

Collège Paul Langevin **Fourchambault**



Bilan du projet

Année scolaire 2022- 2023

Réalisation du rapport par :
Charlotte HENRY- Chargée de projets prévention 58 Tab'agir

SOMMAIRE

INTRODUCTION	1
1. PRÉSENTATION DU PROJET	2
2. LES ACTEURS DE CE PROJET	2
3. LES RESSOURCES POUR SA MISE EN PLACE.....	3
4. DÉROULÉ DU PROJET.....	3
5. PRÉSENTATION DES SÉANCES	4
SÉANCE 1 : L'ALCOOL : FACTEURS DE RISQUE ET PROTECTION	4
SÉANCE 2 : ET SI C'ÉTAIT FAUX ?	5
SÉANCE 3 : LE TABAC	6
SÉANCE 4 : EXPRIME TES ÉMOTIONS	7
SÉANCE 5 : LES ÉCRANS	8
SÉANCE 6 : LA CONFIANCE EN SOI : SAVOIR DIRE NON	9
6. ÉVALUATION DU PROJET	10
7. BILAN GLOBAL DU PROJET	11
CONCLUSION	12
ANNEXES.....	12

INTRODUCTION

Les consommations de tabac, d'alcool et de cannabis sont fréquentes chez les jeunes français. L'enquête EnCLASS¹, réalisée en 2018, montre une **baisse des consommations** par rapport à 2014.

En effet, **chez les collégiens**, l'expérimentation de **tabac** est passée de 27,8% en 2014 à 21,2% en 2018. Il en est de même pour la **première ivresse** qui est passée de 13,4% à 9,3%. Le constat est **identique pour l'expérimentation de cannabis** qui a reculé de 9,8% à 6,7% en 4 ans. Ainsi, les projets de prévention sont à poursuivre afin que ces chiffres diminuent davantage.

Cependant, on observe que l'expérimentation du tabac **augmente fortement** chaque année à partir de la classe 5e (+12 points / an), et ceux jusqu'en 2nd où cette augmentation décélère. Cette période semble donc être **charnière** dans la diffusion des produits comme le tabac, l'alcool et le cannabis.

En réponse à ces chiffres évoqués par l'étude EnClass, **la prévention des conduites addictives**, à travers le **renforcement des Compétences PsychoSociales** (CPS) en milieu scolaire et hors scolaire est **primordiale**. En effet, pour aider les jeunes à faire face à l'entrée dans les conduites addictives, le renforcement des CPS est préconisé par le **référentiel national « Les compétences psychosociales : un référentiel pour un déploiement auprès des enfants et des jeunes »**². Les actions menées doivent, autant que faire se peut, s'inscrire dans le programme des établissements concernés.

Enfin, la France a été touchée depuis 2020 par une crise inédite liée à la pandémie de Covid-19 qui a provoqué un bouleversement notamment des comportements de santé. Il est donc plus que nécessaire de renforcer ce travail de prévention des conduites addictives auprès du jeune public.

¹ « Enquête nationale en Collège et en Lycée chez les Adolescents sur la Santé et les Substances ». Tendance n°132 OFDT juin 2019. Enquête réalisée en 2018 auprès de 20 000 collégiens et lycéens âgés de 11 à 18 ans.

² « Les compétences psychosociales : un référentiel pour un déploiement auprès des enfants et des jeunes ». État de connaissances Santé publique France février 2022. Synthèse de l'état des connaissances scientifiques et théoriques réalisé en 2021.

1. PRÉSENTATION DU PROJET

CaP'Santé est un projet de prévention des conduites addictives qui s'étend sur une année scolaire et s'inspirant du programme « Unplugged³ ». Il est à destination des collégiens de 6^e et 5^e et des jeunes en structures : Maison Familiale Rurale (MFR), Aide Sociale à l'Enfance (ASE), École de la 2^e Chance (E2C) etc.

Ce projet se compose de 6 séances d'1h (ou 1h30 selon le public) à raison d'une séance par semaine et rentre dans le projet éducatif des jeunes. L'ensemble des interventions est basé sur le **développement et le renforcement des CPS dont 3 sur la prévention des conduites addictives** (tabac, alcool et écrans).

Les séances peuvent être coanimées par la chargée de projets prévention Tab'agir et un référent de la structure. Les jeunes disposent d'un livret à consulter et à compléter au fur et à mesure des séances. Il a été créé par les chargées de projets Tab'agir en s'appuyant sur le livret du programme Unplugged.

Les objectifs du projet sont les suivants :

Objectif général :

- Prévenir l'entrée dans les conduites addictives par le renforcement et le développement des CPS.

Objectifs spécifiques :

- Renforcer la dynamique de groupe,
- Favoriser la confiance en soi, l'expression de soi et le respect des autres,
- Décrypter les attitudes positives et négatives à l'égard des conduites addictives, les influences et attentes du groupe, les croyances sur les conduites addictives et leurs effets,
- Développer les habiletés de communication, d'affirmation, de conciliation.

2. LES ACTEURS DE CE PROJET

L'association Tab'agir :

La personne référente de ce projet est Mme HENRY, chargée de projets prévention 58. Mme HADDAD, coordinatrice régionale et responsable prévention 58/89, accompagne et supervise le projet. Mme AMELOT, directrice de l'association, suit et valide l'avancée des actions.

Le collège Paul Langevin :

Il n'y a pas eu de co-animation cette année. A noter toutefois le soutien de Mme JASON, principale adjointe, pour la mise en place du projet. Ainsi que l'accompagnement des professeurs durant les séances.

³ 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.

3. LES RESSOURCES POUR SA MISE EN PLACE

RESSOURCES FINANCIERES	Cette action est financée par l' Agence Régionale de Santé BFC .
RESSOURCES INTERNES	L'établissement a gracieusement mis à disposition : - Une salle pour chaque intervention, - Un ordinateur et autres matériels lorsque cela était nécessaire.
RESSOURCES HUMAINES	<u>Équipe Tab'agir</u> : Mme HENRY (Chargée de projets prévention 58). <u>Référent établissement</u> : Mme JASON (Principale adjointe)

Tableau n°1 : Ressources financières, matériels et humaines nécessaires pour le projet.

4. DÉROULÉ DU PROJET



Le projet est composé de 6 séances :

Séance 1 : L'alcool : facteurs de risque de protection
 Séance 2 : Et si c'était faux ?
 Séance 3 : Le tabac
 Séance 4 : Exprime tes émotions
 Séance 5 : Les écrans
 Séance 6 : La confiance en soi : savoir dire non

Les séances ont été construites avec la base commune suivante :

- Rappel de la séance précédente,
- Activité de mise en groupe/ cohésion de groupe,
- Activité principale et un débriefing de la séance, avec un temps pour remplir le livret.

5. PRÉSENTATION DES SÉANCES

Légendes :



OBJECTIFS



CONTENU



ACTIVITÉ PRINCIPALE

SÉANCE 1 : L'ALCOOL : FACTEURS DE RISQUE ET PROTECTION

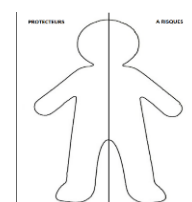


- Identifier les divers facteurs qui influencent la consommation d'alcool,
- Identifier les divers facteurs qui retardent l'expérimentation et/ou protègent des troubles liés à l'usage de l'alcool.



- ✓ Présentation de l'association Tab'agir et de la chargée de projets Tab'agir,
- ✓ Présentation brève de l'ensemble des séances du projet,
 - Activité de mise en groupe « les gommettes » : sans dire un mot, l'élève doit retrouver la couleur de la gommette collée dans son dos et forme un groupe de la même couleur,
- ✓ Activité « La silhouette »,
- ✓ Débriefing.

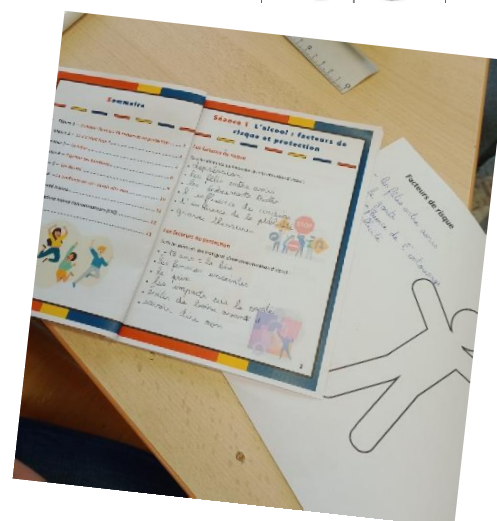
« La silhouette »



1^{er} temps : Répartir la classe en groupes de 5 élèves.

2^e temps : Chaque groupe reçoit une feuille A3 représentant une silhouette sur laquelle les élèves vont noter les facteurs influençant la consommation d'alcool. La feuille comporte les titres "facteurs à risques" (à gauche) et "facteurs protecteurs" (à droite).

- Ils disposent d'un temps pour trouver un maximum de facteurs à risques et de facteurs protecteurs différents, relatifs à la consommation d'alcool.
- Chaque groupe sélectionne les trois facteurs protecteurs et les trois facteurs à risques les plus importants pour eux, désigne un porte-parole qui exposera le poster au reste de la classe.



SÉANCE 2 : ET SI C'ÉTAIT FAUX ?



- Développer l'esprit critique des jeunes par rapport aux croyances et normes sociales,
- Expliquer aux jeunes l'impact des croyances sur les conduites addictives,
- Sensibiliser les jeunes à vérifier la validité d'une information.



- ✓ Activité « Les cercles » (rappel de la séance précédente) : les élèves sont divisés en 2 cercles (le 1^{er} cercle au centre du 2^e cercle), et chaque élève en face à face raconte ce dont il se souvient de la séance précédente. Le cercle tourne toutes les 30 secondes,
- ✓ Activité « Vérifie l'info »
- ✓ Débriefing



Activité « Vérifie l'info »

Séance 2 Et si c'était faux ?			
Les représentations sur les addictions			
	Tabac	Alcool	Cannabis
Expérimentation (1 fois dans sa vie)	Min 0% Max 100%	Min 0% Max 100%	Min 0% Max 100%
Ménus (plus de 10 fois)	Min 0% Max 100%	Min 0% Max 100%	Min 0% Max 100%
Régulier (plus de 10 fois)	Min 0% Max 100%	Min 0% Max 100%	Min 0% Max 100%
Ménus (plus de 10 fois)	Min 0% Max 100%	Min 0% Max 100%	Min 0% Max 100%

1^{er} temps :

Enoncer des phrases (lire un livre, jouer à la console...) et demander aux jeunes de se répartir, sous une affiche indiquant la fréquence qui leur correspond (tous les jours, au moins une fois par semaine, au moins une fois par mois, au moins une fois dans l'année, une fois dans sa vie, jamais).

2^e temps :

Demander aux jeunes de prendre leur livret élève et de compléter le tableau vierge : Sur 100 jeunes en France âgés de 13 à 16 ans combien fument tous les jours, une fois par mois, ont seulement expérimenté ? etc

3^e temps :

- Demander aux jeunes de se placer, selon les fréquences notées dans leur tableau, sous une affiche indiquant un pourcentage (0%, 20%, 40%, 60%, 80% et 100%),
- Une fois les jeunes placés sous leur affiche, l'animateur donne la bonne réponse.

4^e temps :

Les inviter à réfléchir ensemble :

- Quelles sont les raisons d'une surestimation de la consommation d'alcool, de tabac et de cannabis ?
- Donnez des exemples de ce qui influence leurs estimations.



SÉANCE 3 : LE TABAC



- Sensibiliser les jeunes quels sont les effets du tabagisme,
- Informer les jeunes que les effets réels sont parfois différents de ce qu'ils imaginent,
- Permettre aux jeunes d'exercer leur esprit critique vis-à-vis de la consommation de tabac.



- ✓ Activité « les post-it », les élèves écrivent ce dont ils se souviennent de la séance précédente sur les post-it et le colle ensuite au tableau,
- ✓ Activité de mise en groupe : Les jeunes se placent selon leur choix.
- ✓ Activité « Le tribunal »,
- ✓ Débriefing.



Activité « Le tribunal »

Contexte : les avocats des non-fumeurs attaquent l'industrie du tabac en justice.

Déroulement :

- Faire trois groupes :
 - Un groupe pour le rôle des avocats des non-fumeurs,
 - Un groupe pour le rôle des avocats de l'industrie du tabac,
 - Un groupe pour le rôle des juges.
- En compagnie d'un animateur, chaque groupe prépare des arguments pour défendre sa cause. Le groupe des juges doit construire une grille d'évaluation utilisée pour départager les deux groupes d'avocats.
- Chaque groupe expose ses arguments au groupe juge.
 - ⇒ L'animateur note tous les arguments au tableau
- Le groupe juge délibère et rend un verdict final.
- 2^e tour : les avocats inversent leur rôle et doivent cette fois-ci trouver 3 nouveaux arguments ou reprendre ceux déjà donnés et les développer. Les juges redélibèrent et donnent leur verdict.





- Développer le vocabulaire des émotions et des sentiments,
- Apprendre à les identifier,
- Savoir comment communiquer ses émotions,
- Distinguer la communication verbale et non verbale.
-
- ✓ Rappel de la séance précédente à l'aide d'un quizz sur la thématique du tabac,
- ✓ Activité de cohésion « Classement des émotions », chaque jeune reçoit une carte émotion et se classe de l'émotion la plus agréable à la plus désagréable en fonction des cartes de ses camarades,
- ✓ Activité « Mise en situation »,
- ✓ Débriefing sur les 2 activités.



Activité « Mise en situation »

1^{er} temps : Distribuer une carte émotion à chaque élève et prévenir de ne pas montrer cette dernière.

2^e temps : Diviser la classe en groupes de 2 personnes. Chacun son tour, l'un des deux élèves devra exprimer l'émotion qui figure sur son carton de quatre manières différentes. L'autre membre du tandem devra deviner quelle émotion figure sur la carte et l'annoncer à la fin des 4 étapes :

- En bougeant uniquement le visage,
- En faisant des gestes mais sans émettre aucun son,
- En émettant des sons uniquement,
- Avec des mots (expression verbale).

3^e temps : La photo de la joie

Invitez tous les élèves à mimer ensemble la même émotion : la joie. De cette manière, les élèves ayant mimé au préalable des émotions moins agréables pourront aussi expérimenter des émotions plus agréables.

4^e temps : Conseils pour mieux gérer ses émotions.

5^e temps : Activité de respiration.

Photo de la
joie

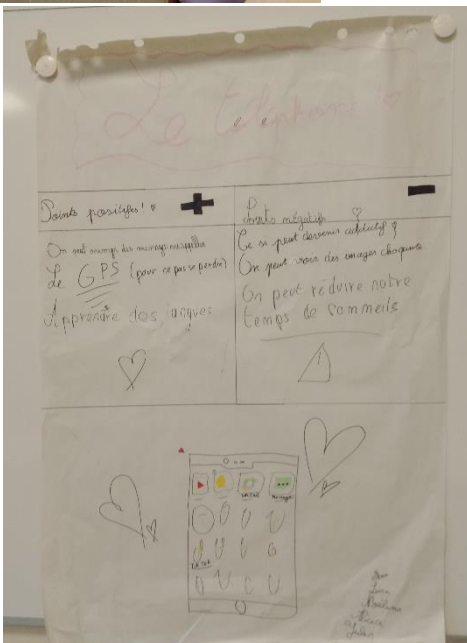
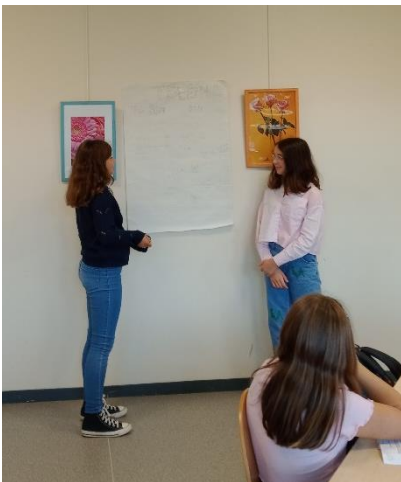




- Discuter autour des écrans et apprendre qu'il existe différents types d'usage des écrans,
- Développer une pensée critique et créative,
- Identifier que de multiples facteurs influencent ces usages et observer quels facteurs peuvent les protéger des troubles liés à l'usage.



- ✓ Activité « Météo des émotions » (rappel de la séance précédente), selon 3 modalités, les jeunes devaient exprimer leur émotion à cet instant,
- ✓ Activité de mise en groupe « les gommettes », chaque élève reçoit dans son dos une gommette de couleur et se place avec les camarades qui ont la même couleur. Cette activité se déroule en silence.
- ✓ Activité « Les écrans »,
- ✓ Débriefing.



Activité « Les écrans »

1^{er} temps : Brainstorming

Invitez les élèves à s'interroger sur les écrans en leur posant la question suivante et en l'écrivant sur le tableau « De quoi parle t'on quand on parle d'écrans ? »

2^e temps :

La classe est repartie en groupe selon l'activité « la salade de fruit ».

Chaque groupe choisit une des quatre ou cinq catégories d'usage des écrans vues en introduction et reçoit une affiche correspondante. Chaque type d'usage doit être traité par au moins un groupe. Demander aux groupes de réfléchir aux avantages et effets négatifs de l'utilisation des écrans et de représenter le fruit de leur réflexion sur l'affiche par le dessin, les mots, des expressions, des symboles...

Proposer leur d'accrocher leurs affiches sur le mur de la salle. Les affiches doivent être espacées dans toute la classe pour faciliter la deuxième partie de l'activité.

3^e temps : Les groupes se mélangent à nouveau afin de former une salade de fruit et passent les uns après les autres devant les affiches. L'élève qui aura participé à la conception de l'affiche devant laquelle se trouve son groupe devra décrire et expliquer cette affiche en quelques minutes.

SÉANCE 6 : LA CONFIANCE EN SOI : SAVOIR DIRE NON



- Identifier les circonstances selon lesquelles les élèves ont confiance en eux,
- Renforcer leur capacité à dire non,
- Développer le respect pour les droits et opinions d'autrui.



- ✓ Activité « 20 secondes », chaque jeune se promène dans la salle, s'arrête dès l'entente de la sonnerie et il dispose de 20 secondes pour dire de ce dont il se rappelle de la séance précédente,
- ✓ Temps d'échange sur la confiance en soi,
- ✓ Activité « La confiance en soi »
- ✓ Activité « Jeu de rôle »,
- ✓ Débriefing,
- ✓ Questionnaire fin de projet.



Activité « Les trois phrases confiance en soi »

Demander aux jeunes de noter sur 3 post-it de couleurs différentes la réponse aux 3 affirmations suivantes :

- Je suis capable de ...
- Je suis responsable de ...
- Je suis apprécié pour ...

Les post-it sont ensuite accrochés et classés au tableau.

Demander aux jeunes de recopier leurs affirmations sur leur livret élèves.



Activité « Savoir dire non »



1^{er} temps : Le stylo

Répartir les élèves en groupes de quatre. Dans chaque groupe, ils définissent les rôles : deux observateurs, un élève qui demande et un élève qui refuse.

L'élève qui demande devra obtenir un stylo de son binôme. L'autre élève doit refuser de lui prêter. Les observateurs notent l'attitude verbale et non verbale des deux personnes.

2^e temps : Le tabac

Cette fois-ci, il y aura : un observateur, deux élèves qui proposent et un élève qui refuse. L'objectif est de refuser sans argumenter.

3^e temps : Les jeux-vidéos

Cette fois-ci, il y aura uniquement une personne qui demande et une personne qui refuse. L'objectif est ici de refuser en suivant les 4 étapes de la technique de refus : ne pas argumenter, reformuler, exprimer ses émotions et regarder l'autre dans les yeux.

6. ÉVALUATION DU PROJET

Dans le but d'évaluer au mieux ce projet, un questionnaire bilan fin de projet à destination des jeunes a été élaboré. Il est distribué à la dernière séance afin d'évaluer la satisfaction globale des jeunes sur le projet. Au total, 126 jeunes ont répondu au questionnaire.

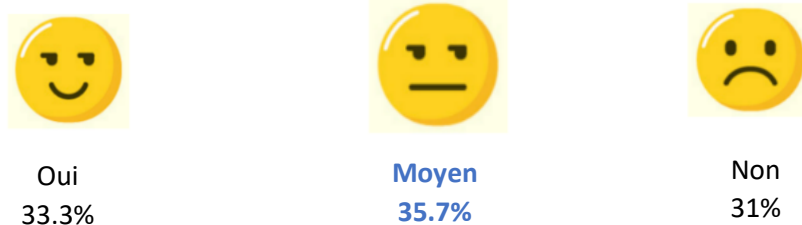
Le contenu de ce dernier est présent en annexe et les résultats sont exploités ci-dessous.

➡ Questionnaires bilan fin de projet CaP'Santé :

Illustration 1 : Quelle(s) séance(s) as-tu préféré(es) ?



Illustration 2 : Réutilises-tu dans ton quotidien des choses que tu as apprises pendant ce projet ?



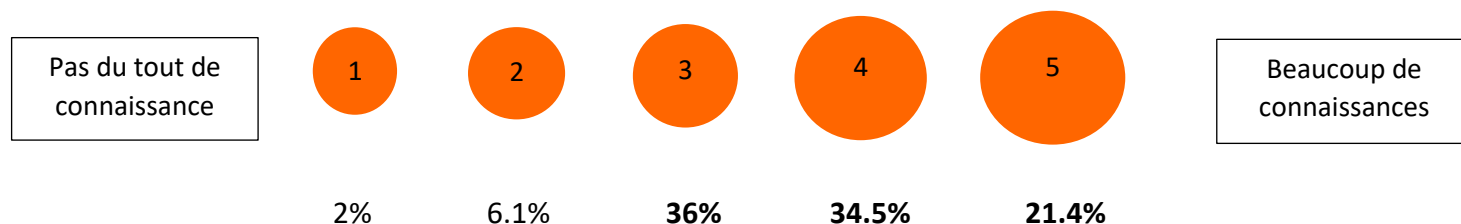
69% des élèves disent s'être approprié des éléments abordés au cours du projet dont 33,3% ayant choisi la mention « oui ». En parallèle, 31% des jeunes annoncent ne pas réutiliser les connaissances apprises dans leur quotidien.

Nuage de mots 1 : Si oui, lesquels ?

Un jeune a également notifié : « Quand mon papa fume, je m'éloigne alors qu'avant non. »



Illustration 3 : Quel niveau de connaissances penses-tu avoir aujourd'hui sur le tabac, l'alcool et le cannabis ?



7. BILAN GLOBAL DU PROJET

Points positifs du projet :

- L'investissement de la direction du collège,
- L'implication de l'ensemble des jeunes tout au long de l'action,
- Le respect du calendrier en fonction du planning élaboré en début de projet,
- Un fort intérêt de la direction afin de reconduire l'action.

CONCLUSION

Le projet s'achève et la totalité des séances programmées ont bien été assurées.

L'implication des jeunes ainsi que leur motivation a pu permettre de mener à bien ce projet. Comme soulevé dans l'analyse précédente, 69% d'entre eux se sont appropriés des éléments vus lors du projet dans leur quotidien et 92% pensent avoir des connaissances concernant l'alcool, le tabac et le cannabis.

Cette analyse du questionnaire de fin de projet permet de souligner un bilan positif de l'action.

L'implication de la direction a été un élément majeur dans le bon déroulement du projet.

Bravo et merci à toutes et à tous pour cette belle aventure !

Tab'agir remercie également son financeur qui est l'Agence Régionale de Santé Bourgogne Franche-Comté.

ANNEXES

Annexe n°1 : Questionnaire bilan fin de projet à destination des jeunes.

Annexe n°2 : Communiqué de presse destiné au Journal du Centre.

Annexe n°3 : Publication Twitter du collègue Paul Langevin.

Annexe n°1 : Questionnaire bilan fin de projet à destination des jeunes



Questionnaire jeune bilan (Fin de projet)

Date :

Classe :

1 - Toi pendant tout le projet : entoure ta réponse

1) Quelle(s) séance(s) as-tu préféré(es) ? (Entoure 2 choix maximum)

1 – L'alcool : facteurs de risque et de protection



2 – Et si c'était faux



3 – Le tabac



4 – Exprime tes émotions



5 – Les écrans



6 - La confiance en soi : savoir dire NON



2) Réutilises-tu dans ton quotidien des choses que tu as apprises pendant ce projet ?



Oui



Moyen



Non

3) Lesquels ?

.....

.....

.....



4) Quel niveau de connaissances penses-tu avoir aujourd'hui sur le tabac, l'alcool et le cannabis ?

Pas du tout de connaissance



Beaucoup de connaissances

Annexe n°2 : Communiqué de presse destiné au Journal du Centre.

Tab'agir Pour votre santé  Collège Paul Langevin
Fourchambault

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Les 6° du collège Paul Langevin de Fourchambault bénéficient du projet CaP'Santé !

Objectif du projet : Prévenir l'entrée dans les conduites addictives par le renforcement et le développement des Compétences Psychosociales (CPS) chez les collégiens.

Pour cette année scolaire 2022-2023, tous les élèves en classe de 6° du collège Paul Langevin de Fourchambault vont être sensibilisés sur les conduites addictives par la chargée de projets prévention de Tab'agir, Charlotte HENRY.

Ce projet :

- Est composé de **6 séances d'1h** réparties de septembre à décembre 2022,
- Est basé sur le **développement des compétences psychosociales (CPS)**,
- Comprend 3 séances axées sur les **conduites addictives** (tabac, alcool, écran).

Venez couvrir l'évènement !

 **Lundi 03 octobre 2022**  **8h55 à 9h50**  **Collège Paul Langevin, Fourchambault**

Financé par  **RÉPUBLIQUE FRANÇAISE**  **ars** Agence Régionale de Santé Bourgogne-Franche-Comté

Annexe n°3 : Publication Twitter du collège Paul Langevin.

