



# Projet expérimental Check Ta Santé

---

## Mission Locale Bourgogne Nivernaise

Année 2020-2021

Réalisation du rapport par :  
Chloé RONDEAU – Chargée de Projets Prévention 58 Tab'agir



## Table des matières

1.	Contextualisation du projet expérimental Check ta santé.....	2
2.	Présentation du projet mis en place avec la Mission Locale Bourgogne Nivernaise .....	3
	a) Acteurs du projet.....	3
	b) Déroulement du projet.....	3
	c) Présentation des séances .....	4
3.	Évaluation du projet .....	11
	a) Nombre de jeunes présents aux séances .....	11
	b) Questionnaire de satisfaction de fin de séance à destination des jeunes .....	11
	c) Questionnaires d'évaluation des compétences psychosociales à destination des jeunes .....	13
	d) Questionnaire de satisfaction fin de projet à destination des jeunes .....	14
	e) Questionnaire de satisfaction fin de projet à destination des référents .....	16
4.	Bilan global .....	17
5.	Conclusion .....	17
6.	Annexes .....	18
	a) Questionnaire à destination des jeunes.....	18
	b) Articles de presse .....	18

## 1. Contextualisation du projet expérimental Check ta santé

Dans le cadre du parcours addictions du Projet Régional de Santé (PRS) 2018-2028, un groupe de travail régional (dont Tab'agir fait partie) a participé à la construction du **nouveau Référentiel d'Intervention Régional Partagé**<sup>1</sup> à partir de constats et d'enjeux partagés, dans un objectif de prévention de l'entrée dans les conduites addictives chez les jeunes.

La directrice de Tab'agir ainsi que les chargés de projets prévention se sont rendus aux différentes réunions départementales du Réseau Régional d'Appui à la Prévention et à la Promotion de la Santé (RRAPPS), qui ont permis de **définir le public et les territoires dits "prioritaires" des départements**. De plus, lors de ces réunions RRAPPS, les représentants des Missions Locales ont exprimé leur souhait de pouvoir mettre en place une action auprès de leurs jeunes se basant sur des programmes validés. C'est dans ce sens que l'association Tab'agir s'est engagée à déployer un **projet expérimental auprès des Missions Locales des départements de l'Yonne et de la Nièvre** en partenariat avec l'Association Addictions France (anciennement ANPAA - Association Nationale de Prévention en Alcoologie et Addictologie) afin de redynamiser les Consultations Jeunes Consommateurs (CJC).

Check ta santé est un projet expérimental, inspiré du programme probant Unplugged<sup>2</sup>. Il a été créé par les chargés de projets prévention Tab'agir en partenariat avec les animatrices prévention de l'Association Addictions France de la Nièvre.

Cette action est à destination des jeunes âgés de 16 à 25 ans sortis du milieu scolaire et en réinsertion professionnelle qui sont inscrits dans le dispositif « Garantie Jeunes » de la Mission Locale. Il est composé de 9 séances (1 par mois) d'1h30 et se déroule par conséquent sur une durée de 9 mois après l'ouverture d'une session « Garantie jeune ».

L'objectif général est de prévenir les conduites addictives par le renforcement/développement des compétences psychosociales des jeunes.

Pour cela, les objectifs opérationnels sont les suivants :

- Favoriser la confiance en soi, l'expression de soi et le respect des autres,
- Décrypter les attitudes positives et négatives à l'égard des produits, les influences et attentes du groupe, les croyances sur les produits et leurs effets,
- Apporter un regard critique sur ses influences et ses croyances,
- Développer les habiletés de communication, d'affirmation, de conciliation.

Après qu'une Mission Locale est acceptée de mettre en place le projet, les séances sont retravaillées avec cette dernière avant de les réaliser auprès des jeunes afin d'adapter le contenu aux besoins du public ciblé.

Les séances sont ensuite animées par les chargés de projets prévention Tab'agir ou les animatrices prévention d'Association Addictions France 58 suivant le thème de la séance concernée. Une personne de la Mission Locale est présente à chaque séance.

---

<sup>1</sup> Conçu et réalisé par l'IREPS Bourgogne Franche-Comté et l'ARS Bourgogne Franche-Comté

<sup>2</sup> Programme européen probant déployé en France par la Fédération Addiction. Tab'agir le met en place sur les départements de l'Yonne et de la Nièvre depuis septembre 2019.

## 2. Présentation du projet mis en place avec la Mission Locale Bourgogne Nivernaise

### a) Acteurs du projet

**L'association Tab'agir** : La personne référente de ce projet est Mme RONDEAU, chargée de projet prévention 58. Mme HADDAD, référente prévention 89/58, accompagne et supervise le projet. Mme AMELOT, directrice, suit l'avancée du projet.

**L'Association Addictions France** : Mme DOMMANGET et Mme HOMAGE, animatrices prévention.

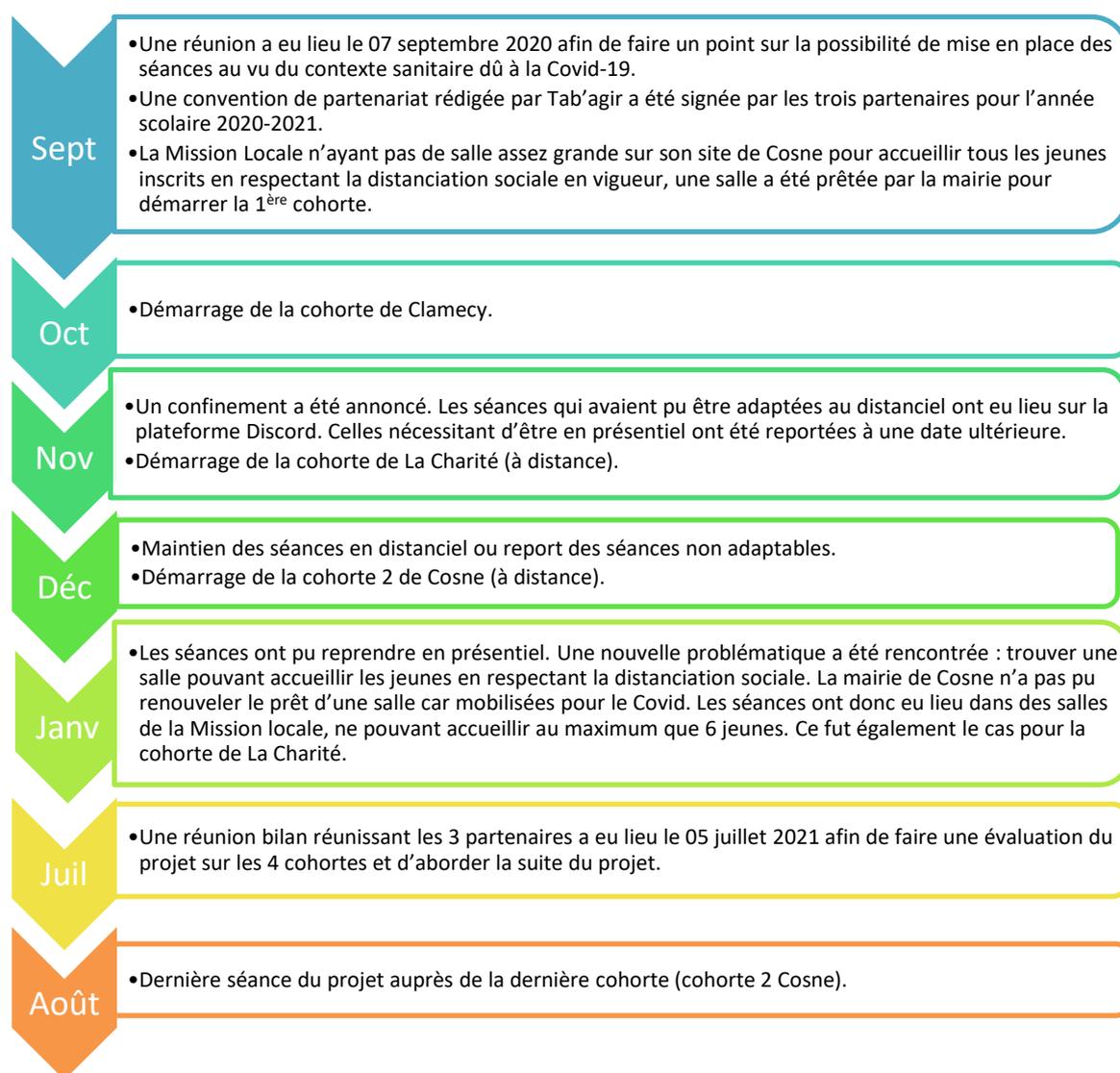
**La Mission Locale Bourgogne Nivernaise** : Les référents de la structure sont au nombre de deux : la coordinatrice Garantie Jeunes, Mme ADELARD ; une conseillère emploi formation insertion, Mme MEYER. En appui, la conseillère Garantie Jeunes, Mme MOELIKU. A noter également le soutien de la directrice, Mme DUHAMEL.

**L'Agence Régionale de Santé (ARS)** : Ce projet est financé par l'ARS Bourgogne Franche-Comté.

### b) Déroulement du projet

La Mission Locale Bourgogne Nivernaise a accepté de mettre en place le projet Check ta santé en 2019. Des réunions de co-construction ont eu lieu de septembre à décembre 2019 afin d'adapter les séances aux besoins des jeunes. Le projet avait débuté en février 2020 mais il n'a pas pu être maintenu en raison de la crise sanitaire Covid-19. De ce fait, il a été décidé de redémarrer le projet en septembre 2020 et de travailler à l'adaptation des séances en distanciel (si possible) afin de poursuivre le projet si les séances en présentiel ne pouvaient pas avoir lieu. Le projet concerne 4 cohortes « Garanties Jeunes » : 2 à Cosne-Cours-Sur-Loire, 1 à La Charité et 1 à Clamecy.

Voici les étapes du projet pour l'année scolaire 2020-2021 :



Planification de l'action par cohorte :

COHORTE	DEBUT ET FIN DE L'ACTION
Cosne 1	18 septembre 2020 – 25 juin 2021
Clamecy	20 octobre 2020 – 18 juin 2021
La Charité	20 novembre 2020 – 09 juillet 2021
Cosne 2	11 décembre 2020 – 04 août 2021

### c) Présentation des séances

Ci-après pour chaque séance du projet :

- En italique, l'objectif de la séance,
- Un descriptif non exhaustif du déroulement et des activités proposées.

A noter qu'au début de chaque séance, un rappel de ce qui s'est passé la séance précédente est réalisé ainsi qu'une présentation de ce qui va être travaillé le jour même.

Après chaque jeu de rôle/mise en situation, un retour sur l'activité est effectué avec les élèves afin de connaître leurs ressentis.

A la fin de chaque séance, un questionnaire de satisfaction est remis aux jeunes.

### **Séance 1 : Ouverture du projet** **Animation par Tab'agir**

*Présentation de l'animateur, du programme, des jeunes et établissement des règles de vie.*

Une activité de présentation intitulée « Le portrait chinois » (voir ci-dessous) est réalisée afin de connaître les jeunes et que les participants puissent se trouver des points communs. Pour ce faire, avant le début du programme, la Mission Locale a fait remplir aux jeunes ce document. Les portraits ont ensuite été lus par l'animatrice et le groupe devait deviner à qui correspondait le portrait chinois.

#### Check ta santé

#### JEU DU PORTRAIT CHINOIS

Si j'étais un animal, je serais .....

Si j'étais un objet, je serais.....

Si j'étais un personnage de film, je serais.....

Si j'étais une activité sportive, je serais.....

Si j'étais un plat, je serais.....

Si j'étais un pays, je serais.....

Si j'étais une couleur, je serais.....

Prénom : .....



Ensuite, à l'aide de post-it, les attentes des jeunes envers le programme ont été recueillies et ils ont indiqué « qu'est-ce qu'être en bonne santé » selon eux afin d'avoir un échange par la suite en groupe (voir photo). La 1<sup>ère</sup> cohorte n'a pas adhéré à l'activité car elle l'a trouvée « ennuyeuse » et « pas utile ». A la suite de cette séance, l'activité a donc été changée.

Un photo-expression a été proposée aux groupes suivants en remplacement. A l'aide de 2 lots d'images, 2 questions sont posées aux jeunes « quelle(s) image(s) représentent pour vous la santé » et « quelle(s) image(s) représentent pour vous une addiction ». Cette activité a été appréciée.

Enfin, les jeunes ont indiqué à l'oral quelles règles ils souhaitaient mettre en place tout au long des séances pour qu'elles se passent bien. Les réponses sont ensuite mises en forme sur une affiche représentant les règles de vie, qui est présentée en début de séance 2.



Règles de vie réalisée par une jeune de la cohorte 1 de Cosne

Cette séance a été réalisée à distance pour les cohortes de La Charité et Cosne 2.

**Séance 2 : Les représentations**  
Animation par Tab'agir

*Faire prendre conscience aux jeunes que leurs croyances ne sont pas toujours la réalité et qu'il faut vérifier la validité d'une information.*

Afin de faire un état des lieux sur les croyances des jeunes, des questions leur sont posées. Dans un 1<sup>er</sup> temps, elles concernent la vie quotidienne des jeunes (exemple : combien de jeunes sont inscrits dans un club de sport ?) puis les conduites addictives (ex : combien de jeunes ont expérimenté le tabac à 17 ans ?).

	Tabac		Alcool		Cannabis	
	Voie orale	Fièr	Voie orale	Fièr	Voie orale	Fièr
1 fois dans sa vie	12%	60%	80%	50%	40%	30%
VS Jamais	88%	40%	15%	85%	60%	45%
Régulièrement (= au moins 10 fois dans le mois)			55%	60%	10%	20%
			43%	8%	15%	7%
Tous les jours (= quotidien)	40%	40%	25%	0%	20%	15%
	40%	25%	2%	1%	10%	3%

Tableau sur les conduites addictives des jeunes à 17 ans avec les estimations des jeunes et les chiffres réels.

Ensuite, une activité permettant de mieux connaître les membres du groupe et de travailler la mémoire est réalisée. La personne qui tient un ballon donne son prénom et une activité qu'elle aime pratiquer. La personne suivante doit répéter les informations de la 1<sup>ère</sup> et indiquer son prénom et une activité qu'elle apprécie. Ainsi de suite, jusqu'au dernier jeune.

Enfin, un travail sur la communication est réalisé avec 2 activités. En 1<sup>er</sup> lieu, le jeu du « téléphone arabe » est mis en pratique par les jeunes puis une fable est lu et les jeunes doivent trouver la morale de l'histoire.

Cette séance a été effectuée à distance pour les cohortes de Clamecy et La Charité.

### Séance 3 : L'alcool Animation par Association Addictions France

*Donner des informations sur l'alcool en abordant la notion de facteurs de risques et de protection.*

Dans un bar, il y a plus d'alcool dans une coupe de champagne que dans un verre de vin rouge ?



▲ Vrai      ◆ Faux

Pour donner des informations sur l'alcool de façon ludique, il a été proposé aux jeunes de faire un quiz sur le site Kahoot. Ce dernier permet de répondre à des questions à choix multiples et de jouer à plusieurs utilisateurs simultanément grâce à son smartphone. Les réponses des participants s'affichent en temps réel. Cela permet ainsi d'avoir un temps d'échanges avec les jeunes après chaque question.



Des lunettes simulant une alcoolisation ont été apportées et les jeunes ont pu les tester.

Ensuite, afin de travailler la cohésion de groupe, les jeunes ont dû par petits groupes imaginer un cocktail sans alcool, le dessiner puis lui donner un nom.



Enfin, un travail sur les facteurs de risques et de protection a été effectué à l'aide de post-it.

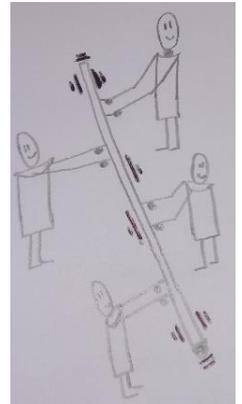
Cette séance n'a pas pu être adaptée au distanciel. De ce fait, les cohortes qui devaient bénéficier de la séance durant la période de confinement, l'ont eu dès le retour en présentiel.

#### **Séance 4 : La notion de groupe** **Animation par Tab'agir**

*Montrer les influences et attentes du groupe, savoir se faire accepter et accepter les autres.*

Pour commencer, les jeunes définissent ce qu'est pour eux un groupe.

Ensuite, le jeu du bâton d'hélium est réalisé. Les joueurs se positionnent en quinconce autour d'une baguette en bois légère, chaque personne la tient avec le bout de ses doigts. Le but est de faire descendre la baguette au sol sans que personne ne perde le contact avec le bâton. Cet exercice demande de la communication, de l'écoute et d'être soudé pour le réussir.



Enfin, les jeunes ont joué des jeux de rôles afin de travailler sur la notion d'appartenance à un groupe. 2 volontaires s'isolent. Pendant ce temps, 2 groupes se constituent : un dit « ouvert », les volontaires pourront s'inclure facilement et un dit « fermé », les volontaires devront trouver le point commun unissant les membres du groupe (ex : avoir un compte sur les réseaux, porter des baskets...). La mise en scène est de nouveau réalisée mais avec cette fois 2 groupes « fermés » pour lesquelles les volontaires devront faire une action s'ils souhaitent s'inclure. Les volontaires ont la possibilité de refuser.

Cette séance n'a pas pu être adaptée au distanciel et demandait que les jeunes soient réunis pour pouvoir réaliser les jeux de rôles. Elle a dû être reprogrammée en présentiel pour les cohortes ayant cette séance en période de confinement.

#### **Séance 5 : Le tabac et le cannabis** **Animation par Tab'agir**

*Donner des informations sur le tabac et le cannabis et développer l'esprit critique des jeunes.*



Pour commencer, des informations sur le tabac sont fournies lors d'un jeu de société pédagogique, le Tabac Poursuite. Sur le principe du Trivial Poursuite mais adapté à la thématique du tabac, des questions sont posées aux jeunes et des compléments d'informations sont fournis par l'animatrice. Afin de s'adapter au distanciel, en remplacement, un quiz Kahoot a été créé et proposé lors des séances en visioconférence.

Ensuite, un quiz Kahoot sur le cannabis a été réalisé afin de donner des informations aux jeunes, d'échanger et de répondre à leurs questions.

Pour les 2 activités, les jeunes sont en équipe et doivent se concerter pour répondre.

Quelle molécule du cannabis provoque la dépendance ?



59

▲ CBD

◆ THC

● CBG

Lors du confinement, cette séance a été interverti avec la séance 4 afin de poursuivre le projet. Elle a été réalisée à distance pour la cohorte 1 de Cosne.

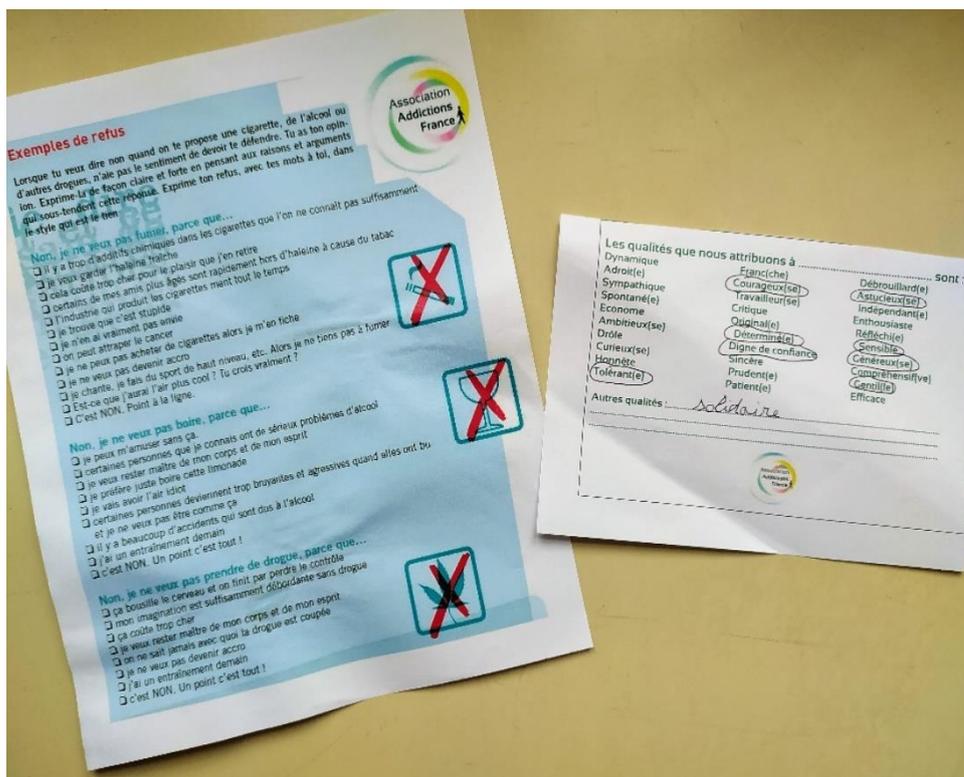
**Séance 6 : La confiance et l'estime de soi : face aux addictions, je peux dire non**  
**Animation par Association Addictions France**

*Aider les jeunes à avoir confiance en eux et savoir dire non à certaines situations.*

Une 1<sup>ère</sup> vidéo est passée aux jeunes sur l'estime de soi. Puis 2 autres dont une publicité pour montrer l'influence du groupe...

Il est ensuite demandé aux jeunes de réfléchir à une histoire dont ils sont fiers. Puis par petits groupes, chaque jeune énonce son histoire à ses camarades qui vont lui attribuer des qualités à l'aide d'une grille.

Enfin, des scénarios sont distribués. Les jeunes doivent dire non aux situations décrites. Pour cela, ils réfléchissent à un argumentaire et jouent la scène par la suite.



## Séance 7 : Les drogues illicites et médicaments psychotropes Animation par Association Addictions France

*Informé sur les drogues en général, les structures ressources ou sites d'informations.*

En début de séance, les jeunes peuvent échanger librement sur les drogues avec l'animatrice.

Puis pour travailler sur l'influence et le savoir dire non, l'activité du jeu des bonbons est mise en place. Par petit groupe, les jeunes reçoivent un papier sur lequel est noté une consigne (ne pas manger ce qui est dans l'assiette ou faire manger aux autres ce qui est dans l'assiette). Une assiette de bonbons est placée sur la table et chaque jeune doit mener à bien la mission indiquée sur son papier.



Pour conclure, une présentation des sites internet (Pass'Santé Jeunes...) ou structures ressources (Consultations Jeunes Consommateurs...) vers lesquels ils peuvent avoir des informations et de l'aide est faite.

Cette séance a été réalisée à distance pour la cohorte de Clamecy.

## Séance 8 : La gestion du stress et des émotions Animation par Tab'agir

*Aider les jeunes à gérer leurs émotions/stress et à faire face à certaines situations.*

Pour débuter, des cartes sur lesquelles sont indiquées des émotions/sentiments sont données aux jeunes (voir photo à gauche). Ils doivent ensemble les classer du plus agréable au plus désagréable. Ce travail permet de montrer que chacun à son propre classement en fonction de son vécu, de la situation...

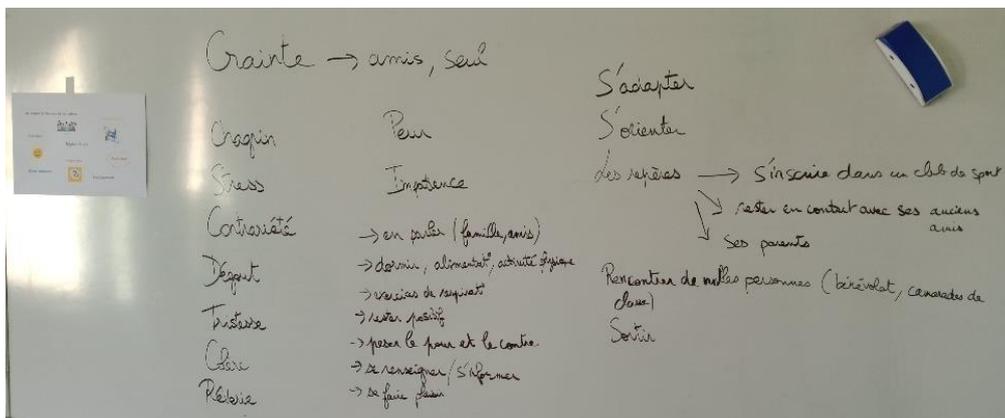
Puis le crayon coopératif, une activité de cohésion de groupe est réalisée (voir photo à droite). Chaque jeune a une ficelle dans les mains reliée à une toupie sur laquelle est attaché un crayon. Le but est de se coordonner pour réussir à réaliser un dessin.



Ensuite, un échange sur une situation de changement de vie a lieu. Un jeune déménage dans une nouvelle ville, comment se sent-il ? Que peut-il faire pour gérer ses émotions ? Quelles stratégies peut-il mettre en place face aux difficultés qu'il peut rencontrer ?

Enfin, une activité plus personnelle est proposée. Le jeune doit remplir son blason en indiquant ses qualités, ses défauts, ses souhaits...





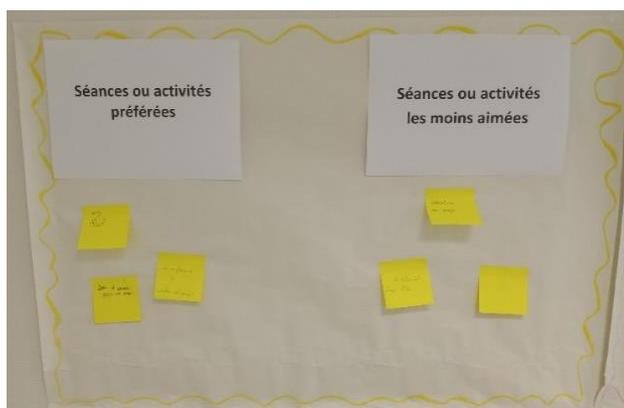
Restitution d'un groupe sur la situation du déménagement d'un jeune dans une nouvelle ville

**Séance 9 : Clôture du projet**  
**Animation par Tab'agir et Association Addictions France**

*Faire le bilan du programme avec les jeunes.*

Pour terminer le projet, une dernière activité de cohésion de groupe est réalisée. Il était prévu le jeu du Loup-garou (minimum 8 joueurs). Au vu des effectifs restreints de jeunes présents, cela n'a pas été possible de le mettre en place.

En remplacement, l'activité de la tour de Fröbel a été faite (voir photo à droite). Chaque jeune a des ficelles dans les mains qui sont reliées à un plateau sur lequel se situe un crochet. Le but est d'empiler des cubes de bois à l'aide du crochet. Cet exercice demande de la coopération, de la communication et de l'habileté.

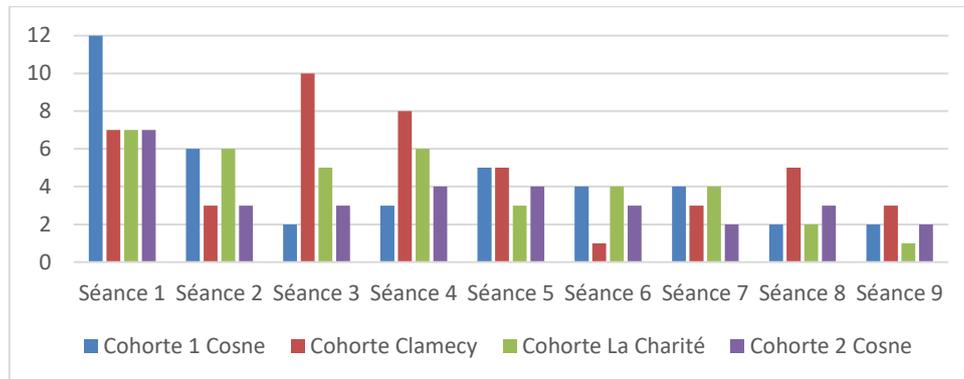


Ensuite, un bilan est réalisé à l'aide de post-it (voir photo ci-dessous), puis les réponses sont lues par les animatrices et les jeunes peuvent expliquer leurs réponses.

Pour conclure le projet de façon conviviale, un goûter a été offert aux jeunes.

### 3. Évaluation du projet

#### a) Nombre de jeunes présents aux séances



Graphique n°1 : Représentation du nombre de jeunes présents lors des séances Check ta santé dans les 4 cohortes

#### A noter :

*Cohorte 1 de Cosne* : Pour la 1<sup>ère</sup> séance, 2 cohortes ont été regroupées ensemble expliquant le nombre important de jeunes. A la 2<sup>e</sup> séance, des jeunes étaient en stage ou avaient quitté la Garantie Jeunes, le nombre de présents était de 6.

*Cohorte de Clamecy* : A la 3<sup>e</sup> séance, de nouveaux jeunes ont été inclus dans le groupe Check ta santé pour réimpulser une dynamique.

On observe que le nombre de jeunes diminue au fil des séances. Plusieurs explications à cela : certains jeunes étaient en stage/formation/emploi, d'autres étaient absents pour des motifs justifiés (maladie, déménagement, rendez-vous administratifs) ou non. Le problème du nombre de personnes limité dans la salle pour 3 cohortes a également été un frein puisqu'il a fallu « sélectionner » les jeunes à convoquer.

A titre informatif, 19 jeunes ont participé entre 4 à 8 séances. Sur ces 19 personnes, 9 ont eu une réinsertion professionnelle à la fin du projet Check ta santé (6 en emploi, 2 en formation et 1 en stage).

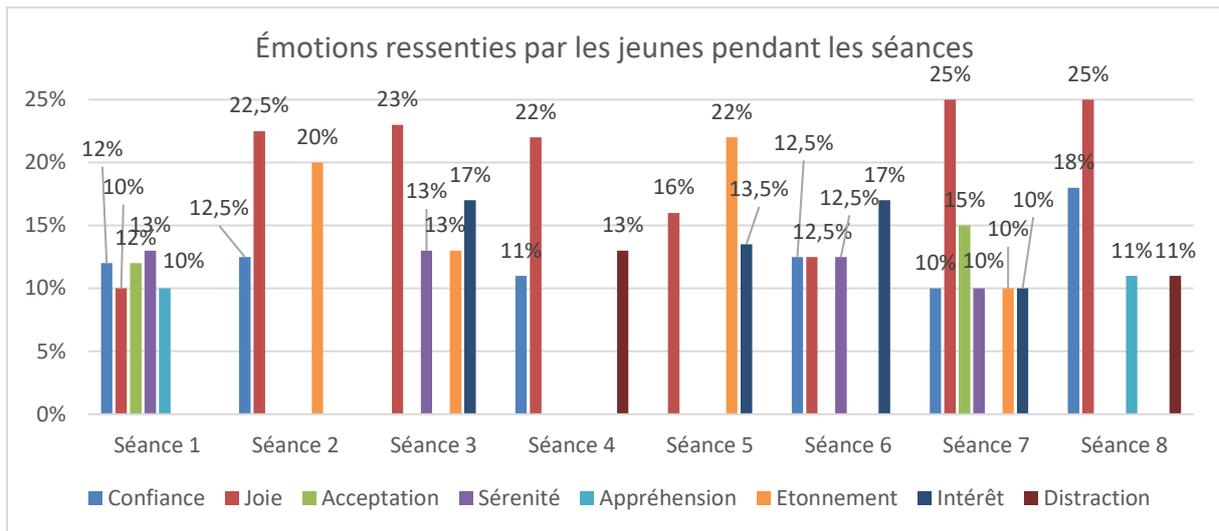
#### b) Questionnaire de satisfaction de fin de séance à destination des jeunes

Le projet étant expérimental, à l'issue des 8 premières séances, un questionnaire de satisfaction est remis aux jeunes pour connaître leur avis.

Ci-dessous les réponses des jeunes. A noter que les questionnaires des séances 6 et 7 de la cohorte 1 de Cosne n'ont pas été pris en compte dans l'étude (perte lors de la sauvegarde).

##### 1. Quelle(s) émotion(s) as-tu ressentie(s) pendant cette séance ? (3 réponses maximum)

Afin de faciliter la lecture du graphique, les réponses des 4 cohortes ont été regroupées et seulement les 3 émotions les plus citées ont été prises en compte.



Graphique n°2 : Représentation des émotions ressenties par les jeunes lors des séances Check ta santé

D'après le graphique, on observe qu'une émotion a été ressentie par les jeunes au cours de toutes les séances, il s'agit de la joie (entre 10% à 25% des répondants).

On observe également que les émotions les plus citées sont plutôt agréables (confiance, joie, acceptation, sérénité, intérêt).

On note que les séances qui ont étonné les jeunes sont la 2, 3, 5 et 7 qui avaient toutes pour thématique les conduites addictives.

## 2. Quelles sont les idées fortes que tu as retenues de cette séance ?

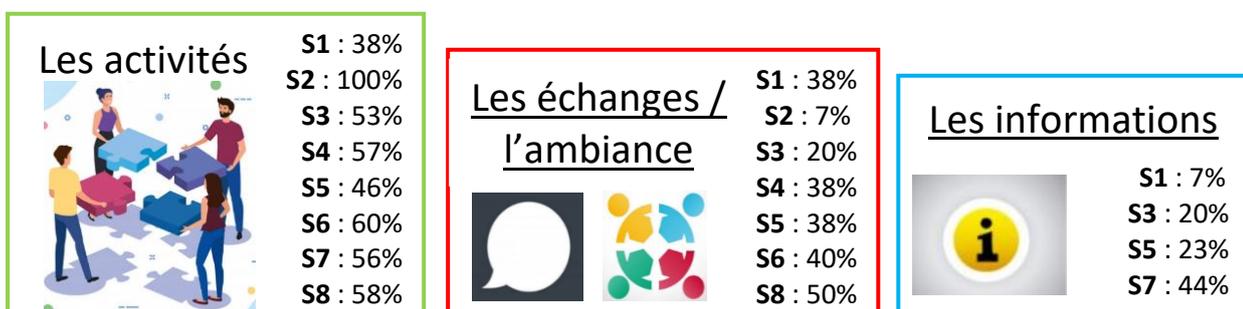
93 jeunes ont répondu à la question. Les réponses des 4 cohortes sont mises en commun pour faciliter la lecture. Seules les idées énoncées majoritairement sont indiquées ci-dessous.

<p><b>Séance 1</b> Informations sur les addictions Appris à connaître les autres</p>	<p><b>Séance 2</b> Chiffres sur les conduites addictives Communication</p>	<p><b>Séance 3</b> Informations sur l'alcool (effets, risques...)</p>	<p><b>Séance 4</b> Groupe : besoin de communication, entraide, rester soi-même</p>
<p><b>Séance 5</b> Informations sur le tabac et cannabis (substances, dangerosité, conséquences...)</p>	<p><b>Séance 6</b> Confiance en soi (influencée par les autres négativement ou positivement)</p>	<p><b>Séance 7</b> Informations sur les drogues (dangereux, rend accro, effets...)</p>	<p><b>Séance 8</b> Émotions (savoir les reconnaître, les maîtriser)</p>

D'après l'infographie, on observe que les jeunes ont bien compris et retenu les objectifs des séances.

## 3. Qu'as-tu aimé dans cette séance ?

119 réponses ont été reçues à cette question pour les 4 cohortes. Les réponses des cohortes ont été mises en commun et regroupées par catégorie afin de faciliter la lecture. L'infographie ci-dessous reprend les 3 réponses les plus données.



#### 4. Selon toi, qu'est-ce qui pourrait être amélioré dans cette séance ?

	Cohorte 1 Cosne	Cohorte Clamecy	Cohorte La Charité	Cohorte 2 Cosne
<b>Séance 1</b>	Sur 12 présents : atelier plus ludique (n=3) en ajoutant pour un « manque d'intérêt » et un autre « pas d'atelier de groupe », la concentration de tous (n=1), avoir une pause (n=1)	Plus de participation (n=2), des activités qui font plus réfléchir (n=1)		Parler chacun son tour (n=1)
<b>Séance 2</b>		La connexion internet (n=2)		
<b>Séance 3</b>	Plus de jeux (n=1)	Plus de Kahoot (n=1), rajouter des vidéos (n=1), intervention plus longue (n=1)		
<b>Séance 4</b>	Sur 3 présents : plus de jeux (n=1), que je parle plus (n=1), être plus nombreux (n=1)	Faire travailler plus la cohésion de groupe (n=1)		
<b>Séance 5</b>				
<b>Séance 6</b>		Une séance de sophrologie au début (n=1)		Moins parler de moi (n=1)
<b>Séance 7</b>		Rencontrer quelqu'un qui a vécu ces expériences (n=1), plus de prévention (n=1),		
<b>Séance 8</b>		Exercice de respiration et conseils pour apprendre à gérer ses émotions (n=1)		
<b>Séance 9</b>				

 : Aucune amélioration nécessaire selon les jeunes

On note que les séances 2 (connexion internet indépendante du projet), 5 et 9 ne nécessitent pas de changement selon les jeunes.

Concernant la séance 1, elle a reçu de nombreuses remarques de la part de la cohorte 1 de Cosne qui souhaitait un atelier plus ludique. Comme indiqué précédemment, une activité a été changée afin de mieux répondre aux attentes des jeunes.

#### c) Questionnaires d'évaluation des compétences psychosociales à destination des jeunes

Un questionnaire sur les compétences psychosociales a été distribué aux jeunes avant le projet « Check ta santé » et après (voir annexes) afin d'observer d'éventuelles évolutions. Voici la répartition des retours :

	Général	Femmes	Hommes
Avant	38	20	18
Après	8	5	3

On remarque que 38 jeunes ont répondu en amont et 8 en aval du projet. Statistiquement, il manque 80% de retour. Nous ne pouvons donc pas analyser les questionnaires CPS car le nombre de répondants est trop différent avant et après.

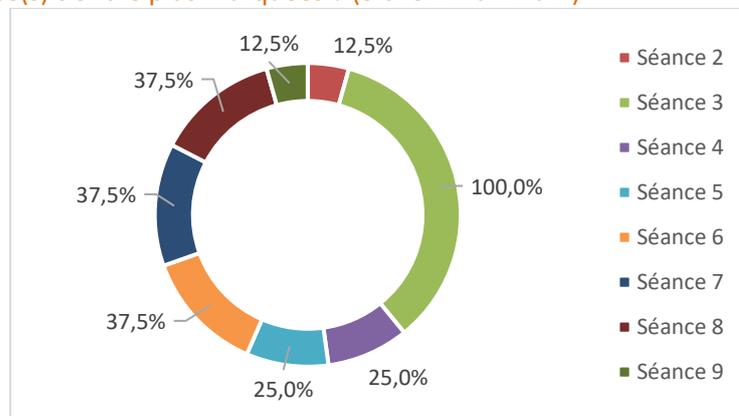
On peut toutefois réaliser une évaluation subjective de l'évolution des comportements des jeunes. Les animatrices ont noté des évolutions positives chez certains jeunes au fil des séances notamment au niveau de la prise de parole en groupe, de l'assurance et de la confiance en soi ainsi que sur la gestion du stress.

#### d) Questionnaire de satisfaction fin de projet à destination des jeunes

Un questionnaire de satisfaction est renseigné après le questionnaire sur les compétences psychosociales à la fin de la dernière séance. Ce dernier a pour but de recueillir l'avis des jeunes et d'apporter des modifications au projet si nécessaire.

8 jeunes ont répondu à ce questionnaire.

##### 1. Quelle(s) séance(s) t'ont le plus marquée(s) ? (3 choix maximum)



Graphique n°3 : Représentation des séances préférées par les jeunes des 4 cohortes de la Mission Locale

Les séances qui ont le plus marquées les jeunes sont la **séance 3 sur l'alcool** avec un taux de **100%**, la **séance 6 sur la confiance et l'estime de soi**, la **7 sur les drogues illicites et médicaments psychotropes** et **8 sur la gestion des émotions** avec chacune un taux de **37,5% (n=3)**. A noter, toutes les séances ont été citées au moins une fois sauf la séance 1.

##### 2. Parmi ce que tu as appris, que pourrais-tu réutiliser dans ton quotidien par la suite ?

Ci-dessous les réponses données par les 8 jeunes : plus la phrase est écrite en gros caractères, plus le nombre d'élèves l'ayant indiqué est élevé.

 <p><b>Gestion du stress et des émotions</b></p> <p>De faire attention aux autres</p>	 <p><b>Confiance/estime de soi</b></p>
 <p><b>Sociabilité, respect d'autrui</b></p> <p><b>Cohésion de groupe</b></p> <p>La clé du travail d'équipe : la communication</p>	<p><b>Effets de certaines substances</b></p> <p><b>Structures d'aide pour les addictions si un proche a besoin</b></p> 

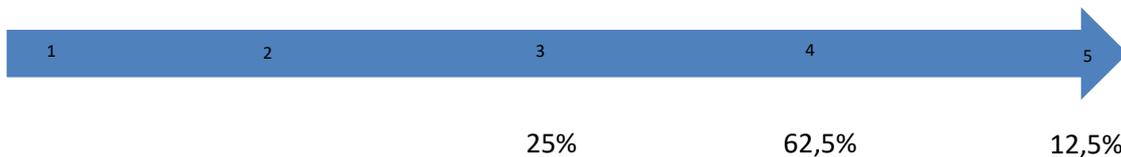
2 jeunes ont indiqué qu'ils réutiliseraient les éléments vus lors de la séance sur la gestion du stress et des émotions. Pour les autres propositions, elles concernent le travail en groupe, la confiance en soi et les conduites addictives. Elles ont chacune été citées par un jeune.

### 3. Par rapport au début des séances, vois-tu les choses différemment ?

62,5% soit 5 jeunes ont répondu qu'ils voyaient les choses différemment par rapport au début des séances. 4 ont justifié en expliquant que leur vision a changé par rapport :

- Au travail en groupe. Les jeunes ont indiqué que **Check ta santé leur avait permis de s'inclure dans un groupe**, ce qui n'était pas le cas avant. Il a également permis de faire la connaissance de nouvelles personnes.
- A la prise de parole,
- A la gestion des émotions.

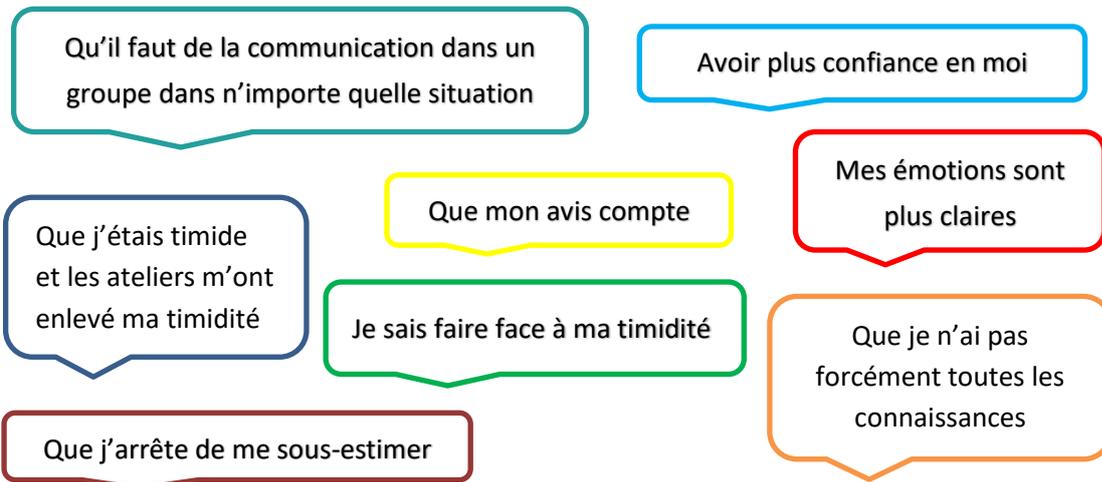
### 4. Quel niveau de connaissances pense-tu avoir aujourd'hui sur les addictions ? (de 1 = peu de connaissances à 5 = beaucoup de connaissances)



62,5% des jeunes estiment avoir un niveau de connaissances sur les addictions de 4 sur une échelle de 5.

### 5. Qu'as-tu appris sur toi-même tout au long de Check ta santé ?

Voici les verbatims laissés par les 8 jeunes :



### 6. Selon toi, qu'est-ce qui pourrait être amélioré dans le projet Check ta santé ?

2 jeunes souhaiteraient que davantage de travail en autonomie soit proposé.

## e) Questionnaire de satisfaction fin de projet à destination des référents

Un questionnaire de satisfaction a été renseigné par les 2 référents de la Mission Locale afin d'avoir un retour sur le projet.

### 1. Le groupe de jeunes ayant participé au projet

Selon les référents, le projet a apporté aux jeunes « *une meilleure considération* », « *un lieu d'échange et de neutralité* », « *un temps de rencontre* », « *une meilleure connaissance des addictions* » et « *une meilleure prise en compte des problématiques d'addictions et de la santé en général* ».

Des changements ont été observés chez certains jeunes notamment dans la relation avec les intervenantes et les conseillères : « *une facilité à évoquer des problématiques avec leur conseillère, intervenants...* » « *on remarque que l'écoute et le sentiment de considération est très important. Lien de confiance avec les intervenants. Les ateliers étaient source de convivialité* ».

La difficulté de conserver le public sur toute la durée du projet a été évoquée, comme l'illustre ce verbatim : « *problématique de l'assiduité du public sur tous les ateliers* ».

### 2. Le projet Check ta santé

Les points positifs mis en avant par les référents sont les suivants : « *séances ludiques, dynamiques. Objectifs clairs. Informations importantes et qui font sens dans le parcours d'insertion du jeune* », « *Les séances étaient adaptées au public, diversité des activités proposées et des informations apportées qui ont tout leur sens dans le parcours du jeune* ».

Un seul point à améliorer a été évoqué, il concerne la durée du projet : « *temporalité des séances* », « *le projet doit être moins long afin de permettre aux jeunes de s'impliquer du début à la fin* ».

Concernant l'animation par Tab'agir et Association Addictions France, les retours sont également positifs : « *Animation sérieuse, partenaire à l'écoute et disponible et compréhensif au vu des changements organisationnels réguliers subis à cause du Covid* », « *Animation de qualité et partenaires à l'écoute et adaptables aux changements de dernière minute* ».

De manière générale, l'avis des référents est également positif : « *Thématique très importante à aborder avec les jeunes et l'approche par les compétences psychosociales est intéressante, les jeunes adhèrent et ne sont pas statiques pendant les séances* », « *Projet de qualité et intéressant à intégrer dans le parcours d'insertion du jeune. Les jeunes sont actifs durant les séances. Cependant, la durée doit être revue afin de pouvoir faire bénéficier de la totalité des ateliers à tous les jeunes engagés* ».

Les référents souhaitent renouveler le projet l'année prochaine.

## 4. Bilan global

- Points positifs :
  - L'investissement des référentes qui a permis le bon déroulement du projet. Leur présence lors de chaque séance,
  - L'évolution de certains jeunes notamment dans la prise de parole, les relations avec les autres...,
  - Le relai dans la presse locale avec la parution de plusieurs articles,
  - Le souhait de renouveler le projet l'an prochain.
  
- Points à améliorer :
  - Le contexte dû à la crise sanitaire a énormément compliqué la mise en place du projet : réalisation des séances à distance avec des problèmes de connexion internet chez les jeunes, report puis reprogrammation de nombreuses séances, possibilité de réunir au maximum 6 jeunes dans la salle pour 3 cohortes,
  - La diminution du nombre de jeunes présents : le public est difficile à tenir sur le long terme et l'objectif principal de la Garantie jeune étant la réinsertion, certains jeunes étaient absents pour formation, stage ou emploi. Le fait de ne pouvoir convoquer que 6 jeunes a également été un frein. On peut supposer que la fréquence des séances (1 par mois) a aussi joué en défaveur de la participation tout au long du projet.

## 5. Conclusion

Encore une fois, la crise sanitaire a compliqué la mise en place de ce projet en partenariat avec la Mission Locale Bourgogne Nivernaise. Il a fallu beaucoup d'adaptations mais le projet a pu être maintenu auprès de l'ensemble des 4 cohortes Garantie Jeunes.

Le bilan de cette première année d'expérimentation est positif pour les jeunes comme pour la Mission Locale.

L'association Tab'agir remercie l'équipe de la Mission Locale Bourgogne Nivernaise et plus particulièrement Mme DUHAMEL pour son engagement ainsi que Mme ADELARD, Mme MEYER et Mme MOELIKU pour leur investissement dans le projet.

**Bravo et merci à tous pour la réalisation de ce beau projet !**

Pour l'an prochain, la Mission Locale Bourgogne Nivernaise souhaite de nouveau mettre en place ce projet auprès des Garanties Jeunes. Association Addictions France souhaite également continuer d'animer les séances.

Le projet débutera en septembre 2021. Il sera modifié suite aux retours de cette expérimentation. La fréquence va être revue. Afin de garder la mobilisation des jeunes, un essai sera réalisé avec 2 fréquences : une séances toutes les semaines ou une séance toutes les 2 semaines, ainsi le projet durera entre 2 mois ½ et 4 mois ½.

Tab'agir remercie également :

- L'Agence Régionale de Santé Bourgogne Franche Comté, financeur du projet,
- L'Association Addictions France, co-constructeur du projet.

## 6. Annexes

### a) Questionnaire à destination des jeunes

**Annexe 1** : Questionnaire diagnostique comprenant une évaluation des CPS (avant le projet)

**Annexe 2** : Questionnaire de satisfaction (après chaque séance)

**Annexe 3** : Questionnaire de satisfaction comprenant une évaluation des CPS (à la fin du projet)

### b) Articles de presse

**Annexe 4** : article de presse paru dans le Régional de Cosne le 03 mars 2021

**Annexe 5** : article de presse paru dans le Journal du Centre le 05 mars 2021

**Annexe 6** : article de presse paru dans l'Yonne Républicaine le 05 mars 2021

**Annexe 7** : article de presse paru dans le Journal du Centre le 11 mars 2021

**Annexe 8** : article de presse paru dans le Journal du Centre le 26 juin 2021

**Annexe 9** : article de presse paru dans le Journal du Centre le 30 juin 2021

## Annexe 1 : Questionnaire diagnostique (avant le projet)



### Questionnaire Jeune « Check ta santé » (diagnostic)

Ce questionnaire est **anonyme** !

Q1 – Qu'aimerais-tu apprendre lors de ce programme ?

.....  
 .....  
 .....  
 .....

Q2 – Quel niveau de connaissance penses-tu avoir sur les addictions ?

Peu de connaissance      1      2      3      4      5      Beaucoup de connaissances  
                       

Q3 – Te sens-tu concerné par les addictions ?

Oui       Non       Ne souhaite pas répondre

Si oui, pourquoi ?

.....  
 .....  
 .....  
 .....

Suite →

Les compétences psychosociales

Coche la réponse qui te correspond le mieux :

	Oui tout à fait	Plutôt oui	Plutôt non	Non pas du tout
1) Lorsque je rencontre un problème avec un(e) ami(e), je lui en parle				
2) Quand je prends des décisions, je réfléchis aux avantages et aux inconvénients				
3) Quand je lis une information sur internet, j'essaie de vérifier si elle est vraie				
4) Lorsque je discute avec un(e) ami(e), je dis vraiment ce que je pense				
5) Je sais travailler en groupe, même avec des camarades que je ne connais pas très bien				
6) Je sais reconnaître mes forces et mes limites face à une difficulté				
7) Je sais gérer mon stress quand une situation est compliquée				
8) Je sais contrôler ma colère quand une situation m'énerve				

Qui-es-tu ?

Sexe :  Homme       Femme

Âge : ..... ans

Merci pour ta participation !

## Annexe 2 : Questionnaire de satisfaction (après chaque séance)



### Questionnaire Jeune « Check ta santé »

Ce questionnaire est anonyme.

Questions sur la séance d'aujourd'hui

Q1 - Quelle(s) émotion(s) as-tu ressentie(s) pendant cette séance ? (Entoure 1 à 3 réponses maximum)



Acceptation  
 Adoration  
 Appéhension  
 Anticipation  
 Aversion  
 Attirance  
 Chagrin  
 Colère  
 Confiance  
 Contrariété  
 Dégoût  
 Distraction  
 Ennui  
 Etonnement  
 Extase  
 Intérêt  
 Joie  
 Peur  
 Rage  
 Sérénité  
 Songerie  
 Surprise  
 Terreur  
 Tristesse  
 Vigilance

Suite →

Q2 - Quelles sont les idées fortes que tu as retenues de cette séance ?

.....  
 .....  
 .....  
 .....

Q3 - Qu'as-tu aimé dans cette séance ?

.....  
 .....  
 .....  
 .....

Q4 - Selon toi, qu'est-ce qui pourrait être amélioré dans cette séance ?

.....  
 .....  
 .....  
 .....

Qui-es-tu ?

Sexe :  Homme       Femme

Âge : ..... ans

Merci pour ta participation !

## Annexe 3 : Questionnaire de satisfaction comprenant une évaluation des CPS (à la fin du projet)



### Questionnaire Jeune « Check ta santé » (fin de projet)

Ce questionnaire est **anonyme**.

#### 1<sup>ère</sup> partie : les compétences psychosociales

Coche la réponse qui te correspond le mieux :

	 Oui tout à fait	 Plutôt oui	 Plutôt non	 Non pas du tout
1) Lorsque je rencontre un problème avec un(e) ami(e), je lui en parle				
2) Quand je prends des décisions, je réfléchis aux avantages et aux inconvénients				
3) Quand je lis une information sur internet, j'essaie de vérifier si elle est vraie				
4) Lorsque je discute avec un(e) ami(e), je dis vraiment ce que je pense				
5) Je sais travailler en groupe, même avec des camarades que je ne connais pas très bien				
6) Je sais reconnaître mes forces et mes limites face à une difficulté				
7) Je sais gérer mon stress quand une situation est compliquée				
8) Je sais contrôler ma colère quand une situation m'énerve				

#### 2<sup>e</sup> partie : questions sur l'ensemble des séances « Check ta santé »

1 – Quelle(s) séance(s)-t'ont le plus marquée(s) ? (Entoure 3 choix maximum)



Séances  
"Check ta  
santé"

2 – Parmi ce que tu as appris, que pourrais-tu réutiliser dans ton quotidien par la suite ?

.....  
 .....  
 .....

3 -Par rapport au début des séances, vois-tu les choses différemment ?

Oui     Non

Si oui, par rapport à quoi ?

.....  
 .....  
 .....



4 – Quel niveau de connaissance penses-tu avoir aujourd'hui sur les addictions ?

1    2    3    4    5  
 Peu de connaissance                        Beaucoup de connaissances

5 – Qu'as-tu appris sur toi-même tout au long de « Check ta santé » ?

.....  
 .....  
 .....

6 – Selon toi, qu'est-ce qui pourrait être amélioré dans « Check ta santé » ?

.....  
 .....  
 .....

Qui-es-tu ?

Sexe :     Homme     Femme

Âge : ..... ans

Merci pour ta participation !

**Annexe 4 : « Check ta santé, pour aider les jeunes » paru dans le Régional de Cosne le 03 mars 2021**

**Mission locale Bourgogne Nivernaise**

# Check ta santé, pour aider les jeunes

Un nouveau projet porté par l'association Tab'agir et co-construit avec l'Association Addictions France 58 (anciennement ANPAA) a été lancé en partenariat avec la Mission locale Bourgogne Nivernaise.

Intitulé Check ta santé, ce projet est à destination des jeunes inscrits au dispositif Garantie Jeunes de la Mission locale. Il est basé sur la prévention des conduites addictives et le renforcement des compétences psychosociales. Il se déroule en 9 séances, à raison d'une séance par mois, et qui ont lieu à La Charité-sur-Loire.

### Qu'est-ce que la notion de groupe ?

L'une d'elles vient d'être animée par Chloé Rondeau, chargée de projets prévention 58 de l'association Tab'agir. Dans ce module, il s'agissait de tra-



Bâton d'hélium, pas aussi facile que cela en a l'air !

vailler sur la notion de groupe. Un exemple concret est mis en pratique dès le début de la rencontre. Les sept participants sont invités à un jeu d'apparence : le bâton d'hélium. Par trois, les jeunes doivent soutenir une fine baguette avec seulement un doigt de chaque main.

Ensemble, il faut ensuite faire descendre et remonter le petit bâton, sans le faire tomber. Les participants s'y sont attelés avec sourire et commentaires. Un bon support pour appréhender ce concept du groupe sur lequel l'intervenante avait d'abord interrogé ces jeunes de 16 à 25 ans. Qu'est-

ce qu'un groupe ? Qu'est-ce que vous attendez d'un groupe ? Le but ? Avec un questionnement qui sous-tend cette notion : est-on obligé d'entrer dans un groupe.

### « C'est important d'être accompagnée pour trouver sa voie »

Cette séance a été l'une des 9 séances proposées. Une autre a abordé la notion de représentation, ce qui est de fait perçu, les idées reçues. Tout un cheminement à faire pour ces jeunes. Une troisième s'est intéressée aux addictions : drogues, alcools, influences, etc. Tout un parcours qui est apprécié, telle Shéryline Sanchez, de Varennes-lès-Narcy qui vient de passer le BAFA : « Cela devient plus concret pour moi. C'est important d'être accompagnée pour trouver sa voie. Et c'est bien pour apprendre à se connaître et vivre en collectivité. »

**Annexe 5 : « Une santé à contrôler » paru dans le Journal du Centre le 05 mars 2021**

## Une santé à contrôler



**CLAMECY** ■ Afin de toucher des jeunes en insertion professionnelle, Tab'agir a monté le programme "Check Ta Santé" à destination des missions locales. Récemment, à la Maison de la Formation et du Développement, Chloé Rondeau, chargée de projets prévention, a réuni une demi-douzaine de jeunes issus de la Mission locale Bourgogne Nivernaise. Se basant sur les principes d'un autre programme, Unplugged, il vise à prévenir des conduites addictives tout en renforçant les compétences psychosociales des jeunes. « Les jeunes apprennent ou entretiennent leurs compétences, à savoir prendre des décisions, gérer un conflit, avoir une pensée critique et créative, savoir gérer leurs émotions et leur stress ou encore avoir conscience de soi », a expliqué Chloé Rondeau. Tout cela le plus souvent possible en mode ludique, avec des questions spéciales tabac autour d'un Trivial Pursuit. (Photo Pierre Brérard)

## Annexe 6 : « Une santé à contrôler » paru dans l'Yonne Républicaine le 05 mars 2021

### Une santé à contrôler

clamecy Afin de toucher des jeunes en insertion professionnelle, Tab'agir a monté le programme « Check Ta Santé » à destination des missions locales. Récemment, à la Maison de la formation et du développement, Chloë Rondeau, chargée de projets prévention, a réuni une demi-douzaine de jeunes issus de la Mission locale Bourgogne Nivernaise. « Les jeunes apprennent ou entretiennent leurs compétences, à savoir prendre des décisions, gérer un conflit, avoir une pensée critique et créative, savoir gérer leurs émotions et leur stress ou encore avoir conscience de soi », a expliqué Chloë Rondeau. Tout cela le plus souvent possible en mode ludique, avec des questions spéciales tabac autour d'un Trivial Pursuit. ( Photo Pierre Brérard )

## Annexe 7 : « Check ta santé, un projet pour aider les jeunes » paru dans le Journal du Centre le 11 mars 2021

### Check ta santé, un projet pour aider les jeunes



Rien de mieux que l'expérimentation pour comprendre. © Droits réservés

Tab'agir et l'Association Addictions France 58 (ex-ANPAA) ont lancé, en partenariat avec la Mission locale Bourgogne Nivernaise, un projet : Check ta santé.

Basé sur la prévention des conduites addictives et le renforcement des compétences psychosociales (CPS), le projet Check ta santé s'adresse à des jeunes inscrits au dispositif Garantie Jeunes de la Mission locale.

Se déroulant en neuf séances d'une heure trente, à raison d'une séance par mois, ce dispositif a été mis en place dans la cité et se déroule à la Mission locale de la ville, rue Antoine-Amiot.

Chacune de ces neuf rencontres se tient autour de thèmes et de problématiques étudiés variés. Ainsi, l'une d'elle a-t-elle abordé un sujet souvent au cœur des interrogations de ces jeunes : la notion de groupe. Comment en faire partie et s'intégrer, comment fonctionne un groupe, des notions pas forcément évidentes lorsque l'on a encore trop peu d'expérience dans la vie. Encore plus important sans doute avec les difficultés actuelles liées à la pandémie où l'on parle plus de distanciations sociales que de vie de groupe et où les moments festifs entre amis sont plutôt compliqués.

#### Groupe

Des notions parfois complexes. Un exemple concret est mis en pratique dès le début pour aborder l'idée de cohérence. Les sept participants sont invités à un jeu d'apparence fort simple : le bâton d'hélium. Par trois, les jeunes doivent soutenir une fine baguette avec seulement un doigt de chaque main. Il s'agit ensuite de descendre et remonter ensemble sans faire tomber ce petit bâton, ce qui n'est pas si simple. Les participants s'y attellent avec le sourire et force commentaires.

Chloë Rondeau, chargée de projets prévention 58 de l'association Tab'agir, a animé ce module. Questionnement d'abord pour mieux cerner les interrogations des participants et avant tout les aider à saisir par eux-mêmes des notions essentielles, par exemple sur la nécessité ou non d'entrer dans un groupe.

Une séance s'est intéressée à un autre sujet sensible, celui des addictions : drogues, alcools, influences etc. Rejoignant, d'ailleurs, celui du groupe, car il est parfois aisé de se laisser entraîner sous l'influence du nombre.

Une autre rencontre a abordé la notion de représentation, ce qui est de fait perçu, les idées reçues. Là aussi, vaste programme. Et même si les deux premières séances ont dû se tenir à distance, pandémie et règles sanitaires obligent, c'est un parcours qui est plébiscité. « C'est important d'être accompagnée pour trouver sa voie dans la vie. Cela devient plus concret pour moi. Et c'est bien pour apprendre à se connaître et vivre en collectivité », témoigne Shéryline Sanchez, de Varennes-lès-Naroy, qui vient de passer le Bafa.

Un plus pour ces participants, ils ont la chance de bénéficier d'une première nationale dans la Nièvre avec Check ta santé.

**Annexe 8 : « Dernière séance pour l'opération « Check ta santé » » paru dans le Journal du Centre le 26 juin 2021**

## Dernière séance pour l'opération «Check ta santé»

**CLAMECY.** La neuvième et dernière de «Check ta santé» a eu lieu il y a quelques jours. Elle s'est déroulée en présence d'Océane Homage, animatrice prévention à l'association Addictions France et de Chloé Rondeau, chargée de projet Prévention 58. Pour cet ultime rendez-vous, trois jeunes étaient présents. Afin de maintenir la cohésion de groupe et de terminer le projet de manière ludique, l'activité intitulée tour de Fröbel a été réalisée. Chaque jeune a tenu une ou plusieurs ficelles reliées à un crochet, qui permet de soulever des quilles en bois. L'objectif est d'empiler l'ensemble des quilles. Cet exercice permet de développer, notamment, la coopération, la communication entre les personnes pour arriver à atteindre l'objectif, la gestion du stress, la confiance en soi. Les jeunes ont trouvé l'activité difficile, mais elle leur a plu car ils étaient ensemble. Le projet étant expérimental et mis en place pour la première fois auprès de quatre cohortes de la Mission Locale Bourgogne Nivernaise, une évaluation aura lieu cet été et des modifications seront apportées si nécessaire.



**Annexe 9 : « Un projet expérimental est mené à la Mission Locale » paru dans le Journal du Centre le 30 juin 2021**

**PRÉVENTION ■ Il est notamment basé sur la prévention des conduites addictives**

## Un projet expérimental est mené à la Mission locale

**Le projet porté par Tab'agir et co-construit avec l'association Addictions France 58 est lancé en partenariat avec la Mission locale Bourgogne Nivernaise.**

«Check ta santé» est un projet pour les jeunes inscrits au dispositif garantie jeunes de la Mission locale. Il comprend neuf séances d'une heure et demie à raison d'une séance mensuelle.

Ce projet est basé sur la prévention des conduites addictives et le renforcement des compétences psychosociales. Chloé Rondeau, chargée de mission de projets prévention 58 de l'association Tab'agir, et Isabelle Dommanget, animatrice prévention de l'association Addictions France, sont intervenues auprès des jeunes cosnois.

Il s'agissait de la neuvième et dernière séance, et le bilan de ces journées a été réalisé. Les objectifs étaient de prévenir les conduites addictives par le renforcement et le développement des compétences psychosociales, développer les habiletés de communication, d'affirmation et



**CHECK TA SANTÉ.** Les participants à cette journée au jeu de la tour de Fröbel avec Chloé Rondeau au premier plan.

de conciliation notamment grâce au jeu de la tour Fröbel, exercice qui consiste avec plusieurs participants à soulever des quilles en bois pour les empiler, simplement avec une ficelle reliée à un crochet, favoriser la confiance en soi, l'expression de soi et le respect des autres et enfin décrypter les attitudes positives et négatives à l'égard des produits, les influences du groupe, les croyances sur les produits et leurs effets. Ce projet totalement gratuit a été financé par l'ARS. ■