

Dès 7 ans

2 à 6 joueur(se)s

se joue aussi en équipe

# kikagi?

Tous engagés au quotidien pour  
comprendre les addictions et s'en protéger

Le jeu de plateau "Kikagi ?" est conçu pour favoriser une prise de conscience sur les addictions, leurs risques et les moyens de s'en détourner. Pour renforcer leurs facultés de discernement et de choix, les joueur(se)s devront, à chaque case, répondre à une question d'opinion ou de connaissance sur 3 dimensions : les compétences psychosociales et la confiance en soi ; les médias, les relations sociales et les influences ; l'apprentissage de l'autonomie de penser. Toutes ces questions les amèneront à s'interroger sur leur esprit critique et leur rapport aux produits et comportements à risque que chacun(e) d'entre eux/elle peut être en situation de rencontrer à l'âge de l'enfance. Enfin, dès la partie terminée, ils/elles pourront s'engager et mettre en application ce qu'ils/elles ont appris tout en s'amusant. "Kikagi ?" a pour objectif de faire de ses joueur(se)s des ambassadeur(rice)s de la prévention des addictions de leurs pairs et de leurs proches !

## Mise en place



Poser le plateau de jeu au centre de la table. Placer les 5 paquets de cartes face cachée :



- Expression - cartes rouges
- Apprentissage - cartes bleues
- Autonomie - cartes jaunes
- Bonus - cartes violettes
- Malus - cartes oranges

Tous les joueur(se)s choisissent un pion et se placent sur la case "départ". Le joueur ou la joueuse qui commence est celui ou celle qui obtiendra le plus gros score en lançant le dé.

## Comment jouer ?

Avec "Kikagi ?" on joue sur le plateau dans tous les sens ! Chaque joueur(se) lance le dé, chacun(e) son tour. Suivant le chiffre obtenu, le joueur ou la joueuse peut avancer ou reculer son pion, case par case, selon son choix. La couleur de la case sur laquelle un(e) joueur(se) s'arrête correspond à la couleur de la carte qu'il/elle devra piocher. Par exemple, si le joueur ou la joueuse tombe sur une case bleue, il/elle doit piocher une carte bleue et répondre à la question "Apprentissage" indiquée sur cette carte.

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 :

2 joueur(se)s (ou équipes) : chaque joueur(se) doit récupérer : 4 cartes expression, 4 cartes apprentissage et 4 cartes autonomie.

3 à 4 joueur(se)s (ou équipes) : chaque joueur(se) doit récupérer : 3 cartes expression, 3 cartes apprentissage et 3 cartes autonomie.

5 à 6 joueur(se)s (ou équipes) : chaque joueur(se) doit récupérer : 2 cartes expression, 2 cartes apprentissage et 2 cartes autonomie.

## Type de cartes et validation :



### S'il s'agit d'une carte malus ou bonus

Le joueur ou la joueuse applique la consigne écrite sur la carte.

### S'il s'agit d'une question d'opinion

Le joueur ou la joueuse répond à la question et demande ensuite aux autres joueur(se)s de lever la main en posant la question : "Êtes-vous satisfait(e)s de ma réponse ?"

À mon signal, levez la main !". Si la majorité des autres joueur(se)s approuve la réponse, le joueur ou la joueuse conserve la carte. Sinon, cette dernière est remise sous le paquet correspondant.

### S'il s'agit d'une question de connaissance

Le joueur ou la joueuse répond à la question. Si sa réponse est juste, il/elle conserve la carte. Sinon, la carte est remise sous le paquet.



## Lexique

### A

**Addiction** : c'est quand une personne fait ou consomme toujours la même chose encore et encore, et ne peut plus s'en empêcher, même si ça lui fait du mal.

**Alternative** : c'est une autre façon possible de faire ou d'avoir quelque chose.

**Autonomie** : c'est faire des choses et penser par soi-même, sans avoir besoin d'une autre personne.

### B

**Besoin** : c'est quelque chose d'important pour vivre et se sentir bien, comme dormir, manger ou être aimé(e).

### C

**Confiance en soi** : c'est avoir conscience que l'on est capable d'y arriver, même quand c'est difficile. La confiance en soi est quelque chose qui s'apprend et se développe.

### D

**Danger** : c'est quelque chose qui peut nous faire du mal tout de suite ou même beaucoup plus tard.

**Dopamine** : c'est une molécule fabriquée par le cerveau quand quelque chose donne envie, motive ou fait ressentir du plaisir. (...)

(... suite) Certaines activités ou substances peuvent dérégler ce système et donner envie de recommencer encore et encore, même si ce n'est pas bon pour soi.

### E

**Envie** : c'est un désir qui peut être fort, mais qui n'est pas essentiel pour vivre ou se sentir bien. Contrairement à un besoin, on peut s'en passer, même si ce n'est pas toujours facile.

**Émotion** : c'est ce que l'on ressent dans son cœur et son corps, comme la joie, la colère, la frustration ou la tristesse.

**Équilibre** : c'est trouver le bon mélange entre plusieurs choses, comme jouer, dormir et apprendre sans trop faire l'un ou l'autre.

### H

**Habitude** : c'est quelque chose que l'on fait souvent, parfois sans même y penser, comme se brosser les dents tous les matins. C'est comme un automatisme !

### I

**Être sous influence** : c'est quand on n'est plus tout à fait libre de choisir, parce que quelque chose ou quelqu'un nous pousse à penser ou agir d'une certaine façon.

## L

**Libre arbitre** : c'est quand on peut décider librement de ce qu'on pense, de ce qu'on dit ou de ce qu'on fait, sans que quelqu'un nous y oblige ou nous y pousse.

## P

**Pression** : c'est quand on se sent obligé(e) de faire quelque chose parce que d'autres insistent même si on n'en a pas envie.

## S

**Santé** : c'est un état dans lequel on se sent bien être physiquement, mentalement et socialement.

**Sens critique** : c'est réfléchir avant de croire ou de faire quelque chose, comme vérifier une information au lieu de la répéter sans savoir si elle est vraie.

### Pour aller + loin :

De nombreuses informations et ressources concernant les addictions sont à retrouver :

- Sur les sites Fil Santé Jeunes, Alcool Info Service ou Drogue Info Service.
- Sur le site PsyCARE, qui propose des ressources en santé mentale pour les jeunes.
- En lisant la Réponse d'expert " Parler des addictions avec nos enfants " de Philippe-Jean Parquet, sur le site des petits citoyens.
- Dans le livret " Alcool, Tabac, Jeux d'argent ", sur le site de la MILDECA.
- Dans le guide " Familles & Entourage ", sur le site de la Fédération Addiction.

### Co-conception



Avec le soutien du programme  
Jeu Responsable de la Française des Jeux

### Rejoins-nous sur

> [lespetitscitoyens.com](https://lespetitscitoyens.com)

lespetitscitoyens  
 les-petits-citoyens  
 @PtitsCitoyens