

**DOSSIER
DE PRESSE**
Septembre 2025



PRÉVENIR LES ADDICTIONS OUTILLER POUR SENSIBILISER LES 7 - 11 ANS



**léo lagrange
animation**

Les petits citoyens

Un programme Léo Lagrange Animation
Association d'éducation populaire
et de l'économie sociale et solidaire



Sommaire



■ PROPOS INTRODUCTIF

Pourquoi parler des addictions dès l'enfance ?

p.02



■ RESSOURCE 01

Le livret "Et si on s' parlait des addictions ?"

p.03



■ RESSOURCE 02

Le jeu de plateau "Kikagi ?"

p.05



■ RESSOURCE 03

La réponse d'expert "Parler des addictions avec nos enfants"

p.07



■ PRÉSENTATION ET ÉLÉMENTS DE COMMUNICATION

Qui sommes-nous ?
Éléments graphiques

p.08

POURQUOI PARLER DES ADDICTIONS DES L'ENFANCE ?

Nous avons longtemps cru que les addictions étaient une affaire d'adultes. Puis, une affaire d'adolescents. Aujourd'hui, les professionnel·les de l'éducation, de l'animation, du soin et du travail social nous alertent : **les premiers comportements à risque apparaissent de plus en plus tôt**, parfois dès la fin de l'école primaire. Les enfants ne sont pas « addicts », mais les **logiques addictogènes les traversent déjà** : recherche de sensations fortes, soulagement rapide d'un inconfort, répétition d'un comportement agréable...

Ces dynamiques s'inscrivent dans une société qui valorise l'intensité, la consommation rapide et les réponses immédiates, au détriment parfois de l'apprentissage, du temps long, du discernement. Dans ce contexte, **préparer les enfants à reconnaître ces mécanismes, à y réfléchir, à en parler**, devient un véritable enjeu éducatif porté par notre fédération.

Parler des addictions avec les enfants, **c'est renforcer leur capacité à faire des choix, à comprendre leur environnement, à identifier les influences qui les entourent**, et à développer leurs propres stratégies de régulation. **C'est aussi soutenir les adultes** – parents, enseignant·es, animateur·rices – qui disent souvent manquer de repères, de mots, de supports adaptés pour aborder ces sujets sans inquiéter, sans banaliser non plus.

C'est dans cet esprit que le programme Les petits citoyens a développé plusieurs outils ludo-éducatifs à destination des enfants de 7 à 11 ans. Ils ont été conçus avec le concours d'expert·es en addictologie et en santé publique, de professionnel·les de l'éducation populaire et de partenaires spécialisés dans l'éducation et le jeu. **Parce qu'il y a des choses que les enfants peuvent comprendre dès le plus jeune âge** – sur le risque, le plaisir, les habitudes, l'influence des autres – **et qui leur serviront plus tard**, quand ils devront choisir, résister ou demander de l'aide.



RESSOURCE 01

Le livret "Et si on s'parlait des addictions ?"

À travers 10 dialogues illustrés entre enfants, ce livret invite les jeunes lecteurs et lectrices à s'identifier à des personnages de leur âge, à exprimer leurs émotions, à confronter des points de vue et à développer leur esprit critique. Les histoires, inspirées de situations du quotidien, permettent une première approche simple mais éclairante du sujet.

Son format pratique en fait un support idéal à distribuer à l'issue d'une activité de sensibilisation ou lors d'un événement. Offert en cadeau, il devient un véritable lien entre l'enfant et son entourage, favorisant ainsi les échanges en famille autour d'un thème souvent difficile à aborder.

Le livret a été réalisé en partenariat avec les Apprentis d'Auteuil et l'aide de Jean-Pierre Couteron, psychologue clinicien. Il a été distribué au sein de Léo Lagrange Animation, auprès des partenaires du projet et mis en vente sur le site des petits citoyens.

Livret en PDF : [ici](#)

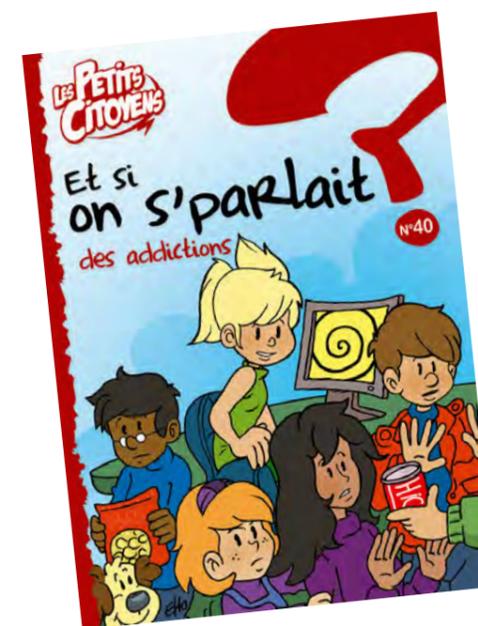
Fiche produit sur le site : [ici](#)

La collection "Et si on s'parlait ?" : [ici](#)



Pourquoi les écrans sont-ils si attirants ?

- Personnage 1 :** Hier, mon cousin Martin est venu à la maison. Pendant tout l'après-midi, il était sur son téléphone. Il regardait des vidéos, jouait à des jeux... même pendant le goûter !
- Personnage 2 :** C'est vrai que les écrans, c'est tentant. **Tout est fait pour donner envie de rester.** Dans les jeux, par exemple, on gagne des points, on débloque des niveaux... ça donne très envie de continuer.
- Personnage 3 :** En plus, des fois les écrans nous aident à ne pas penser à ce qui nous embête. Si tu es triste ou fatigué, tu peux voir plein de vidéos drôles pour penser à autre chose par exemple.
- Personnage 4 :** Oui, mais je trouve ça bizarre. Martin avait l'air super concentré, et des fois il n'entendait même pas quand je lui parlais !
- Personnage 5 :** Oui, le problème c'est que comme c'est facile, on peut avoir du mal à s'arrêter. Et, **si on passe trop de temps sur les écrans, on oublie de faire d'autres choses importantes, comme parler avec ses amis, jouer dehors ou lire, penser, réfléchir ou rêver !**
- Personnage 6 :** Ah oui, et ça peut aussi être mauvais pour la santé ?
- Personnage 7 :** Oui, si tu regardes un écran trop longtemps, ça fatigue tes yeux et ça devient plus dur de se concentrer. En plus, si tu restes assis sans bouger, tu ne fais pas assez d'exercice. Et si tu utilises un écran avant de te coucher, ça peut t'empêcher de bien dormir.
- Personnage 8 :** Je ne savais pas ! Mais ça veut dire que les écrans, c'est mauvais ?
- Personnage 9 :** Pas forcément. **Les écrans peuvent être chouette pour apprendre, parler avec ses amis ou s'amuser, mais il faut trouver le bon équilibre.** Si tu passes trop de temps dessus, c'est là que ça devient un problème.



Sommaire

- C'est quoi une addiction ?
- Je suis addict ou pas ?
- Faire des choses dangereuses
- A quoi peut-on devenir addict ?
- L'influence des autres
- Est-on tous égaux devant une addiction ?
- Pourquoi c'est difficile de sortir d'une addiction ?
- Pourquoi les écrans sont-ils si attirants ?
- Comment je peux me protéger ?
- Le chemin vers la guérison



RESSOURCE 02

Le jeu "Kikagi - Tous engagés au quotidien pour comprendre les addictions et s'en protéger"

L'objectif du jeu Kikagi est de favoriser chez les enfants une prise de conscience sur les addictions, leurs risques et les moyens de s'en détourner.

À travers des questions d'opinion, de connaissance et des cartes bonus ou malus, les joueur·euse·s sont invité·es à s'interroger sur leur esprit critique et leur rapport aux produits et comportements à risque qu'ils peuvent être en situation de rencontrer. Les enfants seront amenés à partager leur point de vue, écouter celui des autres, réfléchir ensemble et se questionner sans jugement.

Le jeu repose sur trois grandes dimensions éducatives :

- Les compétences psychosociales et la confiance en soi ;
- Les médias, les relations sociales et les influences ;
- L'apprentissage de l'autonomie de penser.

Kikagi Addictions a été conçu avec les éditions Valorémis, et pensé pour être utilisé en petit groupe, à l'école, en accueil de loisirs ou à la maison, accompagné par un adulte.

Le jeu a été distribué au sein de Léo Lagrange Animation et mis en vente sur le site des petits citoyens et des éditions Valorémis.

Fiche produit sur le site : [ici](#)



LES PETITS CITOYENS

Penses-tu que les influenceur(euse)s te donnent toujours de bons conseils ? Comment peux-tu savoir si ce qu'ils disent est fiable ?

LES PETITS CITOYENS

Tu acceptes de chercher de l'aide auprès des adultes pour demander conseil lorsque tu doutes. Tu avances ou tu recules de 2 cases, fais ton choix !

LES PETITS CITOYENS

Pourquoi certaines personnes utilisent des écrans ou mangent beaucoup de bonbons quand elles sont tristes ?

a. Parce que ça leur fait du bien sur le moment
b. Parce que cela leur permet de soigner leur tristesse
c. Parce que cela les rend réellement plus fortes par rapport aux autres

Remarque : Quand on est triste, on cherche souvent des choses réconfortantes comme des bonbons ou des écrans. Mais ces solutions ne résolvent pas la tristesse et peuvent nous éloigner de vraies solutions. Parler à quelqu'un ou trouver des moyens plus sains de gérer ses émotions peut vraiment aider.

Réponse : a.

Règles du jeu

Le jeu Kikagi fonctionne comme un jeu de l'oie : les joueur(se)s avancent sur un plateau en lançant un dé, puis tirent une carte. Selon la case sur laquelle ils tombent, ils piochent un certain type de carte parmi les trois suivantes : question d'opinion, question de connaissance, carte bonus ou malus. La partie est terminée lorsqu'un(e) joueur(se) s'arrête sur la case « arrivée » après avoir récupéré le nombre de cartes demandées au début de la partie.



RESSOURCE 03

L'interview Réponse d'expert : Parler des addictions avec nos enfants

Les « Réponses d'expert » sont des interviews conçues pour apporter aux professionnels de l'éducation et aux familles un éclairage accessible et documenté sur des questions de société, d'actualité ou de citoyenneté en lien avec l'enfance. Elles visent à nourrir leur réflexion sur leur rôle éducatif et à les accompagner dans leurs pratiques.

Pour cette réponse d'expert sur les addictions Jean-Michel Parquet, psychiatre et spécialiste de santé publique, nous partage des repères clairs et rassurants pour parler des addictions avec les enfants, sans tabou ni dramatisation.

Découvrez l'interview : [ici](#)



« On peut tout à faire dire à un enfant lorsqu'il s'approche de l'adolescence : un jour, on va sans doute te proposer telle chose. Cela va produire tel effet dans ton corps. Et moi, je ne suis pas sûr que ce soit bon pour toi. Il existe d'autres choses dans la vie qui t'apporteront du bonheur. »

Phillipe-Jean PARQUET
Psychiatre et spécialiste de santé publique

PRÉSENTATION ET ÉLÉMENTS DE COMMUNICATION

Qui sommes-nous ?



Les petits citoyens, programme de Léo Lagrange Animation, propose des outils pédagogiques de médiation et de sensibilisation adaptés aux enfants et contribue ainsi au développement d'une citoyenneté active dès le plus jeune âge. Face aux enjeux de société complexes et cruciaux, le programme Les petits citoyens accompagne les acteurs éducatifs et favorise l'esprit de responsabilité et d'engagement des enfants tout en transmettant des valeurs de civisme et de solidarité. ([site](#))



Léo Lagrange Animation recouvre l'ensemble des activités, programmes d'éducation citoyenne et dispositifs d'animation enfance, ados, jeunesse, adultes et familles de la Fédération Léo Lagrange et ce, sur tout le territoire. L'animation constitue le cœur historique de l'activité de la Fédération Léo Lagrange qui s'implique pour faire reconnaître le rôle joué par l'animation dans le processus éducatif et le considère comme un enjeu de politique publique essentiel. ([site](#))

Les partenaires



Apprentis d'Auteuil accompagne chaque année plus de 40 000 jeunes et 9 000 familles fragilisés. Grâce à ses programmes d'accueil, d'éducation, de formation et d'insertion en France et à l'international, la fondation les aide à devenir des hommes et des femmes debout. ([site](#))



Les éditions Valorémis conçoivent des jeux pédagogiques pour favoriser l'expression, le dialogue et la réflexion autour de sujets de société. Leur expertise permet de traduire des enjeux éducatifs complexes en outils accessibles, ludiques et engageants. ([site](#))

Jean-Pierre Couteron, psychologue clinicien, est spécialiste des conduites addictives et ancien président de la Fédération Addiction. Il a accompagné la création des outils en apportant son expérience de terrain et son regard sur la prévention adaptée à l'enfance.

Philippe Jean Parquet, Professeur, psychiatre et spécialiste de santé publique et de l'addictologie, a contribué à l'élaboration du projet en veillant à la justesse des messages transmis aux enfants, pour qu'ils soient à la fois accessibles, précis et non stigmatisants.

Les éléments graphiques du projet (logos, visuels du livret et du jeu) sont disponibles au téléchargement en [cliquant ici](#).



Les petits citoyens
programme de
Léo Lagrange Animation

N° Siren : 351 713 532



-
Crédit illustrations : Jérôme EHO

-
Votre contact Presse :
Camille BRAMI
Agence F

camille.brami@agencef.com



léo lagrange
animation

Adresse

150 rue des Poissonniers
75883 PARIS CEDEX 18
contact@lespetitscitoyens.com

lespetitscitoyens.com