le sentiment de sécurité puis rédiger le point de vue exprimé à la manière d'une entrevue journalistique. Ils peuvent la partager en classe.

ACSM

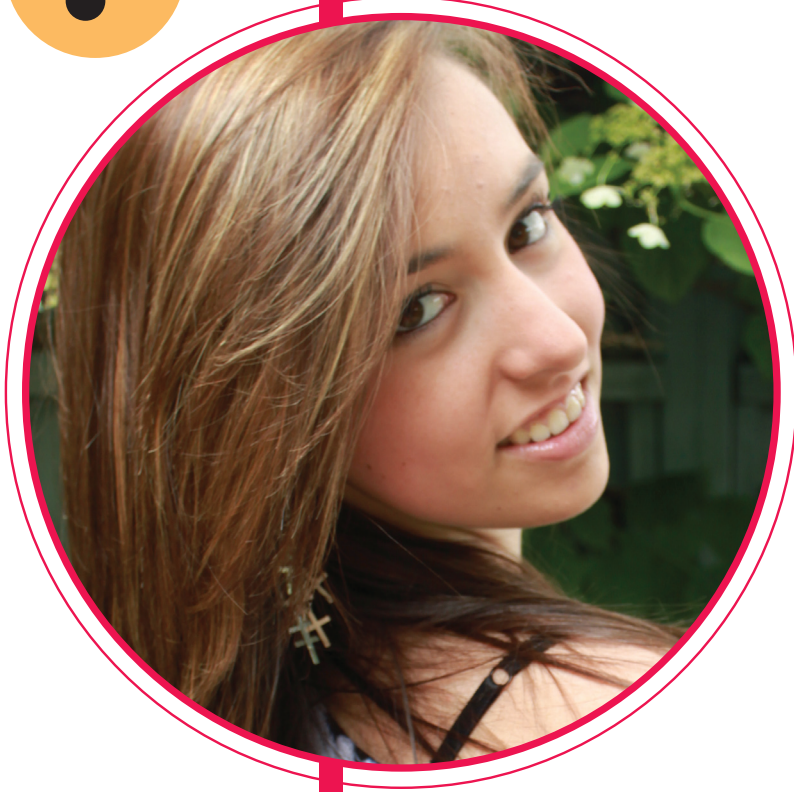
adresse courriel:
semaine@acsm.qc.ca

adresse postale:
911, rue Jean-Talon Est,
bureau 326,
Montréal (Québec)
H2R 1V5.

Date limite pour soumettre votre chanson et vos dessins :
le 1^{er} mars 2012



LA CHANSON



À GAGNER

La chanson gagnante sera enregistrée par la chanteuse **Alexandra Livernoche de la troupe Mixmania2** et mise en musique par le compositeur **Louis Côté**. Elle sera présentée en première au lancement de la Semaine de la santé mentale en mai 2012.

Un vidéoclip créé à partir des dessins des élèves sera lancé à l'automne 2012 : il illustrera les paroles de la chanson et sera accompagné d'un cahier pédagogique destiné aux enseignants. Pas de doute, un futur hit sur *YouTube*!

Les chansons soumises, qu'elles soient gagnantes ou non, seront publiées sous la forme de recueils et seront disponibles sur Internet. Chaque élève et chaque enseignant qui participera au concours recevront le CD de la chanson et un cadeau-surprise. La classe recevra aussi un trophée et l'école, un prix-surprise.

UN MOT SUR ALEXANDRA LIVERNOCHE

Âgée de 16 ans, Alexandra fait partie de la troupe Mixmania2. Elle étudie au Collège Mont-St-Louis et espère rejoindre le CEGEP Lionel-Groulx l'an prochain en interprétation musicale. Possédant plusieurs cordes à son arc, elle danse, chante, joue de la guitare et du piano et dans ses temps libres, elle compose ses propres chansons. Depuis son plus jeune âge, elle passe ses étés en Pologne pour visiter ses grands-parents et y parle régulièrement le polonais. Elle profite aussi de ce temps pour y pratiquer l'équitation. Son autre sport favori est le ski alpin.

Création d'un vidéoclip

Avec les dessins des enfants un super vidéoclip sera créé. Une belle façon d'illustrer la chanson et de bien faire comprendre le message de la sécurité par la force de l'image.

Outil pédagogique

Dès sa sortie à l'automne 2012, un outil pédagogique accompagnera le vidéoclip afin d'en faciliter l'utilisation en classe.

Des clips à voir pour s'inspirer.

Dans le cadre de sa campagne 2009-2013 sur l'estime de soi, l'ACSM-Division du Québec a déjà produit trois vidéoclips grâce à l'enthousiasme et au talent des **écoles d'Iberville, du Tourne-Vent et du Pavillon Saint-Louis-de-Gonzague**. Nous vous invitons à les visionner sur *YouTube* afin d'imaginer ce que pourrait devenir votre chanson!

- **Le blues de Socrate** : www.youtube.com > Le blues de Socrate ACSM
- **Es-tu bien entouré?** : www.youtube.com > Es-tu bien entouré? ACSM
- **Chemin de vie** : www.youtube.com > Chemin de vie ACSM

Prendre soin de sa santé mentale est aussi important que se brosser les dents, manger sainement et faire de l'exercice physique!

Le parcours que trace chaque enfant qui fréquente l'école vise à développer non seulement ses capacités scolaires, mais aussi ses capacités relationnelles et son estime de soi. Le sentiment de sécurité est à la base de l'estime de soi. Il se construit à travers les expériences vécues par l'enfant, à travers le regard et les commentaires de ceux et celles qui l'entourent. Les statistiques démontrent que les jeunes souffrent plus de détresse psychologique que les adultes. Il n'est donc jamais trop tôt pour soutenir nos enfants et leur apporter les outils qui leur seront nécessaires pour le reste de leur vie.