

# En vrai

Le podcast qui donne la parole aux adolescents

Conçu et animé  
par Lina Mauget



« *En vrai* »,  
expression qui  
promet une parole  
authentique et  
sincère.

*En vrai* est un podcast qui propose aux adolescents un véritable espace de liberté d'expression, à un âge où leur parole est encore trop souvent minimisée, encadrée ou peu écoutée. Ici, il ne s'agit pas de parler sur les adolescents, mais de leur laisser la place, avec leurs mots, leurs doutes, leurs émotions et leur regard singulier sur le monde.

Chaque épisode s'articule autour d'une thématique qui traverse la vie des jeunes — la peur, l'amitié, l'identité, les rêves, le sport... Pendant 45 minutes, ils partagent des musiques, des livres, des événements ou faits de société qui ont retenu leur attention et qui permettent d'alimenter leur regard sur le sujet traité. Ces références deviennent autant de portes d'entrée pour comprendre ce qu'ils vivent et ce qui les traverse.

*En vrai* agit comme un vecteur d'identification : les auditeurs, et en particulier les autres adolescents, peuvent se reconnaître dans ces récits, mettre des mots sur leurs propres expériences et se sentir moins seuls face à ce qu'ils vivent.

Un.e intervenant.e extérieur.e peut ponctuellement rejoindre l'échange afin d'apporter un regard complémentaire, sans jamais prendre le dessus sur la parole des jeunes.

*En vrai* est un nouvel espace d'écoute, de partage et de transmission, qui valorise la diversité des expériences adolescentes et contribue à créer un espace commun, sensible et profondément humain.

« **Les mots sont  
des fenêtres par  
lesquelles on se  
regarde et s'écoute.** »

Françoise Sagan

# Objectifs du podcast

## 1. Objectifs pédagogiques et culturels

- Développer la prise de parole en public
- Valoriser la créativité et la création de contenu audio
- Encourager l'écoute et le respect de la parole
- Développer la confiance en soi

## 3. Objectifs médiatiques

- Produire un contenu audio original et de qualité, identifié sur le territoire comme une référence de la parole adolescente
- Donner à entendre des expériences vécues par des adolescents
- Créer une communauté d'auditeurs

## 3. Objectifs humains et sociaux

- Favoriser l'expression des émotions et des expériences
- Créer du lien pour lutter contre le sentiment d'isolement

### Autour de la table :

- Entre 3 et 5 adolescents
  - L'animatrice
- Un intervenant professionnel (artiste (musicien, comédien, illustrateur...), journaliste, auteur, philosophe, enseignant...)

## Les adolescents

(5 maximum / épisode)

Les adolescents engagés dans l'animation du podcast participent sur la base du volontariat et d'une motivation affirmée. Ils deviennent ainsi de véritables ambassadeurs de leur génération. Ils auront la possibilité d'intervenir de façon ponctuelle ou bien régulière, selon leur envie et leur affinité avec la thématique de l'épisode.

### Pour participer, il faut :

- Avoir entre 12 et 15 ans
- Être super motivé à s'exprimer tout en restant à l'écoute des autres
- S'engager à préparer le podcast
- Être disponible aux dates des ateliers et de l'enregistrement

## Public ciblé

- Adolescents
- Auditeurs de la radio locale
- Parents, éducateurs, professionnels de la jeunesse
- Grand public sensible aux questions humaines et sociales

## Format du podcast

- **Durée** : Entre 30 et 45 min
- **Fréquence** : Mensuel

### Organisation d'un épisode :

- Présentation des chroniqueurs
- Lecture des textes
- échange autour de la thématique du podcast
- Intervention d'un invité
- Partage de références musicales, bibliographiques, cinématographiques, sociétales, etc...
- Conclusion

### Thématiques envisagées :

La peur, l'amitié, l'identité, les rêves, l'avenir, la solitude, la confiance en soi...

## Diffusion et valorisation :

Le podcast est diffusé sur la radio partenaire et éventuellement sur les plateformes numériques. Ce temps de diffusion valorise l'engagement des participants et leur permet de voir leur parole reconnue dans l'espace public.

## Médiation préparatoire

### 1. Constitution d'un groupe d'adolescents volontaires

Un temps d'échange permet aux participants de se rencontrer et à l'animatrice de mieux connaître les adolescents. Cet atelier permet de poser un cadre sécurisant et d'encourager la prise de parole.

• 1h d'atelier

### 2. Atelier d'écriture encadré

Un atelier d'écriture et de recherche est proposé autour d'une thématique définie (ex : la peur). Des consignes simples et accessibles sont données afin de donner envie aux jeunes de s'exprimer.

• 1h d'atelier

### 3. Temps de préparation avant l'enregistrement (option)

Un accompagnement est proposé pour travailler la posture, la respiration et l'aisance au micro. Cet atelier peut être proposé par un.e comédien.ne ou un.e animateur.ice radio.

• 1h d'atelier

### Proposition de format des ateliers :

Chaque podcast est réalisé à la suite de trois ateliers d'une heure proposés les mercredis après-midis. Le quatrième mercredi correspond au jour d'enregistrement de l'épisode.

# Lina Mauget

## De la conception du projet à l'animation des ateliers et du podcast

Née en Gironde, Lina Mauget se forme à l'École supérieure des Beaux-Arts de Bordeaux, où elle développe une pratique mêlant illustration, édition et écriture, avec un intérêt particulier pour les formes narratives qui mêlent images et poésie et qui questionnent l'intime et le politique.

Pendant cinq années à la Scène nationale du Sud-Aquitain à Bayonne en tant que chargée des relations avec les publics, elle approfondit son approche de la médiation : écouter, créer du lien et inventer des chemins sensibles entre l'art et les publics.

En 2024, elle rejoint le PARCC, centre d'art de la Communauté de communes MACS, comme chargée de médiation. Mais le désir de replacer la création au cœur de mon quotidien s'est affirmé. Elle choisit alors de quitter ces fonctions pour engager pleinement sa pratique artistique et développer des projets indépendants, où la médiation devient elle-même un geste de création.

Les financements permettront de rémunérer l'animatrice et d'assurer la pérennité du podcast, tandis que les partenaires fournissent les moyens techniques et permettent aux adolescents de s'approprier l'offre médiatique et culturelle locale.

## Partenariat envisagés

- Radio locale et associations (accompagnement, diffusion, studio, apports techniques)
- Structures culturelles et/ou institutionnel (financement, accompagnement)
- Structures jeunesse, scolaires ou associatives
- Intervenants extérieurs (selon les thèmes abordés)

## Budget prévisionnel :

Le coût prévisionnel total par épisode est de 350€, incluant la rémunération de l'animatrice et la participation ponctuelle d'un intervenant extérieur. Les partenaires mettent à disposition les moyens techniques et de diffusion.

## Appel à participation des adolescents :

As-tu déjà eu l'impression d'avoir plein de choses à dire mais pas d'endroit pour t'exprimer ? Que tes idées, tes émotions ou tes expériences n'étaient pas toujours entendues ?

*En vrai* est un podcast où tu peux prendre la parole et raconter ta vision du monde. Chaque épisode tourne autour d'une thématique — la peur, le courage, l'amitié, les rêves... — et c'est toi qui décides ce que tu veux partager : un texte, une musique, un livre, un événement qui t'a marqué.

Le but ? Que d'autres adolescents puissent s'identifier à ton histoire et découvrir qu'ils ne sont pas les seuls à se poser ces questions. Ici, ta voix est importante, et tu deviens, le temps d'un épisode, un ambassadeur de ta génération.

Tu peux participer une fois ou plusieurs fois, à ton rythme, et vivre une expérience unique.

Ça te dit ?

## Appel aux partenaires

Ce projet ne pourrait exister sans la collaboration et la confiance des partenaires.

En vous associant à *En vrai*, vous :

- mettez à disposition vos moyens techniques et de diffusion (studio, matériel, radio, plateformes partenaires),
- permettez aux adolescents de découvrir et s'appropriier l'offre culturelle locale, renforçant leur lien avec le territoire,
- contribuez à un projet d'éducation artistique et culturelle, qui favorise la confiance en soi et la prise de parole des jeunes
- valorisez votre structure en participant à un projet original, médiatique et citoyen.

Mercl.

Contact :

**Lina Mauget**

linamauget@outlook.fr

06 20 13 78 39