

Centre de Formation d'Apprentis Municipal JACKIE DROUET

BELFORT

NOUVEL,
air

Année 2025-2026

Réalisation du rapport par :
Lorine TRAMEAU – référente administrative et chargée de projets
prévention 89

SOMMAIRE

INTRODUCTION	1
1. PRÉSENTATION DU PROJET	2
1.1. Présentation générale	2
1.2. Mise en place de l'action au Centre de Formation d'Apprentis.....	2
2. LES ACTEURS DE CE PROJET	3
3. LES RESSOURCES POUR SA MISE EN PLACE.....	3
4. DÉROULÉ DU PROJET	3
5. PRÉSENTATION DES SÉANCES	4
6. ÉVALUATION DU PROJET	8
6.1. Questionnaires bilan fin de projet à destination des jeunes	8
6.2. Compte rendu qualitatif des 3 séances	8
6.2.1 Séance 1 : Réflexion sur la consommation.....	8
6.2.2 Séance 2 : La confiance en soi et l'estime de soi.....	8
6.2.3 Séance 3 : Motivation à l'arrêt du tabac et/ou cigarette électronique	9
6.3 Retour de Mme RIGOLLOT, IPA, sur la coanimation et le déroulement du projet	9
7. BILAN GLOBAL DU PROJET	9
8. CONCLUSION	10

INTRODUCTION

L'enquête ESPAD, réalisée en 2024, montre une **baisse des expérimentations et des consommations** entre 2015 et 2024 chez **les adolescents de 16 ans**, situant la France en **dessous de la moyenne européenne** pour l'ensemble des indicateurs d'usage de substances psychoactives.

En 2024, 20 % des jeunes de 16 ans avaient déjà expérimenté le **tabac**, plaçant la France dans le tiers inférieur parmi les pays européens. L'expérimentation de **cannabis** a été divisée par trois en dix ans, passant de 31 % en 2015 à 8,4 % des jeunes en 2024, son niveau le plus bas depuis vingt-cinq ans.

Bien installée dans le paysage des consommations des adolescents, la **cigarette électronique (e-cigarette)** a su attirer 38 % d'expérimentateurs parmi les participants français à l'étude, dont 5,8 % qui en usent quotidiennement.

Concernant la consommation de **boissons alcoolisées**, **68 %** des jeunes déclarent en avoir expérimenté. Ce niveau bien qu'élevé, place la France parmi les pays affichant la plus faible consommation, sous la moyenne des deux tiers des pays européens.

Les consommations de substances psychoactives restent **inégalement réparties chez les jeunes**, notamment entre classes sociales. Pour exemple, la prévalence tabagique est particulièrement élevée chez les jeunes apprentis.

En réponse à ces chiffres évoqués par l'étude ESPAD, la **prévention des conduites addictives** en milieu scolaire et hors scolaire reste primordiale.

En effet, pour accompagner les jeunes à faire face à l'entrée dans les conduites addictives ou à des conduites addictives établies, le **développement et/ou le renforcement des Compétences PsychoSociales (CPS)** est préconisé par le référentiel national « Les compétences psychosociales : un référentiel pour un déploiement auprès des enfants et des jeunes ».

L'objectif est de rendre les jeunes acteurs de leur santé, permettant de prévenir l'entrée dans les conduites addictives, ou poussant la réflexion quant aux consommations, et ayant des effets positifs sur la réussite scolaire, ou encore sur l'estime de soi.

1. PRÉSENTATION DU PROJET

1.1. Présentation générale

Cette action s'inscrit dans une démarche de prévention visant à **accompagner les jeunes apprentis volontaires dans leur réflexion sur leurs consommations de tabac et/ou de cigarette électronique**. Elle s'étend sur une période de 3 mois et se compose de 3 séances de 2h, une fois par mois.

Les séances sont coanimées par une chargée de projets prévention chez Tab'agir et une infirmière en pratique avancée (IPA), en libéral.

Les objectifs du projet sont les suivants :

Objectif général : développer et renforcer les Compétences PsychoSociales (CPS) afin d'accompagner les jeunes apprentis dans le développement d'une réflexion et d'un esprit critique autour de leurs consommations de tabac et/ou de cigarette électronique.

Objectifs spécifiques :

- Informer les jeunes sur les enjeux liés au tabac et à la cigarette électronique ;
- Développer leur réflexion et leur esprit critique autour de leurs consommations ;
- Renforcer leur confiance en soi et leur estime de soi ;
- Accompagner les jeunes volontaires dans leur démarche de réduction ou d'arrêt de leur consommation ;
- Renforcer la dynamique de groupe.

1.2. Mise en place de l'action au Centre de Formation d'Apprentis

Le projet a débuté en février 2026 et s'est terminé en mai 2026. Il est à destination de jeunes volontaires consommateurs de tabac et/ou cigarette électronique. Il a été convenu d'organiser trois rencontres pour chaque groupe.

Les dates des interventions étaient les suivantes :

- 25 février 2026
- 25 mars 2026
- 4 mai 2026

2. LES ACTEURS DE CE PROJET

L'association Tab'agir :

La personne référente du projet est Mme TRAMEAU, référente administrative et chargée de projets prévention. Mme RIGOLLOT, infirmière en pratique avancée (IPA), fait partie du réseau Tab'agir et est formée à la tabacologie.

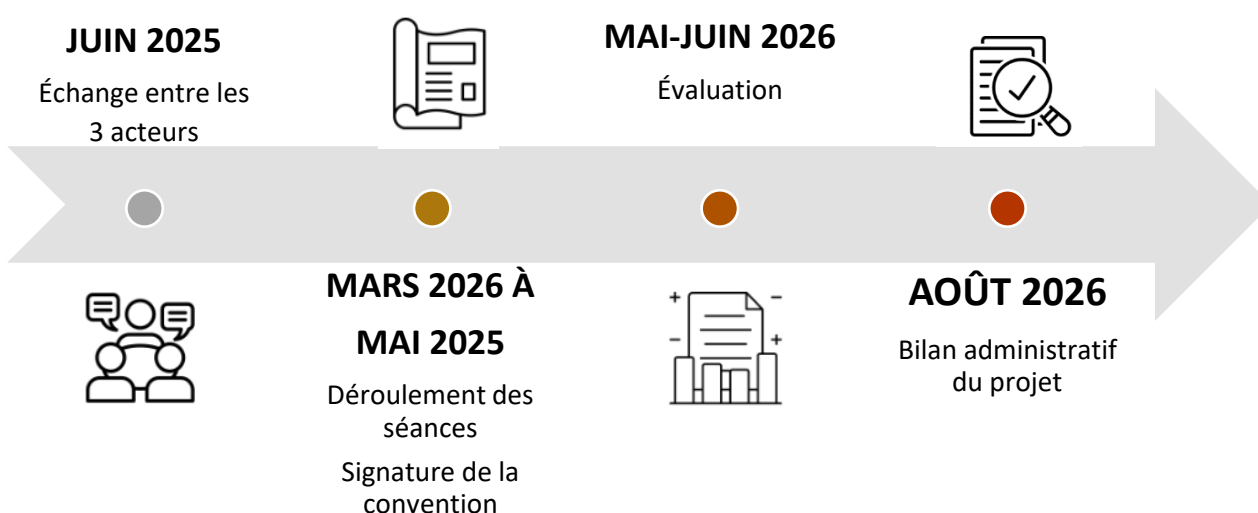
Le Centre de Formation d'Apprentis :

La personne référente de ce projet est Mme PAYMAL, responsable développement.

3. LES RESSOURCES POUR SA MISE EN PLACE

RESSOURCES FINANCIERES	Action financée par la Ligue Contre le Cancer de Montbéliard Doubs dans le cadre de l'enveloppe allouée par l' Agence Régionale de Santé Bourgogne-Franche-Comté suite à l'Appel à Manifestation d'Intérêt auquel elle a répondu.
RESSOURCES INTERNES	L'établissement a gracieusement mis à disposition : ✓ Une salle pour chaque intervention, ✓ Un ordinateur et autres matériels lorsque cela était nécessaire.

4. DÉROULÉ DU PROJET



5. PRÉSENTATION DES SÉANCES

Légendes :



OBJECTIFS



CONTENU



ACTIVITÉS

Les trois séances construites par Tab'agir, se basent sur le développement et le renforcement des CPS afin de les accompagner au mieux dans leur démarche d'arrêt du tabac et/ou cigarette électronique.

Les séances se sont déroulées à 1 mois d'intervalle.

SÉANCE 1 : RÉFLEXION SUR LA CONSOMMATION



- Apprendre à se connaître,
- Déconstruire les prénotions autour de la consommation de tabac et/ou de cigarette électronique,
- Acquérir des connaissances sur la thématique du tabac et/ou de cigarette électronique,
- Être informé sur la notion de dépendance,
- Développer son sens critique.



- Présentation du projet et des intervenantes Tab'agir,
- Activité de présentation : « Portrait chinois »,
- Activité « La ligne mouvante »,
- Présentation de la dépendance,
- Mesure de la tension, de l'oxygène et du monoxyde de carbone des jeunes,
- Activité « Le tribunal »,
- Conclusion.

« La ligne mouvante »

L'animatrice énonce des affirmations. En fonction de ce que les jeunes pensent de cette dernière, ils se placent sur une des trois colonnes suivantes : « D'accord », « Ne sais pas/mitigé » et « Pas d'accord ».

Ensuite chaque jeune, s'il le souhaite, partage son point de vue sur son positionnement et échange avec les autres. Tout au long des discussions, les jeunes ont le droit de changer de colonne s'il change d'avis.



Tab'agir

« Le Tribunal »

Les jeunes vont mettre en scène le procès de l'industrie du tabac. Pour cela, ils vont devoir jouer le déroulement d'un tribunal en formant trois groupes :

- Un groupe qui a le rôle des avocats des non-fumeurs ;
- Un groupe qui a le rôle des avocats de l'industrie du tabac ;
- Un groupe qui a le rôle de juges.

À l'aide d'un animateur, chaque groupe prépare des arguments pour défendre sa cause. Le groupe des juges doit prendre connaissance de la grille de jugement qui lui a été donnée et comprendre son fonctionnement.

Une fois cela terminé, chaque groupe d'avocats expose ses arguments au groupe des juges. Ce dernier délibère et rend son verdict, à savoir qui a gagné selon les différents critères d'évaluation qu'il a définis en amont. Les avocats inversent ensuite leurs rôles et doivent, cette fois-ci, trouver deux nouveaux arguments ou reprendre ceux déjà donnés et les développer. Les juges délibèrent à nouveau et rendent leur verdict.

L'ensemble du groupe débrieife afin de revenir sur les arguments cités lors du tribunal et de répondre aux différentes interrogations.



Tab'agir

SÉANCE 2 : LA CONFIANCE EN SOI ET L'ESTIME DE SOI



- Renforcer sa confiance et son estime de soi,
- Comprendre la différence et le lien entre confiance en soi et estime de soi,
- Être capable de s'auto-évaluer positivement,
- Développer sa connaissance de soi.



- Rappel de la séance précédente à l'oral,
- Activité de discussion sur les notions « confiance en soi » et « estime de soi »,
- Activité énergisante et de mise en groupe « les chansons » : chaque jeune pioche un papier sur lequel est écrit le titre d'une chanson. Chacun doit « fredonner » l'air de la chanson en allant vers les autres dans le but de retrouver les personnes ayant la même chanson que lui,
- Activité sur les qualités et les forces,
- Activité « Mon perso, mes points forts »,
- Conclusion.



Activité sur les qualités et les forces

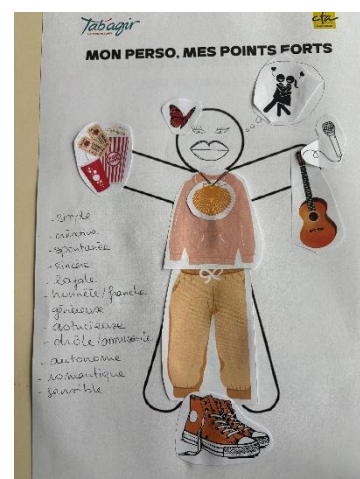
L'animatrice distribue une feuille à chaque jeune. Les jeunes se mettent par groupe de 2 ou 3 et remplissent individuellement les différentes affirmations qu'ils ont sur leur feuille :

- Ce qui me donne envie de me lever le matin
- Une expérience positive récente
- La ou les personnes sur qui je peux compter
- Ce que j'aime apprendre
- Une musique qui me donne de l'énergie
- Ma façon d'aider les autres

Une fois les questions répondues, les jeunes discutent entre eux sur les différentes réponses et s'entraident si certains rencontrent des difficultés pour répondre.

« Mon perso, mes points forts »

Chaque élève propose une métaphore de ses points forts à l'aide d'un avatar. Il a à sa disposition des accessoires, des images pour créer son propre avatar. À la fin de la séance, les jeunes passent, s'ils le souhaitent, devant le groupe pour présenter leur avatar et présenter leurs points forts.



SÉANCE 3 : MOTIVATION À L'ARRÊT DU TABAC et/ou CIGARETTE ÉLECTRONIQUE



- Faire mûrir sa réflexion,
- Favoriser l'augmentation de leur motivation à l'arrêt,
- Informer les jeunes sur l'action des substituts nicotiniques,
- Présenter un accompagnement au sevrage tabagique et les différentes ressources disponibles.



- Rappel de la séance précédente : quels points forts avez-vous ou souhaiteriez-vous développer pour arrêter de consommer ?
- Présentation des bienfaits de l'arrêt,
- Activité « Les petits papiers de motivation »,
- Présentations des moyens et des démarches pour l'arrêt,
- Passation du questionnaire d'évaluation du projet.



« Les petits papiers de motivation »

Cinq papiers sont remis à chaque jeune sur lesquels ils répondent aux cinq questions suivantes, de façon anonyme :

- Pourquoi est-ce que j'ai commencé à fumer ?
- Pourquoi est-ce que je continue à fumer ?
- Pourquoi est-ce que j'ai envie d'arrêter de fumer ?
- Qu'est-ce que je vais gagner en arrêtant de fumer ?
- Qu'est-ce que je vais perdre en arrêtant de fumer ?

Une fois les papiers remplis, les jeunes les collent au tableau par couleur. Ensuite, les intervenants lisent les papiers et questionnent les jeunes sur les réponses.

6. ÉVALUATION DU PROJET

6.1. Questionnaires bilan fin de projet à destination des jeunes

Dans le but d'évaluer au mieux ce projet, 3 passations du même questionnaire ont été faites auprès des jeunes sur leur motivation à l'arrêt. **L'évaluation se base sur les séances effectuées par la chargée de projets et l'infirmière en pratique avancée.**

Les jeunes ont rempli ce questionnaire, en format papier, un mois avant la première séance, à la fin de la troisième séance et un mois après la troisième séance. Il a pour but de recueillir la motivation des jeunes sur cinq mois afin d'observer une potentielle évolution après les interventions de Tab'agir.

Au lancement du projet, **dix jeunes étaient inscrits pour participer aux séances.** Tous ont pris part à, au moins, une séance du programme, mais aucun n'a participé aux trois séances. Seuls quatre jeunes ont assisté à deux séances consécutives. En moyenne, cinq jeunes étaient présents à chaque séance, sans que ce soient systématiquement les mêmes participants. Cette participation irrégulière n'a pas permis de recueillir un nombre suffisant de questionnaires exploitables sur l'ensemble des trois temps de passation.

Par conséquent, **les données quantitatives étant incomplètes, elles n'ont pas pu être analysées de manière pertinente** et ne permettent pas d'évaluer l'évolution de la motivation des jeunes au cours du projet. Ainsi, l'évaluation ci-dessous repose sur un bilan qualitatif, construit à partir des observations réalisées au cours des séances par la chargée de projets et l'IPA.

6.2. Compte rendu qualitatif des 3 séances

6.2.1 Séance 1 : Réflexion sur la consommation

Cinq jeunes ont participé à cette première séance. Malgré un temps de démarrage un peu plus long que prévu pour rassembler les participants, le contenu prévu a pu être réalisé. Les jeunes ont compris les objectifs de l'intervention et ont participé aux activités proposées. Même si leur motivation semblait parfois limitée, leur dynamisme a permis de créer des échanges intéressants et de maintenir une bonne dynamique de groupe.

6.2.2 Séance 2 : La confiance en soi et l'estime de soi

Cinq jeunes étaient présents, dont trois ayant participé à la première séance, ce qui a permis malgré tout, de faire un retour sur le mois précédent. Les échanges ont été plus difficiles à lancer lors de cette séance, les participants se montrant plutôt réservés. Certains ont expliqué avoir été encouragés à s'inscrire afin que le projet puisse être mis en place. Malgré cela, les jeunes sont restés à l'écoute et ont participé aux différentes activités proposées, qu'ils ont bien appréciés, notamment « mon perso, mes points forts ».

6.2.3 Séance 3 : Motivation à l'arrêt du tabac et/ou cigarette électronique

Cinq jeunes ont participé à cette dernière séance, dont un seul avait déjà participé à la séance précédente. L'absence de continuité dans le groupe a rendu certains échanges plus complexes, plusieurs participants n'ayant pas connaissance des contenus abordés auparavant. De plus, des contraintes d'emploi du temps ont réduit le temps dédié à la séance (1h30 au lieu de 2h), certains jeunes ayant dû assister à un cours ou à une évaluation en début d'après-midi. Malgré cela, les participants se sont montrés impliqués, ont pris part aux échanges et ont posé plusieurs questions, montrant leur intérêt pour les thématiques abordées.

6.3 Retour de Mme RIGOLLOT, IPA, sur la coanimation et le déroulement du projet

L'animatrice fait part de sa satisfaction concernant le déroulement de l'action et l'animation des différentes séances. Selon elle, la coanimation s'est bien déroulée, permettant une complémentarité dans les interventions et un accompagnement adapté des jeunes. Les participants présents ont pu s'exprimer et échanger autour des différentes thématiques abordées. Toutefois, les variations de participants ont parfois rendu la dynamique de groupe plus difficile à maintenir et ont limité les possibilités d'échanges collectifs pertinents. Malgré cela, les séances ont permis de susciter un questionnement et une réflexion des jeunes présents.

7. BILAN GLOBAL DU PROJET

Dans l'ensemble, les trois séances se sont déroulées dans de bonnes conditions et les activités prévues ont pu être réalisées. Malgré une participation fluctuante aux séances des jeunes, ceux présents se sont montrés impliqués et ont participé aux échanges ainsi qu'aux activités proposées. Les différentes séances ont permis d'aborder les thématiques prévues tout en favorisant les échanges autour des consommations, de la confiance en soi et de la motivation au changement.

En revanche, l'absence d'un groupe stable tout au long du projet n'a pas permis d'assurer un suivi des participants ni d'exploiter les données des questionnaires d'évaluation initialement prévus. L'évaluation du projet repose donc uniquement sur les observations qualitatives réalisées au cours des séances, qui mettent en évidence un intérêt des jeunes pour les thématiques abordées et une participation active lorsqu'ils étaient présents.

Points positifs :

- La réactivité et la disponibilité de la référente de l'établissement, avec des échanges réguliers par téléphone et par courriel ;
- L'implication de certains des jeunes lors des séances.

Axes d'amélioration :

- La mobilisation et l'assiduité de tous les jeunes sur l'ensemble des séances ;
- Un meilleur suivi de la participation des jeunes par l'établissement afin de favoriser leur présence aux différentes séances ;
- L'organisation en amont avec l'établissement afin d'assurer des créneaux adaptés aux disponibilités des apprentis ;
- La sensibilisation des jeunes aux objectifs du projet afin de favoriser leur engagement.

8. CONCLUSION

Le projet s'achève avec la réalisation de l'ensemble des séances programmées. Nous remercions les jeunes qui ont participé aux différents ateliers proposés. Leur implication a permis de favoriser les échanges et de mener la majorité des activités prévues.

Toutefois, l'absence d'un groupe de jeunes stable, et donc de continuité d'une séance à l'autre n'ont pas permis d'installer une réelle dynamique de groupe sur l'ensemble du projet. Cette situation a également rendu impossible l'exploitation quantitative des questionnaires initialement prévus, pour évaluer l'évolution des participants.

Enfin, malgré la réactivité et la disponibilité de la référente de l'établissement, plusieurs difficultés organisationnelles ont impacté le déroulement de l'action. Certaines séances ont dû être écourtées et plusieurs jeunes n'ont pas pu y participer en raison de séances programmées sur leurs temps d'alternance. Ces contraintes ont limité la participation des jeunes et ont constitué un frein au bon déroulement du projet.

Nous remercions Mme RIGOLLOT pour son implication dans le projet, son investissement auprès des jeunes et sa collaboration avec l'équipe de Tab'agir lors de l'animation des séances. Sa participation a contribué à enrichir les échanges et à apporter son expertise dans l'accompagnement des jeunes autour des thématiques abordées.

ANNEXES

Annexe n°1 : Questionnaire pour les 3 passations à destination des jeunes

Annexe n°2 : Article de l'Yonne Républicaine paru le 19/05/2026

Annexe n°1 : Questionnaire pour les 3 passations à destination des jeunes

Identifiant :

Âge :

QUESTIONNAIRE – PROJET “AIDE À L'ARRÊT”

JE FUME DU TABAC :

Nom :

Prénom :

☐ **Oui** (Cigarettes et/ou Chicha)

Question 1 : Je fume (fréquence) :

- ☐ Occasionnellement (anniversaire, soirée, mal-être, etc...)
☐ Tous les jours

Question 2 : Je fume (forme) :

- ☐ Cigarettes en paquet ☐ Cigarettes roulées ☐ Chicha

Question 3 : J'aimerais arrêter de fumer si c'était facile :

- ☐ Oui ☐ Non

Question 4 : Actuellement, j'ai envie d'arrêter de fumer :

- ☐ Énormément ☐ Un peu ☐ Pas du tout

Question 5 : Il m'arrive de ne pas être content de fumer :

- ☐ Jamais ☐ Parfois ☐ Souvent

Question 6 : Je pense que dans 4 semaines :

- ☐ J'aurai arrêté de fumer
☐ J'aurai diminué ma consommation de tabac
☐ Je fumerai toujours autant

Question 7 : Je pense que dans 6 mois :

- ☐ J'aurai arrêté de fumer
☐ J'aurai diminué ma consommation de tabac
☐ Je fumerai toujours autant

Question 8 : Lors de ces 4 dernières semaines, j'ai consommé d'autre.s substance.s que le tabac :

- ☐ Oui ☐ Non

Si oui, laquelle ou lesquelles ?

Question 9 : J'ai un entourage familial fumeur :

- ☐ Oui ☐ Non

Remarque :

☐ **Non**

OU

☐ **Je n'utilise que la vapote**
(cigarette électronique,
puff)



Merci, tu peux
rendre la feuille



☐ **J'ai arrêté de fumer**

Question 1 : J'ai décidé d'arrêter de fumer pour :
(Plusieurs cases peuvent être cochées)

- ☐ Santé
☐ Famille / Proches
☐ Argent
☐ Mécontent / Ras le bol
☐ Autre (précise) :

Question 2 : J'ai arrêté depuis :

- ☐ Moins d'1 mois
☐ 1 mois
☐ 3 mois
☐ 6 mois
☐ 1 an

Question 3 : J'utilise ou j'ai déjà utilisé des substituts ?
(patch, gomme, etc...)

- ☐ Oui
☐ Non

Si oui, quoi ?

.....
.....

Tabagir
Pour votre santé

cfa
CENTRE
FAMILIAL
D'AIDE
JACKIE-DROUET

Des apprentis du CFA sensibilisés aux addictions

Au CFA municipal Jackie-Drouet de Belfort, un projet de prévention appelé « Nouvel'air » a été mis en place auprès de onze jeunes apprentis afin de les sensibiliser aux conduites addictives. Composé de trois séances de deux heures, ce programme vise à accompagner les participants dans le développement de leur réflexion et de leur esprit critique face à leurs habitudes de consommation de tabac.

Animé par Lorine Trameau, chargée de projets prévention au sein de l'association Tab'agir, ce dispositif est coanimé avec Maeva Rigolot, infirmière en pratique avancée. Ensemble, elles proposent un cadre d'échange bienveillant, favorisant la parole et la prise de recul des jeunes sur leur rapport au tabac, leurs habitudes de consommation et les raisons qui les amènent à commencer ou à poursuivre cette consommation.

À travers des temps d'échange, des activités interactives et des outils comme la mesure au co-testeur, qui suscite de nombreuses interrogations et discussions, ce projet permet aux apprentis de mieux comprendre les mécanismes des addictions, d'interroger leurs comportements et d'envisager des choix plus éclairés pour leur santé et leur avenir. Ce projet est mené en partenariat entre la Ligue contre le cancer et Tab'agir, et financé par l'Agence régionale de santé Bourgogne-Franche-Comté.



Le projet Nouvel'Air a convaincu par son approche basée notamment sur les compétences psycho-sociales. Photo fournie par le CFA municipal Jackie-Drouet