



**PROGRAMME ÉDUCATION À LA VIE AFFECTIVE,  
RELATIONNELLE ET SEXUELLE**

**EVARS**

**SECOND DEGRÉ**

**ÉDITION 2025-2026**

## Sommaire

I.	Collège .....	Page 3-6
	a. Sixième	
	b. Cinquième	
	c. Quatrième	
	d. Troisième	
II.	Lycée .....	Page 7-9
	a. Seconde	
	b. Première	
	c. Terminale	

## I. Collège

### a. Sixième :

#### Séance : Les stéréotypes (55 minutes)

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

#### Notions abordées dans la séance :

- 1- Définir : stéréotypes, règles, normes, modèles.
- 2- Atelier : jeux sur les stéréotypes
- 3- Comprendre ce que signifie, à la puberté, la liberté d'être soi-même tout en respectant son devoir envers les autres et la société.

#### Effectif et organisation :

- Pendant une heure de vie de classe
- Une séance au cours de l'année 2025-2026
- En classe entière
- Dispensée par l'infirmière de l'Institut, Madame CLUZET.
- En présence du professeur principal de la classe
- Parents prévenus une semaine auparavant par EcoleDirect.

## b. Cinquième :

### **Séance : Incidences des réseaux sociaux sur les relations (55 minutes)**

**Objectif** : Distinguer vie publique et vie privée, en réfléchissant à la signification de la liberté individuelle (en particulier sur les réseaux sociaux)

#### Notions abordées dans la séance :

- 1- Cyber violences
- 2- Cyber harcèlement
- 3- Propos sexiste et sexuelle en ligne et érotisation de la société en ligne.

#### Effectif et Organisation :

- Pendant une heure de vie de classe
- Une séance au cours de l'année 2025-2026
- En classe entière
- Dispensée par l'infirmière de l'Institut, Madame CLUZET.
- En présence du professeur principal de la classe
- Parents prévenus une semaine auparavant par EcoleDirect.

### c. Quatrième :

#### **Séance : Conduite à risque et contraception (55 minutes)**

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

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

#### Notions abordées dans la séance :

- 1- Conduite à risque : IST/ SIDA et Grossesse involontaire (IVG abordée) (notion abordée avec des lois).
- 2- Contraception (notion abordée avec des lois)
- 3- Listing des sources d'informations disponibles autour de leur santé sexuelle (infirmerie, centres gratuits d'infos, de dépistage et de diagnostic etc....)

#### Effectif et Organisation :

- Pendant une heure de vie de classe
- Une séance après avoir abordé les contraceptions avec leur professeur de Sciences et vie de la Terre (au programme).
- En demi-classe, groupe fille/ garçon.
- Dispensée par l'infirmière de l'Institut, Madame CLUZET.
- En présence du professeur principal de la classe
- Parents prévenus une semaine auparavant par EcoleDirect.

## d. Troisième :

### **Séance : La santé sexuelle (55 minutes)**

**Objectif :** Interroger les liens entre bonheur, émotions et sexualité

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

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

#### Notions abordées dans la séance :

- 1- Définition « santé sexuelle »
- 2- Développement d'une analyse critique des représentations, parfois fausses ou déformées, associées à la sexualité.
- 3- Faire des choix responsables pour sa santé et celle des autres.

#### Effectif et Organisation :

- Pendant une heure de vie de classe
- Une séance au cours de l'année 2025-2026
- En demi-classe, groupe fille/ garçon.
- Dispensée par l'infirmière de l'Institut, Madame CLUZET.
- En présence du professeur principal de la classe
- Parents prévenus une semaine auparavant par EcoleDirect.

II. Lycée

a. Seconde

**Séance : Addictions et Conduites à risques- Les écrans et les réseaux sociaux (55 minutes)**

Objectif : Se protéger et protéger les autres à l'ère des réseaux sociaux

Notions abordées dans la séance :

- 1- Comparatif des avantages et des inconvénients des écrans et des réseaux sociaux.
- 2- Cyberaddiction/ Cyberdépendance
- 3- Les addictions comportementales et le circuit de la récompense

Effectif et organisation :

- Pendant une heure de vie de classe
- Une séance au cours de l'année 2025-2026
- En classe entière
- Dispensée par l'infirmière de l'Institut, Madame CLUZET.
- En présence du professeur principal de la classe
- Parents prévenus une semaine auparavant par EcoleDirect.

b. Première

**Séance : Addictions et Conduites à risques - Les substances (55 minutes)**

Objectif : Faire des choix en restant maître de soi et attentif à sa santé

Notions abordées dans la séance :

- 1- Les différentes addictions aux substances (tabac, alcool, drogue ...)
- 2- Les addictions aux substances et le circuit de la récompense.
- 3- L'influence de groupe

Effectif et organisation :

- Pendant une heure de vie de classe
- Une séance au cours de l'année 2025-2026
- En classe entière
- Dispensée par l'infirmière de l'Institut, Madame CLUZET.
- En présence du professeur principal de la classe
- Parents prévenus une semaine auparavant par EcoleDirect.

c. Terminale

**Séance : Hygiène de vie en tant que futur étudiant (55 minutes)**

**Objection:** S'épanouir dans ses études

**Notions abordées dans la séance :**

- 1- Changement de rythme.
- 2- Hygiène de vie pour avoir et maintenir une bonne santé physique (activité physique, alimentation, sommeil, hygiène corporelle ...)
- 3- Hygiène de vie pour avoir et maintenir une bonne santé mentale (détente, bien-être mental et social, influence de groupe ...)

**Effectif et organisation :**

- Pendant une heure de vie de classe
- Une séance au cours de l'année 2025-2026
- En classe entière
- Dispensée par l'infirmière de l'Institut, Madame CLUZET.
- En présence du professeur principal de la classe
- Parents prévenus une semaine auparavant par EcoleDirect.