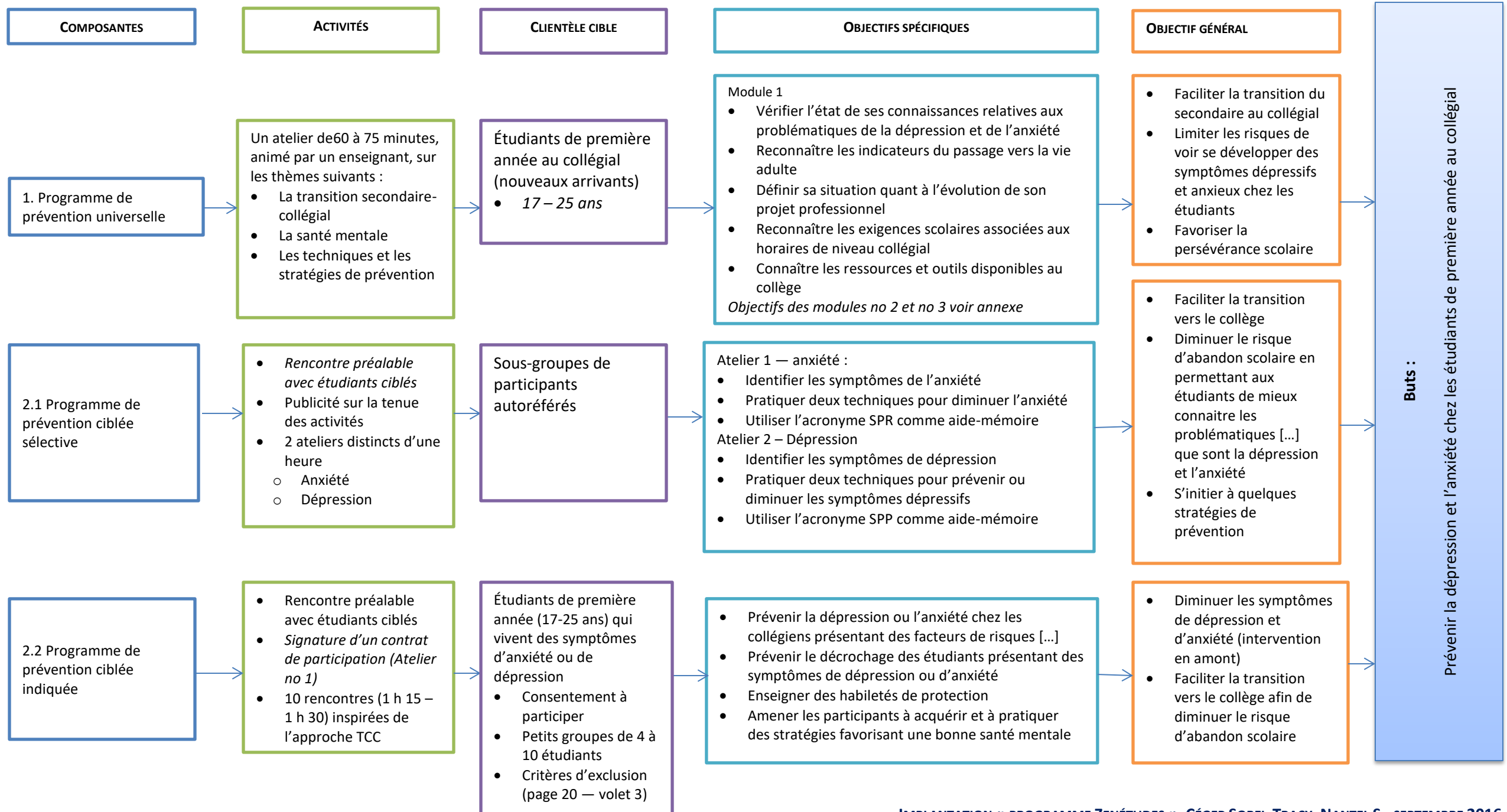


PROGRAMME ZENÉTUDES — MODÈLE LOGIQUE D'ACTION



ANNEXE

Programme de prévention universelle

- ✓ Objectifs du module 2 :
 - Reconnaître les symptômes de la dépression et de l'anxiété
 - Connaître les ressources disponibles au collège et des ressources WEB

- ✓ Objectifs du module 3 :
 - Trouver de nouvelles activités plaisantes
 - Ajouter une activité plaisante à son horaire type
 - Faire le lien entre la fréquence de ses activités plaisantes et son humeur
 - Pratiquer une technique simple pour faire face à une situation anxiogène
 - Identifier les étapes de résolution de problèmes appliquée à une situation scolaire
 - Reconnaître la portée de certaines techniques issues de l'approche cognitivo-comportementale.