


Positive mental health for GEN Z  
NO MOre Fear Of Missing Out



Activité d'appel à l'action - FOMO ou ROMO

Thème d'infographie interactive	FOMO or ROMO		
Titre de l'activité	Combien de FOMO as-tu ?		
Type de ressource	Activité d'appel à l'action		
Photo			
Durée de l'activité (en minutes)	30 minutes	Learning Outcome	Comprendre l'impact du ROMO sur les jeunes après la pandémie de COVID-19
Objectif de l'activité	<p><i>Lorsque tu rates quelque chose (événements, fêtes, jeux, etc.), tu pourrais commencer à penser "Ils ne doivent pas m'aimer" ou "Ils m'excluent". Cette activité va montrer que tout le monde a peur de rater quelque chose, car c'est une réalité universelle. Tout le monde passe à côté de quelque chose, tout le temps. Ce qui compte vraiment, ce n'est pas ce que tu rates (c'est-à-dire presque tout), mais ce que tu fais. De cette façon, on peut voir quel est ton niveau de FOMO.</i></p>		
Matériel nécessaire à l'activité	<p>Téléphones portables/ordinateurs. Vidéo-projecteur et écran. Questions avec du texte :</p>		



	<p><a href="#">Game Informations</a></p> <p>Lien vers le jeu : <a href="#">Share Link</a> QR CODE du jeu :</p>
<p><b>Instructions étape par étape</b></p>	<p>Exp  l'activité suivante :</p> <p>1. 7 rép . s expliquez que vous avez 10 questions avec 4 différents (5 points, 10 points, 15 points et 20 points).</p> <p>2. Chacun va devoir choisir ses réponses pour les 10 questions, sans savoir combien de points valent chacune d'entre elles. Les questions vont apparaître à l'écran et chacun a 10 secondes pour répondre jusqu'à la dernière.</p> <p>3. Les résultats seront donc séparés en 4 statuts différents :</p> <p>50 points 55-100 Points 100-150 points 150-200 points</p> <p>4. Après les résultats, lancez une discussion sur les résultats.</p>

# NO MORE FOMO

Positive mental health for GEN Z  
NO MORE Fear Of Missing Out



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

"The European Commission's support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein."  
Project Number: 2020-3-IE01-KA205-082880