



## DÉBRANCHE ET ALLUME 2019 – BOÎTE À OUTILS POUR LES RJ

#DébrancheEtAllume | [debranche.ca](http://debranche.ca)

Le **7 juin**, nous invitons les Canadiens à se joindre aux Repaires jeunesse et participer à Débranche et allume.

- Internet et les téléphones intelligents sont en train de changer la façon dont les jeunes se connectent au monde autour d'eux
- L'anxiété est à son comble alors que les jeunes ressentent le besoin d'être branchés en tout temps
- Les appareils technologiques sont faits pour nous connecter aux autres, mais à bien des égards, ils entraînent un plus grand sentiment de solitude et d'isolement

À Repaires jeunesse du Canada, nous croyons que tisser des liens avec les autres est une compétence générale importante, et travaillons à créer chez tous les jeunes un sentiment d'appartenance à la collectivité. Dans les Repaires jeunesse partout au pays, chaque jour, des jeunes passent du temps loin des ordinateurs et des téléphones intelligents – ensemble, ils jouent et ils apprennent, et ils bénéficient du mentorat d'adultes bienveillants.

### Comment les Repaires jeunesse peuvent-ils participer?

Réservez une heure (ou plus) de votre journée pour tenir un événement spécial à votre RJ où vous débranchez et allumez, pour vous connecter aux autres. Cet événement peut réunir votre personnel, vos membres et leurs familles, vos partenaires, vos anciens, votre conseil d'administration, des politiciens, des leaders de votre communauté et les médias. Il peut prendre diverses formes telles que :

- une activité de bricolage
- une partie de basketball
- un spectacle acoustique
- un déjeuner communautaire
- une autre idée extraordinaire à laquelle nous n'avons pas encore pensé

Quelle que soit l'activité que vous planifiez pour Débranche et allume, laissez-le-nous savoir en complétant le formulaire disponible sur notre site web: <http://debranche.ca/quels-sont-vos-plans/>. Nous partagerons vos événements dans le fil de nouvelles.

### Dans cette boîte à outils, vous trouverez:

- Des suggestions de messages à publier sur vos médias sociaux
- Des outils pour mobiliser les médias
- Un modèle de message d'absence du bureau
- Des liens vers des articles pertinents et des statistiques

Pour toutes questions, veuillez communiquer avec Béatrice Savoie-Frenette, responsable des communications (services francophones) à [bsavoiefrenette@bgccan.com](mailto:bsavoiefrenette@bgccan.com).



## MÉDIAS SOCIAUX

Ça peut sembler contradictoire de se servir des médias sociaux pour promouvoir Débranche et allume, mais nous savons que c'est la manière la plus simple et la plus rapide de rejoindre un large auditoire.

Nous aimerions beaucoup voir des jeunes élever leur voix sur les plateformes sociales, c'est pourquoi nous vous invitons à partager le tout avec les ados (ou des membres du Conseil national des jeunes/des Conseils régionaux de jeunes) de votre Repaire jeunesse pour recueillir leurs commentaires.

Nous suggérons l'échéancier suivant pour ce qui est des publications sur les médias sociaux:

### Avant le 7 juin:

- publications encourageant vos abonnés à se joindre à vous, que ce soit à votre RJ ou en ligne

### Le 7 juin:

- indiquez à quel moment vous comptez vous débrancher dans le cadre de #DébrancheEtAllume
- désignez une personne qui prendra quelques photos pendant votre événement
- publiez sur les médias sociaux pour laisser savoir à tous de quelle façon vous avez choisi de débrancher pour allumer, en leur demandant de partager ce qu'ils ont fait

Assurez-vous d'utiliser le mot-clic #DébrancheEtAllume et de partager notre site web: [debranche.ca](http://debranche.ca)

Les suggestions de messages pour vos médias sociaux se trouvent à la page suivante.



## AVANT LE 7 JUIN

### 1. Général

Le 7 juin, on #DébrancheEtAllume. Soyez des nôtres! <http://debranche.ca>

<insérer un visuel / utilisez l'image automatique du site web / partagez notre vidéo>

### 2. Témoignage d'un jeune membre

« Quand je suis loin de mon téléphone/ma tablette/mon ordinateur, je <inscrire l'activité> » – <inscrire le prénom du jeune> #DébrancheEtAllume

### 3. Visuel avec statistique

#DébrancheEtAllume <http://debranche.ca>

<supprimer l'image automatique générée par l'URL et la remplacer par un visuel illustrant une statistique>

### 4. Œuvre d'enfant (dessin d'un hashtag à la craie sur le trottoir, l'URL écrite à la main sur une affiche, etc.)

Le 7 juin, on #DébrancheEtAllume. Soyez des nôtres!

<insérer une photo de l'œuvre d'un enfant>

### 5. Sondage sur les réseaux sociaux

Croyez-vous que les médias sociaux peuvent remplacer le contact humain? OUI | NON

[ou inscrivez votre propre question]



## LE 7 JUIN

### 1. En début de journée

Dès <inscrire l'heure>, nous allons <inscrire l'événement> au <inscrire le nom du Repaire jeunesse>! Si vous ne pouvez vous joindre à nous en personne, laissez-nous savoir ce que vous comptez faire pour célébrer #DébrancheEtAllume et identifiez-nous dans vos publications. <http://debranche.ca>

<insérer le visuel>

### 2. Juste avant votre événement

C'est l'heure! On se #DébrancheEtAllume!

<insérer une photos d'enfants qui envoient la main ou insérer le visuel>

### 3. Après votre événement

Quel moment agréable à <inscrire une brève description de l'événement> avec les jeunes au <inscrire le nom du Repaire jeunesse>! Et vous, comment avez-vous célébré #DébrancheEtAllume? Dites-le-nous dans les commentaires...

<insérer quelques photos de votre événement – n'oubliez pas de désigner une personne pour prendre des photos pendant votre événement!>

**Assurez-vous de partager les tweets / publications de vos abonnés!**



## MÉDIAS LOCAUX

Si vous organisez un événement à votre Repaire jeunesse dans le cadre de #DébrancheEtAllume, assurez-vous d'inviter les médias locaux! Ci-dessous, vous trouverez un modèle de courriel de *pitch* et un modèle d'avis aux médias.

Contactez les médias par courriel **1 semaine** avant la tenue de votre événement, en vous assurant d'y joindre l'avis aux médias, et faites un suivi auprès d'eux par téléphone peu de temps après.

### Modèle de courriel de *pitch* aux médias

*[Objet du courriel : Soyez des nôtres le 7 juin alors qu'on Débranche et allume!]*

Bonjour <inscrire le nom du/de la journaliste>,

Saviez-vous que 61% des gens ne peuvent ignorer leur téléphone intelligent?

Les études le disent : Internet et les téléphones intelligents sont en train de changer la façon dont les jeunes se connectent au monde qui les entoure. L'anxiété ne cesse d'augmenter alors que les enfants et les ados ressentent le besoin d'être « branchés » constamment. Les appareils technologiques sont conçus pour nous permettre de connecter avec les autres, mais ils nous causent un plus grand sentiment de solitude et d'isolement.

Le 7 juin 2019, nous invitons toute la communauté à se joindre au <inscrire le nom du Repaire jeunesse> dans le cadre de Débranche et allume.

Débranche et allume encourage tous Canadiens à passer plus de temps avec leurs amis, leur famille et leurs collègues, et moins de temps devant leurs écrans. Pendant une heure, ils sont invités à se débrancher de leurs appareils électroniques et à allumer, pour se connecter aux autres.

L'avis aux médias est en pièce jointe et les détails de l'événement sont inscrits ci-dessous. Pour en savoir plus, visitez le <http://debranche.ca>.

Nous espérons vous compter parmi nous!

Cordialement,

<inscrire le nom>

<inscrire la date / l'heure / l'adresse / les détails de l'événement qui sont inscrits dans l'avis aux médias>



## Modèle d'avis aux médias

Copiez et collez l'information ci-dessous dans un nouveau document Word, et ajoutez les informations de votre Repaire jeunesse.

### AVIS AUX MÉDIAS

#### Du vrai monde, de vraies rencontres.

Les jeunes **de/du <inscrire le nom du Repaire jeunesse>** vont débrancher et allumer le 7 juin

Date : Vendredi 7 juin 2019

Événement : **<brève description de votre événement>**

Lieu : **<adresse du Repaire jeunesse/du lieu de l'événement s'il doit se dérouler ailleurs>**

Heure : **<chronologie de l'événement>**

Invités spéciaux : **<directeurs, membres influents de la communauté, etc.>**

#### Information complémentaire

Les Repaires jeunesse croient qu'il est important de savoir tisser des liens en personne pour mener une vie heureuse, et nous redoublons d'efforts pour créer un sentiment d'appartenance à la collectivité chez les enfants et les adolescents. Tous les jours dans les Repaires jeunesse à travers le pays, les jeunes passent du temps loin des téléphones et des ordinateurs – ils jouent ensemble, apprennent ensemble, et sont entourés d'adultes bienveillants qui veillent à leur bonheur et à leur développement.

Le 7 juin, des événements Débranche et allume auront lieu dans des Repaires jeunesse d'un océan à l'autre. **<inscrire de plus amples détails au sujet de l'événement, au besoin>**. Visitez notre site web au <http://debranche.ca> et suivez #DébrancheEtAllume.

**Nous espérons vous compter parmi nous le 7 juin! Si vous souhaitez obtenir de plus amples détails, veuillez communiquer avec :**

**<inscrire le nom de la personne contact>**

**<inscrire son titre>**

**<inscrire le nom du Repaire jeunesse>**

**<inscrire le courriel de la personne contact>**

**<inscrire le numéro de téléphone de la personne contact>**



## INFORMATION COMPLÉMENTAIRE

### Message d'absence (programmé à l'heure de votre événement)

Je suis hors-ligne pour Débranche et allume entre <inscrire les heures>! Visitez le <http://debranche.ca> pour en savoir plus et suivez #DébrancheEtAllume sur les médias sociaux.

### Nouvelles

1. Réseaux sociaux : outil d'apprentissage ou distraction dans la salle de classe?  
<https://www.acadienouvelle.com/actualites/2017/09/11/reseau-sociaux-outil-dapprentissage-distraction-salle-de-classe/>
2. La Vérif: cellulaire et cerveau font-ils bon ménage?  
<https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1079805/verif-cellulaire-cerveau-comportement-anxiete-sommeil-concentration-technologie>
3. Société connectée, dépendance programmée  
<https://www.ledevoir.com/societe/science/523588/societe-connectee-dependance-programmee>
4. Sans écrans à l'école comme à la maison  
[http://plus.lapresse.ca/screens/31d4c297-21d8-47f0-8662-438b6ac4bde2\\_7C\\_0.html](http://plus.lapresse.ca/screens/31d4c297-21d8-47f0-8662-438b6ac4bde2_7C_0.html)