



*Missions d'intérêt général agréées par l'Inspection Académique de Nancy-Metz, complémentaires avec les instructions et les enseignements de l'Éducation Nationale*



Public visé :  
Collège

## Mallette citoyenne : module 1 TRUCS ET ASTUCES POUR BIEN RÉUSSIR SON COLLÈGE

« Des idées simples pour vivre  
et réussir ensemble au collège ! »



« **Bien dans sa peau, bien avec les autres, bien au collège !** »  
*Un atelier ludique et participatif pour booster sa vie au collège !*

Ensemble, les élèves découvrent comment gérer leur stress, leurs devoirs et leurs relations, tout en s'amusant à travers des quizz et défis. Parce que réussir, c'est aussi se sentir bien dans sa tête et avec les autres !

### POURQUOI CE PROJET EST ORIGINAL ET ADAPTÉ ?

- Approche participative et bienveillante.
- Animation dynamique favorisant la parole des jeunes.
- Supports multimédias adaptés à la tranche d'âge.
- Approche transversale qui peut s'inscrire dans différents cadres : accueil à la rentrée, heures de vie de classe, parcours santé, EMC, semaine citoyenne, projets interdisciplinaires

### INFOS PRATIQUES

**Durée de l'atelier :** 1 heure

**Déroulement de l'atelier :**

- Introduction : "Quelles sont les clés pour réussir au collège ?"
- Temps forts : Activités ludiques, vidéos, débats courts par thématique.
- Conclusion : Synthèse des astuces retenues + Ouverture sur les ressources disponibles au collège (CPE, infirmier·e, enseignants...).

**Nombre de participants** conseillé :  
1 classe

**Logistique :** nous sommes autonomes.  
Prévoir une salle adaptée.

**Intervenant :** 1 animateur spécialisé

### OBJECTIFS

**Favoriser la réussite scolaire** en aidant les élèves à identifier les clés du bien-être et de l'organisation au collège.

**Développer les compétences psycho-sociales** : estime de soi, gestion du stress, relation à autrui.

**Encourager la coopération et la communication** entre pairs à travers des échanges et mini-jeux.

**Donner des repères concrets** pour mieux gérer le quotidien au collège (travail personnel, concentration, écrans, vie de classe).

**Renforcer le lien école/vie personnelle** en amenant les élèves à réfléchir sur leurs habitudes et comportements.