



CHECK TA santé

Projet Check Ta Santé

Mission Locale Bourgogne Nivernaise

Année 2022-2023

Réalisation du rapport par :
Hélina LANDEROUIN – Chargée de Projets Prévention 58 Tab'agir



Table des matières

Table des matières	1
1. Introduction.....	2
1.1. Contexte actuel des consommations sur le territoire national.....	2
1.2. Contextualisation du projet Check ta santé	2
1.3. Qu'est-ce Check ta santé ?	3
1.4. Acteurs du projet.....	3
2. Présentation du projet	4
2.1. Déroulement du projet mis en place avec la Mission Locale Bourgogne Nivernaise	4
2.2. Présentation des séances	5
3. Évaluation du projet.....	16
3.1. Compte rendu des référents après chaque séance	16
3.2. Questionnaire de satisfaction fin de projet à destination des jeunes	17
3.3. Questionnaire de satisfaction fin de projet à destination des référents	22
4. Bilan global	23
5. Conclusion	23
Annexes	23
Annexe 1 : Questionnaire de satisfaction jeune (à la fin du projet)	24
Annexe 2 : Article de Presse Le Régional de Cosne – octobre 2022	26
Annexe 3 : Article de presse Journal du Centre – décembre 2022	27
Annexe 4 : Article de presse Journal du Centre – Mai 2023	28

1. Introduction

1.1. Contexte actuel des consommations sur le territoire national

Les consommations de tabac, d'alcool et de cannabis sont fréquentes chez les jeunes français. L'enquête ESCAPAD¹, réalisée en 2022, montre une **baisse des consommations** par rapport à 2014.

En effet, **chez les jeunes de 17 ans**, l'expérimentation de **tabac** est passée de 59% en 2017 à 46,5% en 2022. Il en est de même pour **la première ivresse** qui est passée de 50,4% à 45,9%. Le constat est **identique pour l'expérimentation de cannabis** qui a reculé de 39,1% à 29,9% en 5 ans. Ainsi, les projets de prévention sont à poursuivre afin que ces chiffres diminuent davantage.

Concernant la **cigarette électronique**, on observe en 2022, une **hausse de son expérimentation** avec 24,7% des jeunes de 17 ans l'ayant déjà expérimenté sans jamais avoir consommé de cigarette auparavant.

La période du **lycée** ou autre structure accueillant un jeune public (16-25 ans) semblent donc être une **période importante dans la consommation des conduites addictives comme le tabac, l'alcool et le cannabis**.

En réponse à ces chiffres évoqués par l'étude ESCAPAD, et à cette prévalence chez les jeunes apprentis, **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, ou à les accompagner à l'arrêt de leur consommation de substances, 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.

1.2. Contextualisation du projet 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**³ 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). Ces réunions ont permis de **définir le public et les territoires dits "prioritaires" des départements**.

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.

¹ « Les drogues à 17 ans : Analyse de l'enquête ESCAPAD 2022 ». Tendances n°155, OFDT, Mars 2023

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.

³ Conçu et réalisé par l'IREPS Bourgogne Franche-Comté et l'ARS Bourgogne Franche-Comté

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).

1.3. Qu'est-ce Check ta santé ?

Check ta santé est un projet expérimental, inspiré du programme probant Unplugged⁴. 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 accompagnés par la Mission Locale. Elle est composée de 10 séances (1 par semaine) de 2h et se déroule par conséquent sur une durée de 2 mois et demi après la formation d'une cohorte de jeunes.

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 ait acceptée de mettre en place le projet, les séances sont retravaillées avec cette dernière afin d'adapter le contenu au besoin du public ciblé.

Les séances sont ensuite animées par les chargés de projets prévention Tab'agir et/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 et peu, si elle le souhaite, co-animer également les séances.

1.4. Acteurs du projet

L'association Tab'agir : la personne référente de ce projet est Mme LANDEROUIN, chargée de projet prévention 58. Mme HENRY, chargée de projet prévention 58 a animé les séances de la cohorte de la Charité sur Loire. Mme CHEMINI, coordinatrice régionale et responsable prévention 89/58, accompagne et supervise le projet. Mme AMELOT, directrice, suit l'avancée du projet.

L'Association Addictions France : l'animatrice au sein de l'association est Mme DOMMANGET, animatrices prévention. A noter également le soutien de Mme ROCHU, directrice.

La Mission Locale Bourgogne Nivernaise : Les référents de la structure sont au nombre de deux : la coordinatrice Contrat Engagement Jeune (CEJ), Mme MEYER et une conseillère animatrice CEJ, Mme PASSUELO. 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.

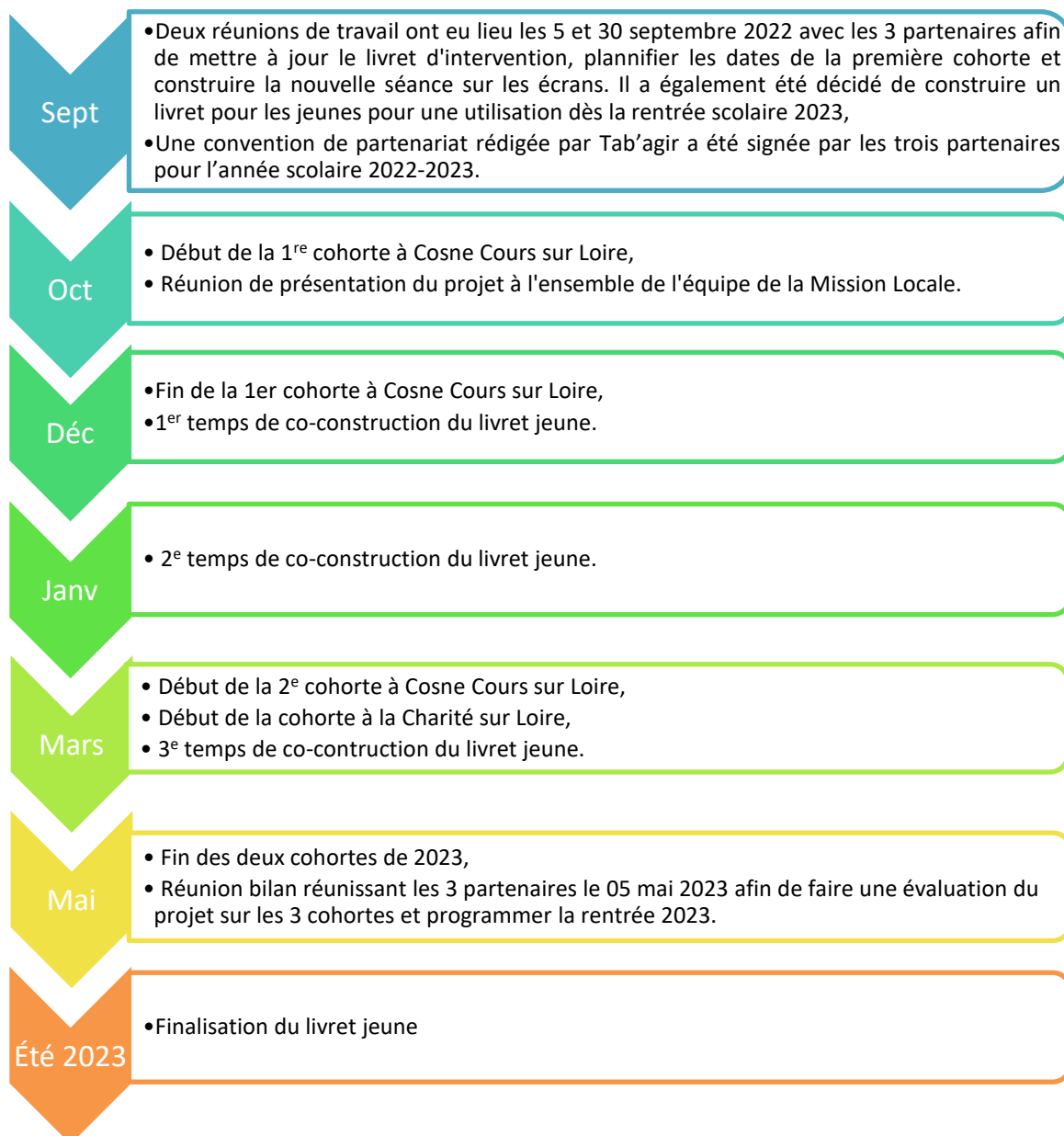
⁴ Programme européen probant déployé en France par la Fédération Addiction. Tab'agir le met en place sur les départements de l'Yonne et de la Nièvre depuis septembre 2019.

2. Présentation du projet

2.1. Déroulement du projet mis en place avec la Mission Locale Bourgogne Nivernaise

La Mission Locale Bourgogne Nivernaise met en place le projet Check ta santé depuis 2020. Pour cette nouvelle année 2022-2023, le projet a concerné 3 cohortes : deux à Cosne-Cours-Sur-Loire et une à La Charité sur Loire.

Voici les étapes du projet pour l'année scolaire 2022-2023 :



Planification de l'action par cohorte :

COHORTE	DEBUT ET FIN DE L'ACTION
COSNE 1	07 octobre 2022 – 16 décembre 2022
LA CHARITE	03 mars 2023 – 05 mai 2023
COSNE 2	03 mars 2023 – 05 mai 2023

2.2. Présentation des séances

Légendes :



Objectifs de la séance



Contenu de la séance

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 du thème de la séance du jour.

Après chaque activité, un débriefing est effectué avec les jeunes afin d'échanger sur les objectifs de cette dernière et connaître leurs ressentis. A la fin de chaque séance, les animateurs remplissent un compte rendu en ligne.

Séance 1 : Ouverture du projet

Animé par Tab'agir et la Mission Locale



- Présentation de l'animateur, du programme, des jeunes
- Établissement des règles de vie



Une activité de présentation intitulée « Mon portrait » est réalisée afin de permettre aux jeunes de s'entre-connaître et se découvrir des points communs. Pour ce faire, les jeunes remplissent en amont un document (voir ci-joint), puis les portraits sont ensuite lus par l'animatrice et le groupe doit deviner à qui il correspond.



Check ta santé

« Mon Portrait »

Si j'étais un animal, je serais

Si j'étais un objet, je serais.....

Si j'étais un film/une série 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 :



Par la suite, un photo-expression a été proposé aux jeunes. Des images sont placées sur une table, les jeunes doivent choisir 1 à 3 images afin de répondre à la question suivante : « Quelle(s) image(s) représente(nt) pour vous la santé ? ». Les jeunes prennent connaissance des images et expliquent oralement le choix de son image à l'ensemble du groupe. Le même exercice est réalisé avec une deuxième question : « Quelle(s) image(s) représente(nt) pour vous les addictions ? » Cette activité permet aux participants d'exprimer leurs représentations sur les thèmes de la santé et des addictions.

Enfin, les jeunes sont invités à établir à l'oral les règles de vie qu'ils souhaitent mettre en place tout au long des séances pour leur bon déroulement. Les réponses sont ensuite mises en forme sur une affiche qui est présentée en début de séance 2.

Règles de vie de la cohorte de la Charité sur Loire



Séance 2 : Les représentations

Animé par Tab'agir et la Mission Locale



- Faire prendre conscience aux jeunes que leurs croyances ne sont pas toujours la réalité
- Réflexion sur la nécessité de vérifier la validité d'une information
- Comprendre l'impact qu'ont les croyances sur les comportements adoptés



L'activité « Vérifie l'info » permet de faire un état des lieux des croyances des jeunes. Dans un 1^{er} temps, ses croyances portent sur la vie quotidienne des jeunes (exemple : combien de jeunes sont inscrits dans un club de sport ?) puis sur les conduites addictives (ex : combien de jeunes ont expérimenté le tabac à 17 ans ?). Le but est que les jeunes se rendent compte de l'impact que peut avoir leurs croyances sur leur comportement face aux addictions.



En 2018, à 17 ans, combien de jeunes ont ... ?

	Tabac		Alcool		Cannabis	
	Mon avis	Réel	Mon avis	Réel	Mon avis	Réel
Expérimentation (au moins 1 fois dans sa vie)	%	%	%	%	%	%
Mois	%	%	%	%	%	%
Quotidien	%	%	%	%	%	%

Ensuite, l'activité « Jeu de la valise » est animée. Elle permet de mieux connaître les membres du groupe et de travailler leur mémoire. Une première personne a dans ses mains un ballon, elle mentionne son prénom et une activité qu'elle aime pratiquer. Elle lance le ballon à une autre personne qui doit répéter les informations données et par la suite indiquer à son tour son prénom et une activité qu'elle apprécie. L'activité se poursuit jusqu'au dernier jeune.

Enfin, un travail sur la communication est réalisé avec 2 activités. En 1^{er} lieu, le « Jeu du Bzzzz » qui consiste à se souvenir et transmettre une liste de mots prédéfinis sans la modifier. Pour finir, le texte « Test des trois passoires » est lu par deux jeunes puis débattu en groupe afin de trouver la morale de l'histoire.

Séance 3 : L'alcool

Animé par Association Addiction France et la Mission Locale



- Informer les jeunes sur l'alcool
- Aborder la notion de facteurs de risque et de protection.



Pour aborder l'alcool de façon dynamique, il a été proposé aux jeunes de faire un quiz « Kahoot ». Cet outil permet de répondre à des questions à choix multiples et de participer à plusieurs simultanément sur un smartphone. Les réponses des participants s'affichent en temps réel. Un temps d'échanges avec les jeunes est prévu après chaque question.

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



▲ Vrai

◆ Faux



Les jeunes sont ensuite invités à tester des lunettes simulant une alcoolisation. Les lunettes sont portées lors d'un parcours d'obstacles. Un temps d'échange sur les sensations ressenties est organisé en fin d'activité en prenant pour appui la réglette de calcul du taux d'alcoolémie.

Ensuite, afin de travailler la cohésion de groupe, les jeunes réalisent l'activité « Dessin coopératif » où ils doivent, en binôme, imaginer un cocktail sans alcool, le dessiner puis lui donner un nom. A la fin, chaque binôme présente son illustration au groupe.

Pour clôturer cette séance, un travail sur les facteurs de risque et de protection liés à l'alcool est effectué à l'aide de post-it. Les facteurs doivent être par la suite classés en 3 catégories : facteurs sociaux, physiques et personnels.

Séance 4 : La notion de groupe

Animé par Tab'agir et la Mission Locale



- Définir la notion de groupe
- Savoir se faire accepter dans un groupe et accepter les autres



Pour commencer, les jeunes échangent autour de la définition de « groupe » et des attentes que l'on peut avoir dans un groupe.

Ensuite, l'activité « Le bâton d'hélium » est réalisée. Les jeunes se positionnent en deux lignes face à face et 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 nécessite de la communication, de l'écoute et de la cohésion au sein du groupe pour réussir.

Les jeunes jouent ensuite des jeux de rôles dans l'activité « Appartenance à un groupe ». Deux volontaires s'isolent sans savoir ce qui va se passer par la suite.

Le groupe restant est subdivisé en 2 sous-groupes :

- Un groupe « ouvert » : les deux volontaires peuvent l'intégrer facilement, sans contrainte,
- Un groupe « fermé » : les deux volontaires doivent trouver le point commun unissant les membres de ce groupe (ex : avoir un compte sur les réseaux, pratiquer un sport...).

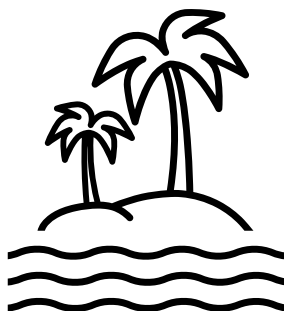
La mise en scène est de nouveau réalisée mais avec cette fois-ci 2 groupes « fermés ». Deux nouveaux volontaires sortent mais sont informés qu'ils feront face à deux groupes fermés.

Ils devront réaliser une action, sous forme de « cap ou pas cap » s'ils souhaitent intégrer le groupe.

Les volontaires ont la possibilité de refuser.

L'activité se termine par un échange sur le ressenti de chacun vis-à-vis des deux situations jouées : jusqu'où sommes-nous prêts à aller pour faire partie d'un groupe ? Comment faire face au rejet ? Faut-il changer pour se faire accepter dans un groupe ? Devons-nous imposer un changement à une personne pour l'inclure ? etc.

Pour finir la séance, l'activité « Île déserte » est proposée. Chacun et de manière individuelle doit choisir, dans une liste proposée, 5 objets à prendre pour survivre sur une île déserte. Les jeunes doivent par la suite réaliser le même exercice mais en petit groupe. Les notions d'influence, de compromis et de persuasion sont particulièrement travaillées dans cette activité.



Séance 5 : Le tabac et le cannabis

Animé par Tab'agir et la Mission Locale

- Informer les jeunes sur le tabac et le cannabis
- Développer leur esprit critique sur ces produits



La séance commence par des échanges autour du tabac par le biais d'un jeu de société pédagogique, le Tabac Poursuite. Sur le principe du Trivial Poursuite®, des questions sur la thématique du tabac sont posées aux jeunes et un complément d'informations est fourni par l'animatrice.




Ensuite, une activité de cohésion de groupe est animée : le jeu des ballons. Tous les participants se placent en cercle : on appelle par son prénom la personne à qui l'on envoie le ballon, puis on lui lance. Celle qui a reçu le ballon appelle une autre personne puis lui lance le ballon. On recommence plusieurs tours en ajoutant au fur et à mesure un deuxième puis un troisième ballon.

Pour finir, un quiz Kahoot sur le cannabis est réalisé afin de transmettre des informations aux jeunes, d'échanger et de répondre à leurs questions.

Quelle molécule du cannabis provoque la dépendance ?

59



▲ CBD

◆ THC

● CBG

Séance 6 : La confiance et l'estime de soi : face aux addictions, je peux dire non

Animé par Association Addiction France et la Mission Locale



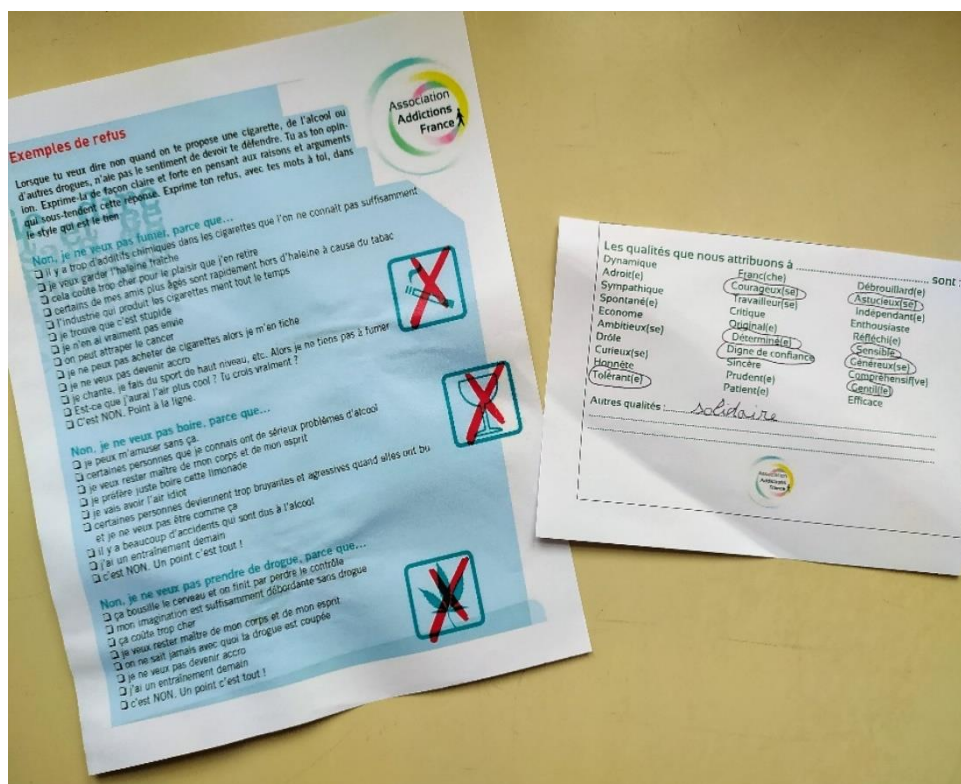
- Aider les jeunes à avoir confiance en eux
- Savoir argumenter et dire non à certaines situations de la vie



Un temps d'échange sur la question de l'estime de soi et de la confiance en soi est engagé avec les jeunes, puis une vidéo sur cette thématique est diffusée.

A la suite de cela, des scénarios sont distribués. Les jeunes doivent dire « non » à différentes situations (Téléphone, cannabis, jeu vidéo). Pour cela, ils réfléchissent à un argumentaire et jouent les scènes.

Pour finir, on demande aux jeunes de réfléchir à une histoire dont ils en 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.



Séance 7 : Les autres drogues et conduites addictives

Animation par Association Addiction France et la Mission Locale



Informier sur les drogues en général, le savoir dire non, la notion d'influence et les structures ressources ou sites d'informations.



En début de séance, sur la base d'un travail avec les post-its, les jeunes devront trouver 3 mots qui leur viennent à l'esprit lorsqu'ils entendent le mot « Drogue ». Par la suite un « Kahoot » est réalisé sur les « autres drogues » et les conduites addictives.

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.



Le visionnage de deux vidéos est ensuite réalisé avec la première intitulée « L'expérience de la salle d'attente » et la seconde qui présente une publicité de Coca Cola. L'objectif ici est de questionner et faire réfléchir les jeunes sur la notion d'influence dans leur prise de décision.

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.

Séance 8 : La gestion du stress et des émotions

Animation par Tab'agir et la Mission Locale



Apprendre aux jeunes à gérer ses émotions/stress et savoir faire face à certaines situations.



Pour débuter, des cartes sur lesquelles sont indiquées des émotions/sentiments sont exposées sur une table devant les jeunes. Ils doivent, ensemble, les classer du plus agréable au plus désagréable. Cette activité permet de montrer que chacun a son propre classement en fonction de son vécu, de la situation...et qu'il n'y a donc pas de bonnes ou mauvaises réponses. Nous abordons par la même occasion, les 6 émotions de base.



S'en suit l'activité du « crayon coopératif » qui est une activité de cohésion de groupe. 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 ou écrire un mot.

En 3^e activité, une situation de changement de vie est présentée aux jeunes : « Un jeune déménage dans une nouvelle ville, pour raison personnelles et/ou professionnelles. Il a quitté ses amis proches et craint de se retrouver seul, il souhaite se faire de nouveaux amis, mais semble un petit peu perdu. » En groupe entier, les jeunes sont invités à répondre aux questions suivantes : quels ressentis et difficultés peut rencontrer ce jeune ? Que peut-il faire pour mieux vivre cette situation ?

Pour finir la séance, une activité plus personnelle est proposée. Le jeune doit remplir son blason en indiquant ses qualités, ses défauts, ses souhaits et ses passions ainsi que son animal symbole. Il peut par la suite, s'il le souhaite, le présenter au groupe.

Séance 9 : Les écrans

Animation par Association Addiction France et la Mission Locale



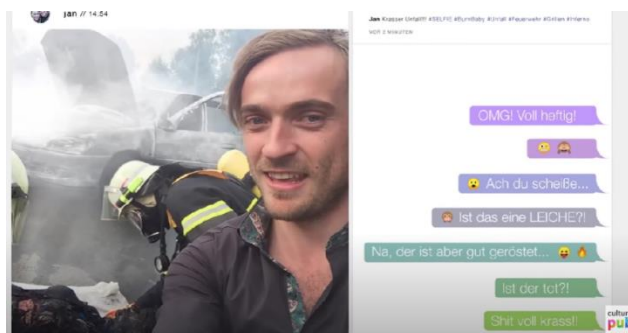
Développer l'esprit critique des jeunes concernant les écrans



La séance commence par un débat sur la thématique général des écrans. Les jeunes vont devoir mettre 3 mots sur des post-its qui leur viennent à l'esprit lorsqu'ils entendent le mot « écran ».

Un « Kahoot » est ensuite réalisé afin d'aborder différents éléments sur les écrans (fiabilité des informations, cyberharcèlement, impact de la lumière des écrans, partage de données, droit à l'image etc).

Un débat est ensuite lancé à partir d'une vidéo qui présente une pub allemande sur le voyeurisme de la société via les réseaux sociaux. Cela permet aux jeunes d'aborder les limites de l'usage des réseaux sociaux, du partage de contenus choquants, l'influence des autres sur notre contenu etc.



	CIUS				
	Jamais	Rarement	Parfois	Souvent	Très souvent
1. ... trouvez-vous difficile d'arrêter d'utiliser internet pendant que vous êtes en ligne (c'est à dire s'arrêter, stopper l'activité) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. ... continuez-vous à utiliser internet malgré votre intention d'arrêter ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. ... les autres (ex: partenaire, enfants, parents) vous disent-ils que vous devriez moins utiliser internet ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. ... est-ce que vous préférez utiliser internet au lieu de passer du temps avec les autres (partenaires, enfants, parents) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. ... êtes-vous en manque de sommeil à cause d'internet ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. ... pensez-vous à internet même quand vous n'êtes pas en ligne ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. ... est-ce que vous vous réjouissez de votre prochaine utilisation d'internet ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. ... pensez-vous que vous devriez moins utiliser internet ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. ... avez-vous sans succès essayé de passer moins de temps sur internet ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. ... vous dépêchez-vous de finir vos tâches (travail, tâches ménagères...) afin d'aller sur internet ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. ... négligez-vous vos obligations quotidiennes (travail, école, ou vie familiale) parce que vous préférez aller sur internet ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. ... allez-vous sur internet quand vous avez une baisse de moral ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. ... utilisez-vous internet pour fuir vos peines (tristesses) ou vous soulager d'un sentiment négatif ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. ... sentez-vous agité, frustré ou irrité lorsque vous ne pouvez pas utiliser internet ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Un test d'auto-évaluation sur la dépendance aux écrans est ensuite proposé aux jeunes. Ils ont le choix de partager ou non leur score au groupe.

Pour finir la séance, le jeu du bac version écran est proposé : le but est de trouver, par écrit et en un temps limité, une série de mots appartenant à une catégorie prédéfinie et commençant par la même lettre.

Séance 10 : Clôture du projet

Animation par Association Addiction France, Tab'agir et la Mission Locale

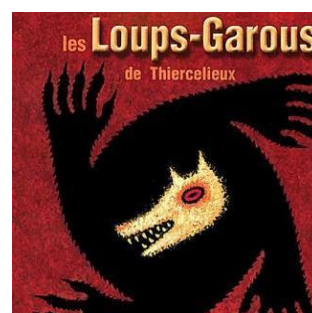


Faire le bilan du programme.



Pour terminer le projet, une dernière activité de cohésion de groupe est réalisée. Il s'agit du Loup-garou dont l'objectif est de faciliter la prise de parole, développer le travail sur l'argumentation, la persuasion et l'influence. Chaque joueur incarne un villageois ou un loup-garou, et dont le but général est :

- pour les villageois (dont certains ont des pouvoirs ou des particularités) : démasquer et tuer tous les loups-garous ;
- pour les loups-garous : d'éliminer tous les villageois et ne pas se faire démasquer ;



Il y a également des personnages aux caractères spécifiques, dont certains ont pour but de gagner seul et sont par conséquent en dehors des deux camps de base.

Ensuite, un bilan est réalisé à l'aide de post-its sur 5 thèmes :

- Séances/activités les plus appréciées,
- Séances/activités les moins aimées,
- Ce que vous avez le plus apprécié,
- Ce que vous a apporté Check Ta Santé,
- Si vous deviez changer quelque chose dans Check Ta Santé, ce serait...

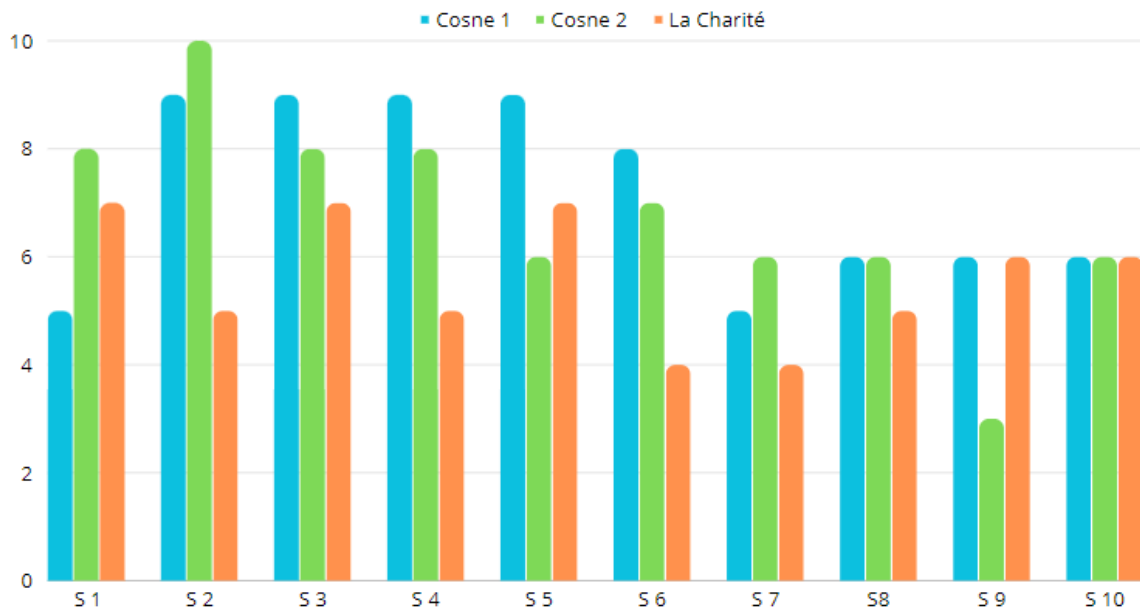
Les réponses sont lues par les animatrices et les jeunes peuvent développer leurs réponses s'ils le souhaitent.

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

3. Évaluation du projet

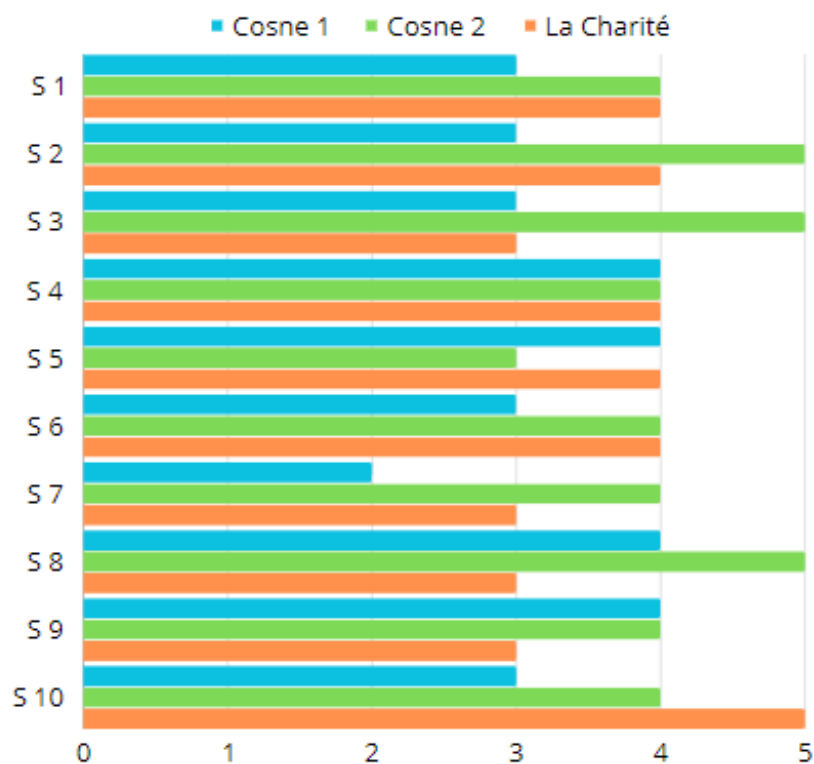
3.1. Compte rendu des référents après chaque séance

Intitulé n°1 : Nombre de jeunes présents (S = séance)

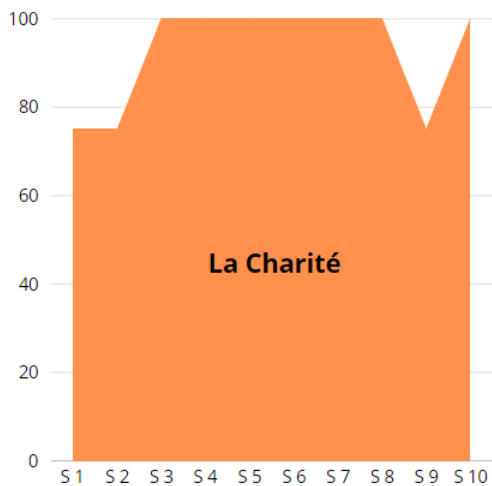
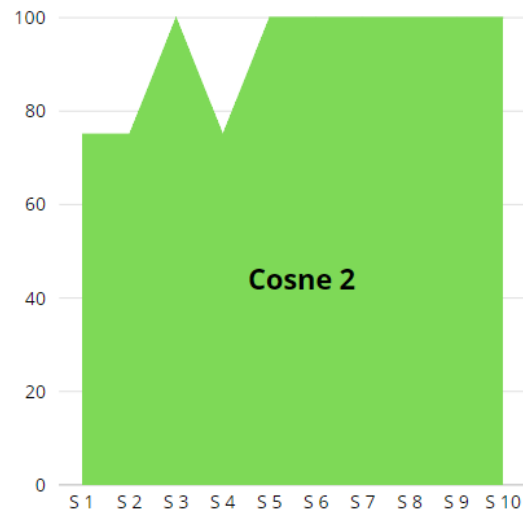
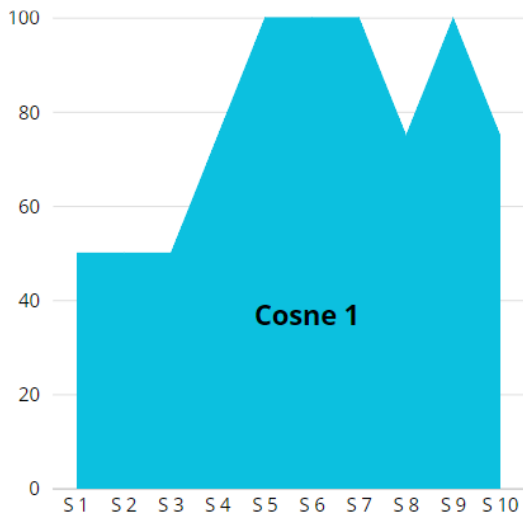


On observe une baisse du nombre de jeunes pouvant s'expliquer par la reprise d'un emploi, d'un stage ou l'accompagnement par une autre structure (ex : école de la 2^e chance).

Intitulé n°2 : Participation du groupe (0 = pas de participation ; 5 = participation optimale)



Intitulé n°3 : Proportion de jeunes ayant pris la parole en pourcentage

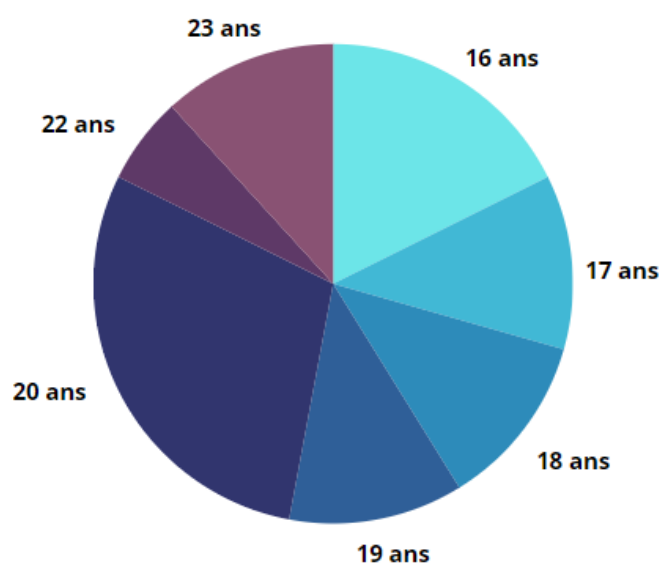


On observe pour les deux cohortes de Cosne, une augmentation de la prise de parole des jeunes au fur et à mesure du déroulement du projet. A l'inverse, la cohorte de La Charité a eu une participation plutôt constante.

3.2. Questionnaire de satisfaction fin de projet à destination des jeunes

Un questionnaire de satisfaction est rempli par les jeunes lors de la dernière séance afin de recueillir l'avis des jeunes. Il nous permet également d'apprécier l'évolution de leurs CPS après le projet et nous sert d'indicateur afin d'apporter des modifications au projet si nécessaire. Sur l'ensemble des 3 cohortes, 17 jeunes ont répondu à ce questionnaire.

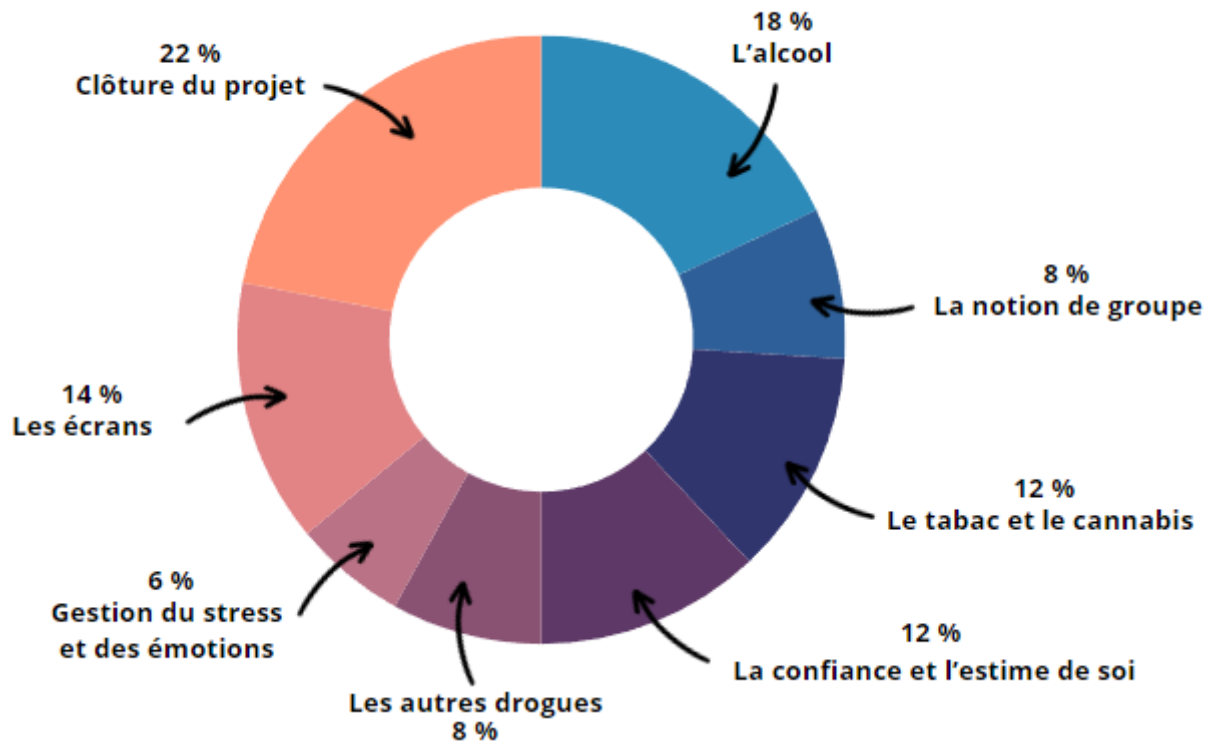
Répartition de l'âge des jeunes participants



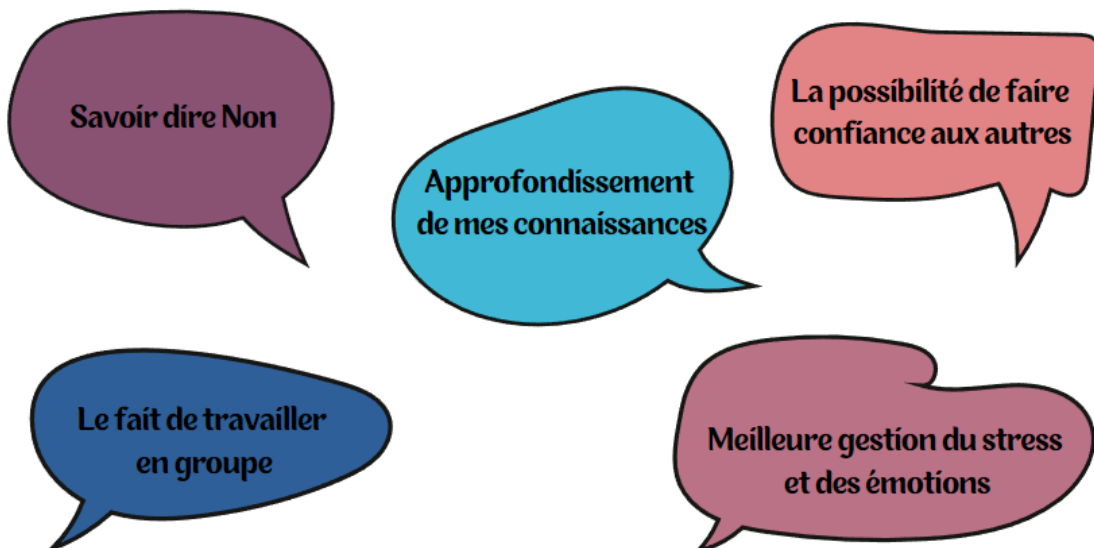
Évolution des Compétences Psycho-Sociales des jeunes à la suite du projet

	Oui	Non
Je sais plus facilement résoudre les problèmes que je rencontre	52 %	48 %
Je prends plus le temps de réfléchir aux avantages et aux inconvénients avant de prendre une décision	70 %	30 %
Je vérifie plus souvent les informations que je trouve sur internet ou que l'on me dit	82 %	18 %
J'arrive plus facilement à trouver des solutions adaptées lorsque je rencontre un problème	48 %	52 %
Je sais exprimer plus facilement ce que je pense face aux autres	52 %	48 %
J'arrive mieux à travailler avec un groupe que je ne connais pas	48 %	52 %
Je connais mieux mes forces et les choses à améliorer sur moi	70 %	30 %
J'arrive mieux à voir et comprendre lorsque je vois mon ami.e triste, joyeux ou en colère	76 %	24 %
Je sais ce qu'il faut faire pour gérer mon stress quand une situation est compliquée	52 %	48 %
Je sais reconnaître mes signes de colère et les contrôler	48 %	52 %
J'apporte plus facilement mon aide aux autres	52 %	48 %

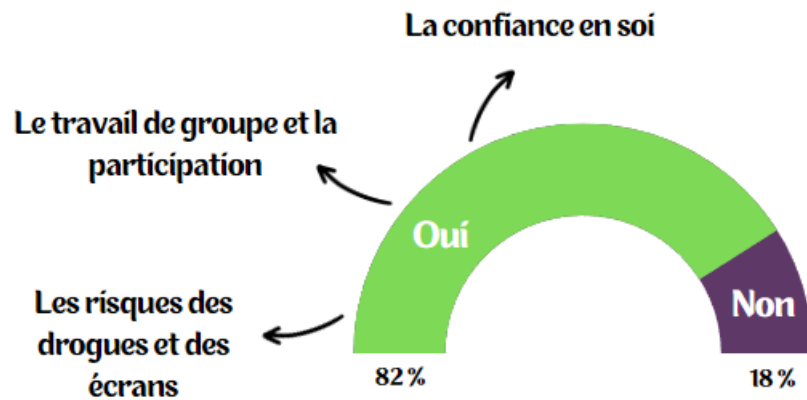
Quelle(s) séance(s)-t'ont le plus marquées ?



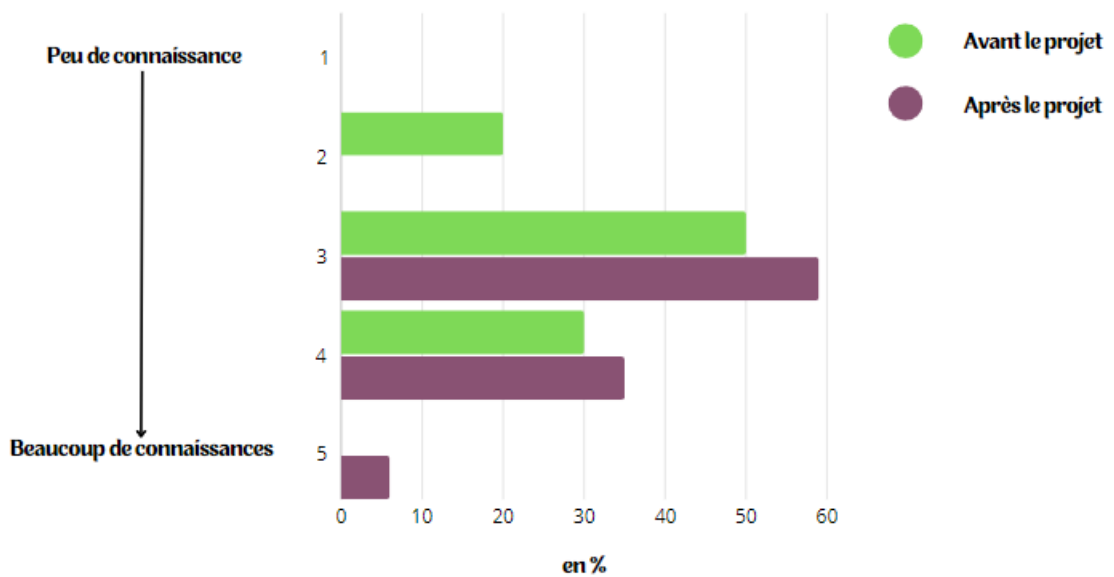
Parmi ce que tu as appris, que pourrais-tu réutiliser dans ton quotidien par la suite ?



Par rapport au début des séances, vois-tu les choses différemment ? Si oui, par rapport à quoi ?



Quel niveau de connaissances penses-tu avoir aujourd'hui sur les addictions ?
(1 = peu de connaissance / 5 = beaucoup de connaissances)



Cette question a été posée lors d'un questionnaire diagnostique avant le début du projet et à la fin de la dernière séance. Nous pouvons voir que le niveau de connaissances du groupe sur les addictions a augmenté.

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



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



3.3. Questionnaire de satisfaction fin de projet à destination des référents

Un questionnaire de satisfaction a été renseigné par les 2 référentes de la Mission Locale (coordinatrice Contrat Engagement Jeune (CEJ) et animatrice CEJ) afin d'avoir un retour sur le projet.

Le groupes de jeunes

Selon vous, qu'est-ce que le projet Check ta santé a pu apporter aux jeunes ?

« Les jeunes ont pu acquérir de nouvelles connaissances sur les thématiques abordées, travailler la confiance en soi, développer les CPS en groupe, et dépasser les croyances limitantes. »

« Approfondir leurs connaissances sur les addictions. Intégration dans un groupe. Des outils dans la confiance en soi et l'estime de soi. »

Avez-vous remarqué des changements chez les jeunes ayant participé au projet ?

« Les jeunes se sentent plus à l'aise. L'approche en groupe nous permet de tisser une relation particulière avec les jeunes. De plus, certains jeunes ont pu aborder des thématiques leur tenant à cœur, ont fait part de leurs expériences. Certains jeunes un peu timides ont pu s'ouvrir au groupe. »

« Oui pour certains, car au fur et à mesure des séances, ils ont pu s'exprimer plus facilement devant un groupe. Plus de remise en question sur le temps passé sur les écrans. »

Autres commentaires concernant les jeunes participants

« Certains jeunes ont eu tendance à beaucoup prendre la parole dans certaines séances, ce qui a pu irriter d'autres jeunes du groupe. D'où l'importance de rappeler les règles régulièrement. »

« Bonne cohésion de groupe qui a permis de bons échanges. Même si des connaissances étaient déjà établies en amont, elles ont pu être approfondies ou confirmées. »

Le projet Check Ta Santé

Points positifs

« La majorité des activités programmées ont pu être effectuées. La durée des séances est adaptée. Le rythme d'une fois par semaine est apprécié. »

« Cohésion de groupe. Approfondissement des connaissances. »

Points à améliorer

« L'assiduité des jeunes et l'engagement des jeunes sur la longueur »

« Vérifier que les jeunes soient ponctuels et qu'ils aient une certaine stabilité. Vigilance sur le bon respect des règles de vie, tout en leur laissant un temps de parole pour s'exprimer. »

Comment avez-vous vécu cette année (organisation des dates, COVID-19, animation par tab'agir et Association Addictions France, etc.)

« Une très bonne cohésion dans la co-animation avec les partenaires, les groupes ont été agréables. Les séances se sont plutôt bien déroulées dans l'ensemble. »

« Bien, bonne cohésion entre nous. »

Quel est votre avis général concernant le projet ?

« Le projet est très probant et nécessaire pour nos jeunes. La prise en compte de la parole des jeunes permet de le faire évoluer au fur et à mesure du temps. »

« Utile pour les jeunes. Le projet leur permet d'avoir une certaine vie sociale, de faire des rencontres. Au niveau des connaissances, il leur permet d'avoir les bons outils pour prendre confiance, et savoir dire non. »

Souhaitez-vous renouveler le projet l'année prochaine ?

« OUI »

« Oui »

4. Bilan global

➤ Points positifs :

- L'investissement des référentes qui a permis le bon déroulement du projet ainsi que leur présence lors de la co-animation et ce à chaque séance,
- L'évolution d'une grande partie des compétences psychosociales des jeunes,
- L'amélioration du projet selon les retours d'évaluation (fréquence plus rapprochée, adaptation du contenu des séances, rajout d'une séance écran)
- La création d'un livret à destination des jeunes en partenariat avec les 3 structures, qui pourra être utilisé dès l'année prochaine,
- Le souhait de renouveler le projet d'année en année.

➤ Points à améliorer :

- L'absentéisme des jeunes sur certaines cohortes impactant la dynamique de groupe,
- Les contraintes de planning des intervenants obligeant à ne pas réaliser de cohorte à Clamecy cette année.

5. Conclusion

Cette 3^e année montre un projet Check Ta Santé de plus en plus aboutit répondant davantage aux demandes du terrain. Elle marque aussi le maintien des liens partenariaux entre les trois structures permettant un bon déroulement du projet. Les retours des jeunes sont également positifs et permettent de dire que ce projet répond à une vraie demande de ce public.

L'association Tab'agir remercie l'équipe de la Mission Locale Bourgogne Nivernaise et plus particulièrement Mme DUHAMEL pour son engagement ainsi que Mme MEYER et Mme PASSUELO pour leur investissement tout au long du projet.

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

Tab'agir remercie également :

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

Annexes

Annexe 1 : Questionnaire de satisfaction jeune (à la fin du projet)

Annexe 2 : Article de Presse Le Régional de Cosne – octobre 2022

Annexe 3 : Article de presse Journal du Centre – décembre 2022

Annexe 4 : Article de presse Journal du Centre – Mai 2023

Annexe 1 : Questionnaire de satisfaction jeune (à la fin du projet)



Questionnaire Jeune « Check ta santé » (Fin de projet)

Ce questionnaire est anonyme.

Âge :

1 – Coche la réponse qui te correspond le mieux

Depuis la fin du projet :	OUI	NON
1) Je sais plus facilement résoudre les problèmes que je rencontre		
2) Je prends plus le temps de réfléchir aux avantages et aux inconvénients avant de prendre une décision		
3) Je vérifie plus souvent les informations que je trouve sur internet ou que l'on me dit		
4) J'arrive plus facilement à trouver des solutions adaptées lorsque je rencontre un problème		
5) Je sais exprimer plus facilement ce que je pense face aux autres		
6) J'arrive mieux à travailler avec un groupe que je ne connais pas		
7) Je connais mieux mes forces et les choses à améliorer sur moi		
8) J'arrive mieux à voir et comprendre lorsque je vois mon ami(e) triste, joyeux(se) ou en colère		
9) Je sais ce qu'il faut faire pour gérer mon stress quand une situation est compliquée		
10) Je sais reconnaître mes signes de colère et les contrôler		
11) J'apporte plus facilement mon aide aux autres		

Tourne la page stp →

2 – Questions sur l'ensemble des séances « Check ta santé »

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

Séance 1 : Ouverture du projet	Séance 2 : Les représentations	Séance 3 : L'alcool
Séance 4 : La notion de groupe	Séance 5 : Le tabac et cannabis	Séance 6 : La confiance et l'estime de soi - Face aux addictions, je peux dire non
Séance 7 : Les autres drogues et conduites addictives	Séance 8 : Gestion du stress et des émotions	Séance 9 : Les écrans
Séance 10 : Clôture du projet		

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 ?

Peu de connaissance 1 2 3 4 5 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 » ?

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

Merci de ta participation !

Check Ta Santé

Tout un cycle pour prévenir les addictions



Le travail de groupe est privilégié au cours de ce projet.

Fort de son succès les deux premières années, le projet Check Ta Santé est reconduit auprès des jeunes accompagnés par la Mission Locale Bourgogne Nivernaise. Il vise à prévenir l'entrée dans les conduites addictives et à développer l'esprit critique des consommateurs, par le renforcement et le développement des compétences psycho-sociales (CPS) de ce jeune public.

Financé par l'État et l'ARS (Agence régionale de santé), le projet comporte dix séances de 2 heures qui sont réalisées sur des semaines consécutives. Il aborde les conduites addictives et les CSP à partir d'activités pédagogiques in-

teractives et de cohésion de groupe. Les séances sont animées par Tab'agir et l'Association Addictions France, en coanimation avec une référente de la Mission Locale. Les groupes de cette année 2022-2023 vont bénéficier de quelques améliorations, notamment l'inclusion d'une nouvelle séance abordant les écrans.

Ce vendredi, la seconde séance du cycle s'intéressait aux représentations qu'ont les jeunes sur les consommations de tabac, alcool et cannabis de leurs pairs. Avec l'objectif de faire comprendre l'impact de ces représentations sur leur propre comportement mais « en aucun cas les juger », insiste une intervenante.

Val de Loire

■ COSNE-SUR-LOIRE

Action prévention à la Mission locale

Depuis trois ans, l'Association addictions France (ex-ANPAA 58) et Tab'Agir, interviennent auprès et avec la Mission locale Bourgogne Nivernaise pour un groupe d'une dizaine de jeunes sur dix séances de prévention à toutes les addictions (alcool, tabac, cannabis, écrans...) grâce à un financement de l'Agence régionale de santé (ARS).

L'objectif est de développer des compétences psycho-sociales (confiance en soi, esprit critique...) qui



ADDICTIONS. Les deux intervenantes dans le jeu de rôle du Loup garou.

leur permettent d'éviter de tomber dans ces addic-

tions.

Vendredi, s'est déroulée la dernière séance-bilan sous forme d'un jeu de rôle, le « Loup garou de Thiercelieux ».

Les jeunes ont ainsi travaillé sur leur communication, la notion d'influence du groupe, la gestion des émotions, entre autres.

À l'issue de la séance, un débriefing a permis aux jeunes de s'exprimer sur ce qu'ils ont appris, sur ce qu'il faudrait améliorer dans cette formation, avant un goûter. ■

■ **LA CHARITÉ-SUR-LOIRE**

Dernière séance du projet Check ta santé

La Mission locale, qui a pour objectif d'accueillir, d'informer et d'accompagner les jeunes, de 16 à 25 ans, a organisé, en partenariat avec Tab'agir et l'Association Addiction France (ex-ANPAA), un projet abordant les conduites addictives (tabac, alcool, cannabis et écran) à travers le renforcement des compétences psychosociales (les aptitudes de chacun à faire face aux aléas de la vie pour faire des choix éclairés pour leur santé).

Pour ce projet, qui s'est déroulé en dix séances de 2 h, sur dix semaines consécutives, Anne-Sophie



MISSION LOCALE. Les jeunes ayant participé à la dernière séance, en présence de Charlotte Henry et Isabelle Dommanget (à gauche) ; Anne-Sophie Meyer et Chloé Passuello, représentant la Mission locale (à droite).

Meyer, coordinatrice du contrat porté par la Mission locale, a accueilli Charlotte Henry, de Tab'agir, et Isabelle Dom-

manget, de l'Association Addiction France, pour des mises en situation, jeux de rôles et temps d'échange et de débat avec

les huit jeunes qui ont participé au programme.

Lors de la clôture du projet Check ta santé, un bilan a été établi pour recueillir le ressenti des jeunes. Ainsi, les intervenantes se sont dites satisfaites du résultat obtenu car les participants ont eu de bons échanges, et surtout étaient assidus à toutes les séances. Une bonne cohésion du groupe leur a permis de bien discuter entre eux mais également avec les responsables.

Pour leur permettre de s'exprimer en toute confidentialité sur les différents thèmes abordés, un questionnaire leur a été remis à la fin de la séance. ■