



CHECK TA santé

Projet Check Ta Santé

Mission Locale Bourgogne Nivernaise

Année 2023-2024

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



1. Table des matières

1.	Table des matières	1
1.	Introduction.....	2
1.1.	Contexte actuel des consommations sur le territoire national	2
1.2.	Qu'est-ce Check ta santé ?.....	2
1.3.	Acteurs du projet	4
2.	Présentation du projet	5
2.1.	Déroulement du projet mis en place avec la Mission Locale Bourgogne Nivernaise	5
2.2.	Présentation des séances.....	6
3.	Évaluation du projet.....	17
3.1.	Compte rendu des référents après chaque séance	17
3.2.	Questionnaire de satisfaction fin de projet à destination des jeunes	18
4.	Quelle.s séance.s t'a ou t'ont le plus marquées ?.....	20
5.	Parmi ce que tu as appris, que pourrais-tu réutiliser dans ton quotidien par la suite ?.....	20
3.3.	Questionnaire de satisfaction fin de projet à destination des référents.....	23
4.	Bilan global	24
5.	Conclusion	24
	Annexes	25
	Annexe 1 : Questionnaire de satisfaction jeune (à la fin du projet)	26
	Annexe 2 : Articles de Presse Journal du Centre – Octobre 2023	28
	Annexe 3 : Articles de presse - Journal du Centre – Novembre 2023.....	29
	Annexe 4 : Article de presse - Journal du Centre – Mars 2024	31
	Annexe 5 : Articles de presse - Journal du Centre – Mai 2024.....	32

1. Introduction

1.1. Contexte actuel des consommations sur le territoire national

L'enquête ESCAPAD¹, réalisée en 2022, montre une **baisse des consommations** par rapport à 2017.

En effet, **chez les lycéens**, l'expérimentation de **tabac** est passée de 59% en 2017 à 46.5% en 2022. Il en est de même pour l'expérimentation de l'alcool qui est passée de 85.7% à 80.6%. **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 **augmentation** de son expérimentation avec 52.4% des jeunes de 17 ans ayant déjà expérimenté en 2017 à 56.9% en 2022.

En réponse à ces chiffres évoqués par l'étude ESCAPAD, **la prévention des conduites addictives**, à travers le **renforcement des Compétences PsychoSociales (CPS)** en milieu scolaire et hors scolaire reste **primordiale**. En effet, pour accompagner 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. L'efficacité des programmes fondés sur le renforcement des CPS a été prouvée. Ils permettent de protéger les jeunes de la consommation ultérieure de produits psychoactifs, les rendent acteurs de leur santé et ont également des effets positifs sur la réussite scolaire, l'estime de soi... Les programmes à déployer sont ceux dits probants c'est-à-dire étant reconnu et efficace.

1.2. Qu'est-ce Check ta santé ?

Check ta santé est un projet inspiré du programme probant Unplugged³. Il a été conçu 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 mise en groupe d'une cohorte de jeunes.

¹ « Rapports : les drogues à 17 ans, analyse régionales, enquête ESCAPAD 2022 » Spilka S. et al. (2024). Enquête réalisée en 2022. Paris, OFDT, 66p.

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 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.

Objectif général :

Prévenir les conduites addictives par le renforcement/développement des compétences psychosociales des jeunes.

Objectifs opérationnels :

- 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 peut, si elle le souhaite, co-animer.

1.3. Acteurs du projet

L'association Tab'agir : la personne référente de ce projet est Mme HENRY, chargée de projet prévention 58. Mme LANDEROUIN, chargée de projet prévention 58 a animé les séances de la cohorte de Cosne 1 et la Charité sur Loire. Mme CHEMINI, coordinatrice régionale et responsable prévention 89/58, accompagne et supervise le 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.

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 2023-2024, le projet a concerné 4 cohortes : deux à Cosne-Cours-Sur-Loire, une à Clamecy et une à La Charité-sur-Loire.

Voici les étapes du projet pour l'année scolaire 2023-2024 :



Planification de l'action par cohorte :

Cohorte	Début et fin de l'action
Cosne 1	21 septembre 2023 – 23 novembre 2023
Clamecy	22 septembre 2023 – 23 novembre 2023
Cosne 2	5 mars 2024 – 16 mai 2024
La Charité	8 mars 2024 – 14 mai 2024

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 lors de 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.

Tout au long du projet des activités de cohésion de groupe sont réalisées dans le but de renforcer entre autres le groupe, la bonne entente, l'entraide, l'écoute, la solidarité.

Pour cette nouvelle année, un « livret jeune » a été créé par les trois structures porteuses du projet, afin que les jeunes puissent prendre des notes au cours de chaque séance. En fin de projet, les jeunes repartent avec leur livret.

A la fin de chaque séance, les animateurs remplissent ensemble 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-contre), puis les portraits sont ensuite lus par l'animatrice et le groupe doit deviner à qui il correspond.

SÉANCE 1 :

OUVERTURE DU PROJET

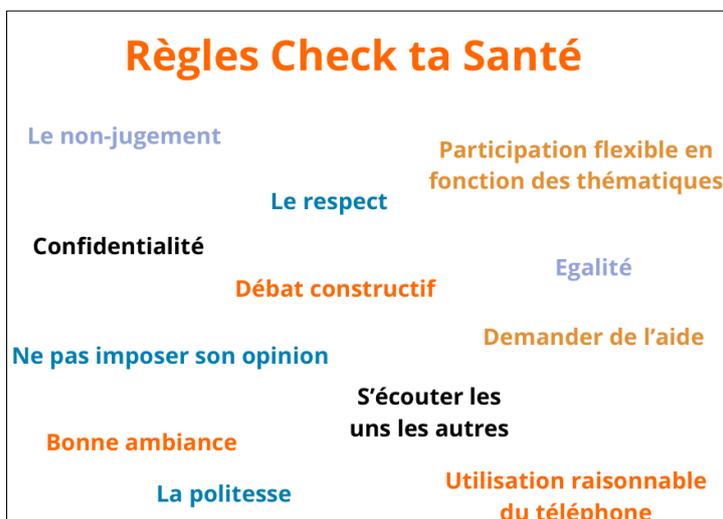
Mon portrait

- 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.....

Par la suite, un photo-expression est 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 pour ceux qu'ils le souhaitent, ils expliquent oralement le choix de leur.s image.s 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 Cosne 2



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, les 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 lycéens ont expérimenté le tabac ?), en s'appuyant de l'enquête ENCLASS de 2022. Le but est que les jeunes se rendent compte de l'impact que peut avoir leurs croyances sur leur comportement face aux addictions.

		Expérimentation	Mois	Quotidien
Tabac	Mon avis	%	%	%
	Réel	%	%	%
Alcool	Mon avis	%	%	%
	Réel	%	%	%
Cannabis	Mon avis	%	%	%
	Réel	%	%	%
E-cigarette	Mon avis	%	%	%
	Réel	%	%	%

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 de manière simultanée 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 cette fois-ci les 2 groupes sont « 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 « Les vacances perdues »⁴ est proposée. Chacun et de manière individuelle doit choisir, dans une liste proposée dans leur livret jeune, 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.

⁴ Cette activité a été retravaillée à la suite des 2 premières cohortes, car elle a été jugée comment trop guidé par les animatrices. L'activité « les vacances perdues » a donc été créée.

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.



S'en suit, une activité dynamisante de groupe : 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

A Kahoot! quiz interface. At the top left, a purple circle contains the number '59'. In the center is a photograph of a cannabis plant with green leaves and developing buds. Below the image are three colored buttons: a red button with a white triangle and the text 'CBD', a blue button with a white diamond and the text 'THC', and a yellow button with a white circle and the text '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



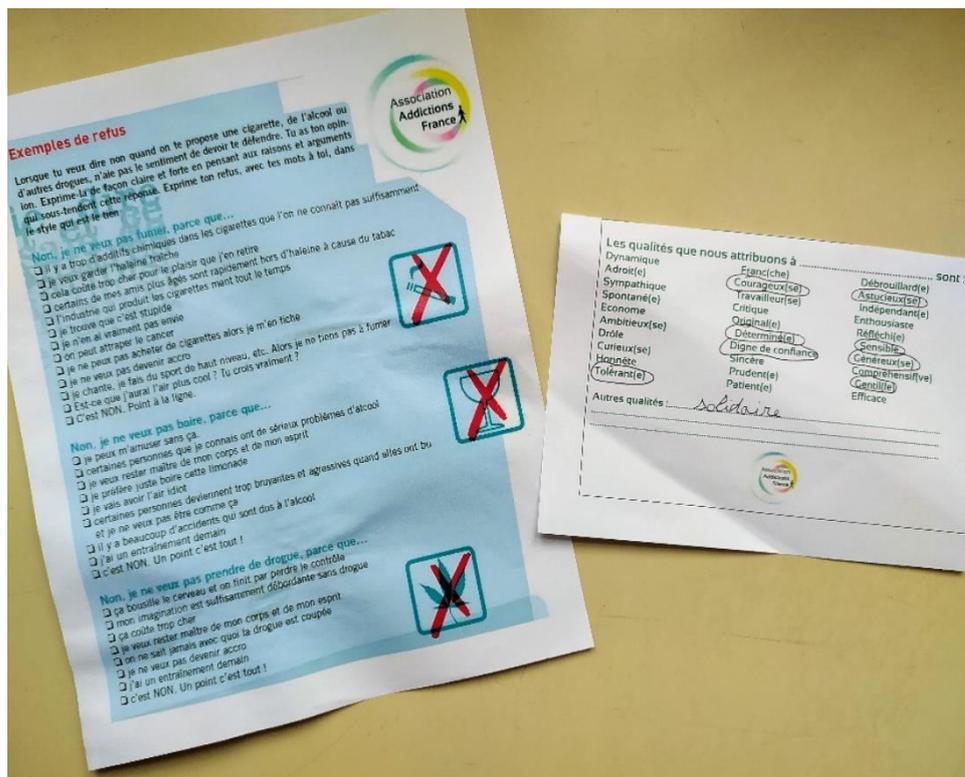
- Aider les jeunes à avoir confiance en eux
- Savoir argumenter et dire non à certaines situations de la vie



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 doivent appliquer les techniques de refus (ne pas argumenter, regarder dans les yeux, faire une reformulation, exprimer ses émotions) en jouant les scènes.⁵

Pour finir, on demande aux jeunes de réfléchir à un évènement 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.



⁵ Cette activité a été complétée en prenant les techniques de refus du programme probant « Unplugged »

Séance 7 : Les autres drogues et conduites addictives

Animation par Association Addiction France et la Mission Locale

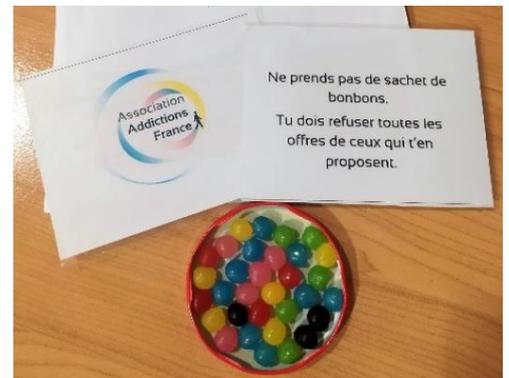


- Informer sur les drogues en général, le savoir dire non, la notion d'influence et les structures ressources ou sites d'informations.



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...) et 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.



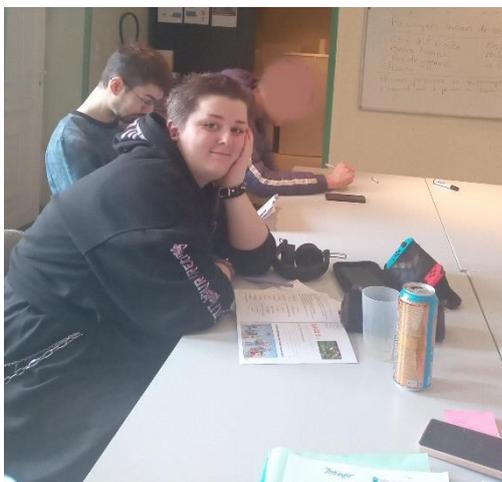
Pour débiter, des cartes sur lesquelles sont indiquées des émotions/sentiments sont exposées sur une table devant les jeunes. Ils doivent, ensemble, les classer du plus agréable au plus désagréable. Cette activité permet de montrer que chacun a son propre classement en fonction de son vécu, de la situation...et qu'il n'y a donc pas de bonnes ou mauvaises réponses. Nous abordons par la même occasion, les 6 émotions de base. Le visionnage de la vidéo « Et tout le monde s'en fou – Les émotions » permet de faire un résumé sur ces dernières.



S'ensuit, une activité liant les émotions avec les besoins, « quelles émotions pour quels besoins ? ». Les cartes émotions ainsi que les cartes besoins sont étalées sur deux tables différentes. Les jeunes choisissent 5 cartes besoins et compléter les phrases suivantes :

- Quand mon besoin de ... est satisfait, je me sens...
- Quand mon besoin de ... n'est pas satisfait, je me sens...
- Je me sens parce que j'ai/ je n'ai pas besoin de

Suivi de 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



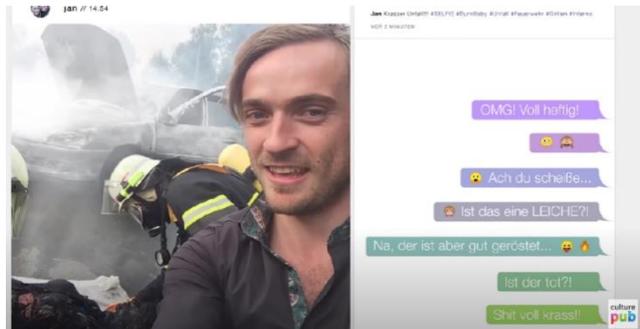
- Développer l'esprit critique des jeunes concernant les écrans



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"/>				
2. ... continuez-vous à utiliser internet malgré votre intention d'arrêter ?	<input type="checkbox"/>				
3. ... les autres (ex. partenaire, enfants, parents) vous disent-ils que vous devriez moins utiliser internet ?	<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"/>				
5. ... êtes-vous en manque de sommeil à cause d'internet ?	<input type="checkbox"/>				
6. ... pensez-vous à internet même quand vous n'êtes pas en ligne ?	<input type="checkbox"/>				
7. ... est-ce que vous vous réjouissez de votre prochaine utilisation d'internet ?	<input type="checkbox"/>				
8. ... pensez-vous que vous devriez moins utiliser internet ?	<input type="checkbox"/>				
9. ... avez-vous sans succès essayé de passer moins de temps sur internet ?	<input type="checkbox"/>				
10. ... vous dépêchez-vous de finir vos tâches (travail, tâches ménagères...) afin d'aller sur internet ?	<input type="checkbox"/>				
11. ... négligez-vous vos obligations quotidiennes (travail, école, ou vie familiale) parce que vous préférez aller sur internet ?	<input type="checkbox"/>				
12. ... allez-vous sur internet quand vous avez une baisse de moral ?	<input type="checkbox"/>				
13. ... utilisez-vous internet pour fuir vos peines (tristesses) ou vous soulager d'un sentiment négatif ?	<input type="checkbox"/>				
14. ... sentez-vous agité, frustré ou irrité lorsque vous ne pouvez pas utiliser internet ?	<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. Cette activité a pour objectif de réfléchir sur son usage des écrans et sur les conséquences sur la santé.

Séance 10 : Clôture du projet

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

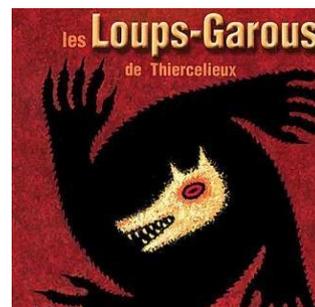


- Faire le bilan du programme.



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. En fin d'activité, un débriefing est réalisé afin d'échanger sur les stratégies mises en place, le travail d'argumentation et l'influence.

Ensuite, un bilan du projet 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...

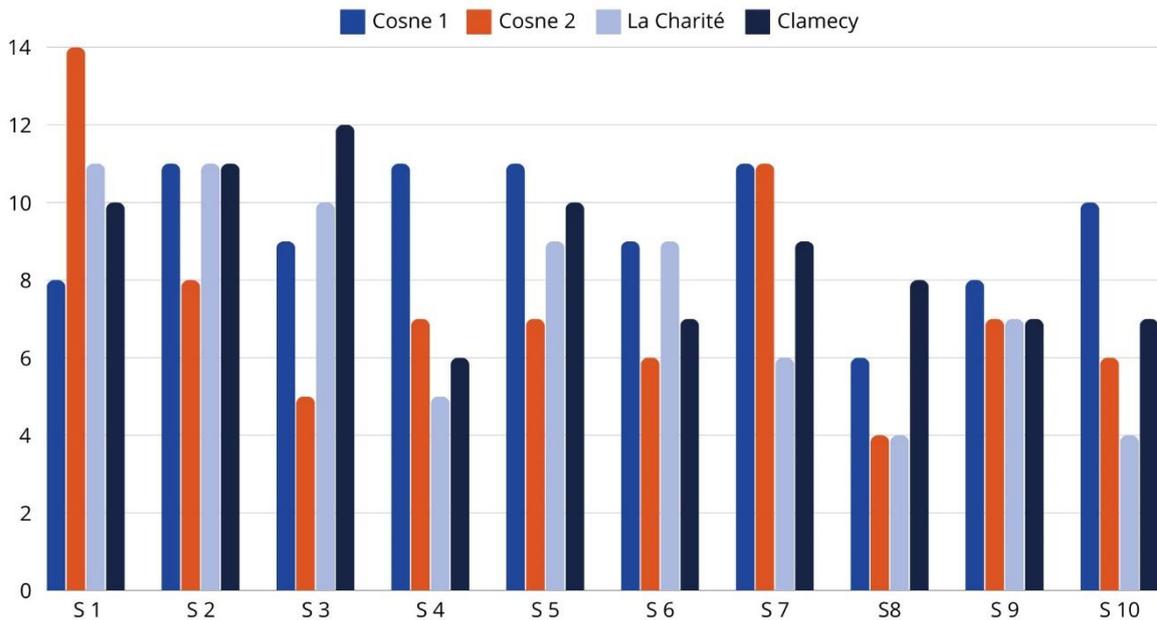
Les réponses sont lues par les animatrices et les jeunes peuvent développer leurs réponses s'ils le souhaitent.

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

3. Évaluation du projet

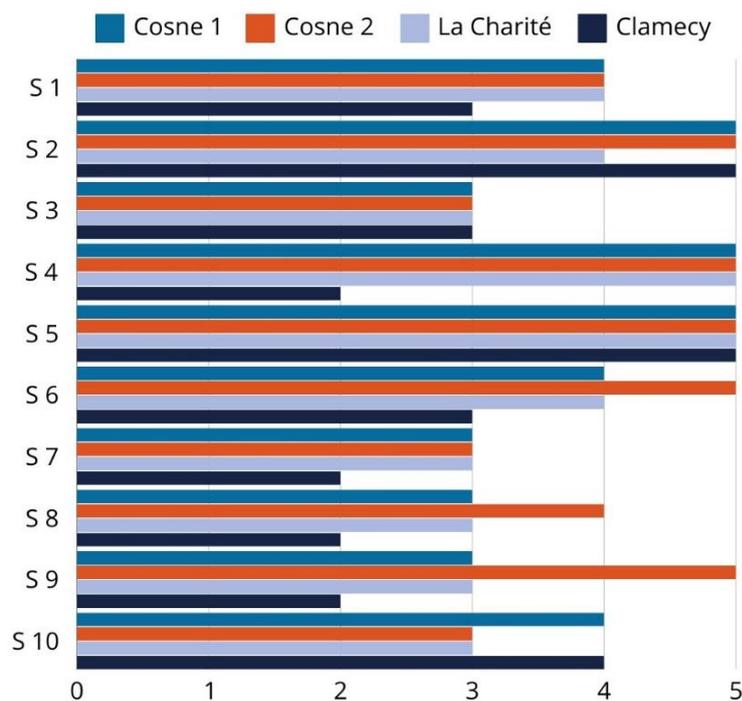
3.1. Compte rendu des référents après chaque séance

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



On observe une fréquentation disparate pouvant s'expliquer par la reprise d'un emploi, la réalisation de stage ou d'activité prioritaire (heure de conduite).

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



On observe une participation plus élevée sur l'ensemble des groupes sur les séances :

- 2 portant sur les représentations,
- 4 abordant sur la notion de groupe,
- 5 traitant du tabac et du cannabis.

On peut également noter que le groupe de Clamecy est celui dont la participation était la moins importante par rapport aux autres cohortes.

Intitulé n°3 : Proportion de jeunes ayant pris la parole lors des séances

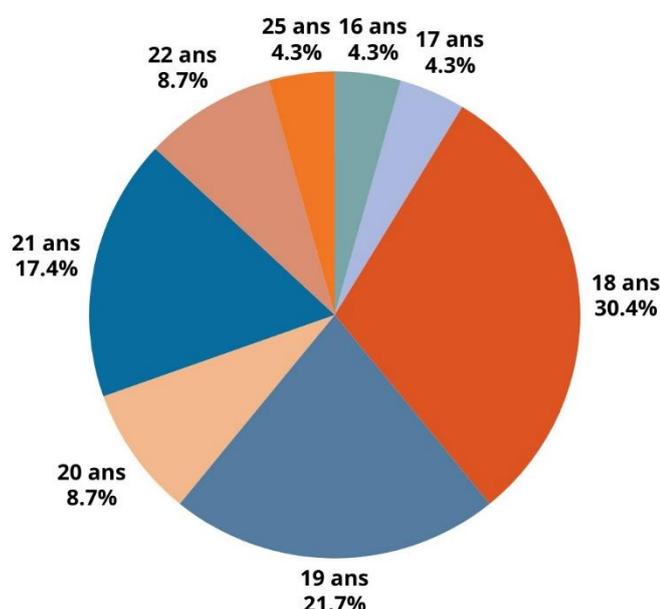
	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	S10
Cosne 1	50 %	75 %	50 %	50 %	75 %	50 %	50 %	50 %	50 %	50 %
Cosne 2	75 %	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %	75 %	75 %	100 %	50 %
La Charité	75 %	50 %	50 %	75 %	75 %	75 %	75 %	75 %	75 %	50 %
Clamecy	75 %	75 %	75 %	50 %	75 %	50 %	50 %	25 %	25 %	75 %

Selon les groupes, la personnalité des jeunes présents ainsi que le nombre de présents, la proportion de jeunes ayant pris la parole est différente. On observe que les jeunes du groupe Cosne 2 participaient plus que le groupe de Clamecy.

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

Cette évaluation regroupe l'ensemble des cohortes. Pour se faire, un questionnaire de satisfaction est rempli par les jeunes lors de la dernière séance afin de recueillir leur avis. En plus de la satisfaction, il nous permet également d'apprécier l'évolution de leurs CPS et nous sert d'indicateur pour apporter des modifications au projet si nécessaire. Sur l'ensemble des 4 cohortes, 22 jeunes ont répondu à ce questionnaire.

Répartition de l'âge des jeunes participants

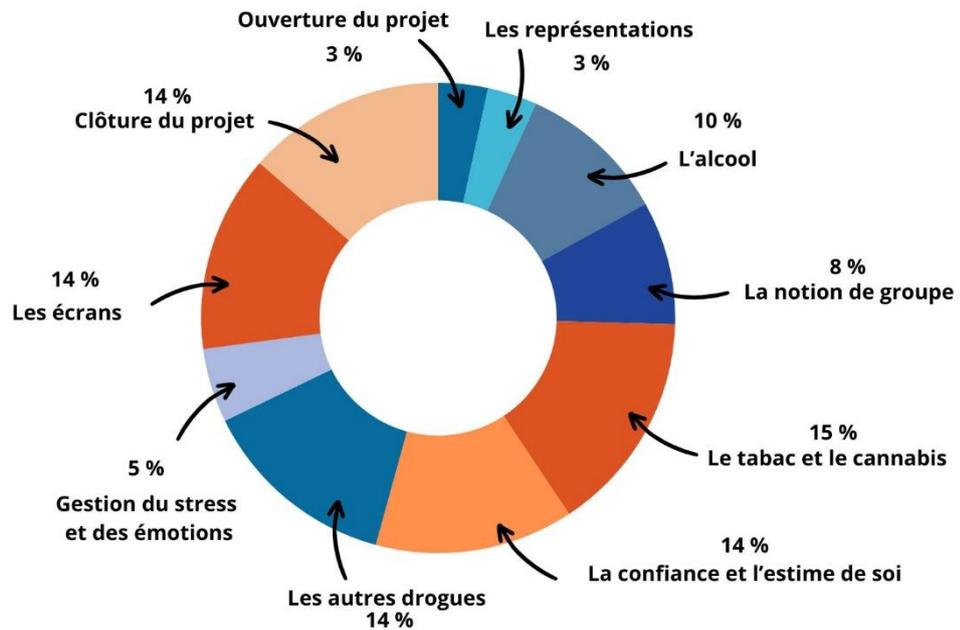


Évolution des Compétences Psycho-Sociales des jeunes à la suite du projet

	Oui	Moyennement	Non
1) Je sais plus facilement résoudre les problèmes que je rencontre	36 %	55 %	9 %
2) Je prends plus le temps de réfléchir aux avantages et aux inconvénients avant de prendre une décision	64 %	36 %	0 %
3) Je vérifie plus souvent les informations que je trouve sur internet ou que l'on me dit	64 %	32 %	4 %
4) J'arrive plus facilement à trouver des solutions adaptées lorsque je rencontre un problème	45 %	55 %	0 %
5) Je sais exprimer plus facilement ce que je pense face aux autres	36 %	41 %	23 %
6) J'arrive mieux à travailler avec un groupe que je ne connais pas	41 %	50 %	9 %
7) Je connais mieux mes forces et les choses à améliorer sur moi	68 %	32 %	0 %
8) J'arrive mieux à voir et comprendre lorsque je vois mon ami.e triste, joyeux ou en colère	59 %	32 %	9 %
9) Je sais ce qu'il faut faire pour gérer mon stress quand une situation est compliquée	27 %	41 %	32 %
10) Je sais reconnaître mes signes de colère et les contrôler	32 %	45 %	23 %
11) J'apporte plus facilement mon aide aux autres	50 %	41 %	9 %

Les CPS n° 5, 9 et 10 demanderaient à être renforcées.

4. Quelle.s séance.s t'a ou t'ont le plus marquée ?



5. 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 ?

" L'estime de soi et la confiance en soi "

" Mieux m'exprimer et comprendre les autres "

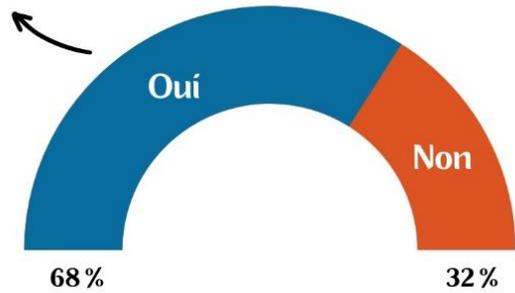
" Par rapport au stress "

" Les quantités des substances "

" Les effets secondaires et les conséquences des drogues "

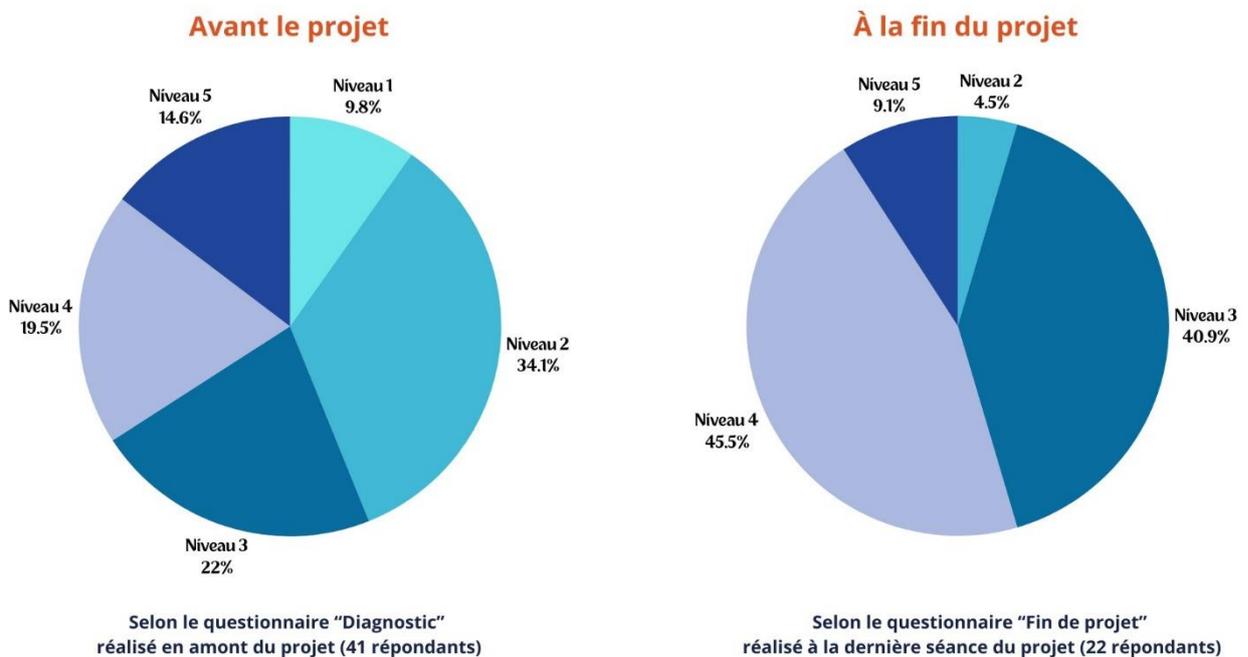
" Certaines addictions peuvent être plus dangereuses que d'autres "

" Plus facilement m'intégrer à un groupe "



Quel niveau de connaissances penses-tu avoir aujourd'hui sur les addictions ?

(Niveau 1 = peu de connaissance / Niveau 5 = beaucoup de connaissances)



Nous pouvons voir que la part de jeunes se trouvant dans les niveaux de connaissances les plus élevés est plus importante à la fin du projet.

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

Il faut que je travaille sur ma confiance en moi

Apprendre à mieux gérer les quantités

Ma voix compte et je suis écouté

Je ne prenais pas assez soin de moi

Je suis moins timide et plus sociable

Je suis capable de travailler en groupe et de m'intégrer

Je devais plus m'ouvrir aux autres

Ma façon d'être et la gestion des émotions

Je n'avais pas la bonne vision sur certaines choses

Il y a plein de solutions pour résoudre le problème des addictions

Je me sens mieux avec des personnes que je ne connais pas

Apprendre à dire Non

J'ai appris à mieux gérer mon stress

J'ai plus appris sur les autres (contrôle de leurs émotions, leurs réactions)

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 ?

« Le projet Check Ta Santé a permis à certains jeunes de reprendre confiance en eux ainsi qu'en l'adulte référent, de reprendre un rythme, et de se sociabiliser au travers des ateliers et durant les activités de groupe. »

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

« Les jeunes ayant participé semblent plus ouverts envers les animatrices et un lien de confiance s'est créé. Certains ont même intégré des dispositifs à la suite du projet (ex : 1 jeune est rentrée à l'E2C). De plus, un jeune qui a évoqué un Bad trip et qui a échangé avec Isabelle à ce sujet n'est plus consommateur aujourd'hui. »

Autres commentaires concernant les jeunes participants

« Ce projet permet une prise de conscience des risques et une meilleure connaissance des produits en constante évolution. Apport très positif pour les jeunes. »

Le projet Check Ta Santé

Points positifs

« La durée doit être maintenue à 2h00, les activités peuvent quasiment être faite, le rythme hebdomadaire et la dynamique des séances sont cohérents. »

Points à améliorer

« Je ne vois pas »

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

« Bonne co-animation, partenariat agréable et bonne communication entre les partenaires. »

Quel est votre avis général concernant le projet ?

« Projet très bénéfique pour les jeunes et même pour nous, les animatrices. Cela nous permet de mieux mobiliser les jeunes sur les autres ateliers proposés par la Mission Locale. »

Souhaitez-vous renouveler le projet l'année prochaine ?

« Bien sûr »

4. Bilan global

➤ Points positifs :

- L'investissement des référentes de la Mission Locales 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,
- Dynamique de groupe agréable et facile à gérer,
- Les retours positifs des jeunes vis à vis des animateurs,
- Le retour d'un jeune ayant stipulé avoir arrêté le cannabis à la suite du projet,
- La bonne appropriation du livret jeune pour cette 1^{ère} année d'utilisation,
- Le souhait de renouveler le projet d'année en année.

➤ Points à améliorer :

- L'absentéisme des jeunes sur certaines séances impactant la dynamique de groupe,
- Le manque de répondants aux questionnaires de fin de projet pour certaines cohortes.

5. Conclusion

Cette 4^e année montre un projet Check Ta Santé de plus en plus aboutit avec l'inauguration du livret jeune. 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. Nous remercions également Mme DOMMANGET de l'Association Addictions France pour son investissement.

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.

Annexes

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

Annexe 2 : Articles de Presse Journal du Centre – Octobre 2023

Annexe 3 : Articles de presse Journal du Centre – Novembre 2023

Annexe 4 : Articles de presse Journal du Centre – Mars 2024

Annexe 5 : Articles de presse Journal du Centre – Mai 2024

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 !

CLAMECY

Le projet "Check ta santé" est lancé

À l'initiative de Tab'Agir et de l'Association Addictions France, vendredi 22 septembre a marqué le début du projet "Check ta Santé" auprès d'un groupe de dix jeunes de Clamecy et de ses environs, tous accompagnés par la Mission locale Bourgogne nivernaise. Le programme est composé de dix séances de deux heures chacune, à raison d'une séance par semaine.

Elles sont destinées à des jeunes de 16 à 25 ans, sélectionnés par la Mission locale. Lors de la deuxième séance, organisée vendredi matin, à la Maison de la Formation et du Développement économique, ces jeunes ont planché sur le thème des représentations à partir du texte suivant : « Faire prendre conscience que les



PROJET. Le groupe de dix jeunes est accompagné par la mission locale Bourgogne nivernaise et par Tab'Agir.

croyanances ne sont pas toujours la réalité et qu'il faut vérifier la véracité des informations ».

Charlotte Henry, chargée de projets prévention au sein l'association Tab'Agir,

était présente pour échanger avec eux. Les séances ciblent les conduites addictives (tabac, alcool, écrans, et les autres drogues) et sont basées sur le développement des com-

pétences psycho-sociales (CPS) à partir d'activités pédagogiques interactives. Celles-ci sont toutes coanimées par une chargée de projets prévention de Tab'Agir ou de l'association Addictions France, en présence d'une référente de la Mission locale.

Depuis cette année, un livret nominatif a été remis aux jeunes. Il décline le projet, détaille les partenaires engagés dans l'opération et les thématiques des séances proposées. Il permet de prendre des notes lors de chaque séance. Le projet, qui va intégrer le même groupe de jeunes, va durer jusqu'au 23 novembre. L'objectif sera bien de parfaire ses connaissances au niveau des addictions et de mieux sensibiliser à ces conduites dangereuses. ■

COSNE-SUR-LOIRE

C'est reparti pour Check ta santé

La séance, vendredi, coanimée par Élina Landerouin, chargée de mission de projets de Tab'Agir, et Chloé Passuello, référente de la Mission locale Bourgogne Nivernaise, a rassemblé une dizaine de participants.

Les séances ciblent les conduites addictives (tabac, alcool, écrans et autres drogues) et sont basées sur le développement des compétences psycho-



DUO. Les deux intervenantes : Élina Landerouin (à gauche) et Chloé Passuello.

sociales à partir d'activités pédagogiques interactives.

La séance de vendredi avait comme objectif : définir la notion de groupe.

Afin de travailler la cohésion de groupe et l'entraide, l'activité du bâton d'hélium met en phase plusieurs intervenants qui, avec un bâton posé sur l'index, doivent faire descendre ce dernier jusqu'à terre en face-à-face avec leurs camarades.

L'appartenance à un groupe met en avant le savoir se faire accepter dans un groupe et accepter les autres comme ils sont.

L'activité « Île déserte » a pour objectif de trouver des solutions en groupe et permettre de mieux connaître son attitude à l'intérieur du groupe. ■

(*) Tous ces ateliers sont chapeautés par l'Agence Régionale de Santé, Tab'Agir, l'association Addictions France et la Mission locale Bourgogne Nivernaise.

Val de Loire

Dernière séance de Check ta santé

Débuté le 21 septembre, le programme Check ta santé, mis en partition par Tab'Agir à destination des missions locales, a trouvé son épilogue hier en rassemblant une dizaine de participants.

Dirigée par Héliana Landerouin de Tab'Agir, Isabelle Domanget d'Addictions France, Chloé Passuello et Anne-Sophie Meyer de la Mission Locale, cette séance a débuté par un rappel des sujets de la séance précédente qui portait sur les addictions aux écrans.

Des actions autour du loup-garou

Les animatrices ont, durant les dix séances, mis en avant la prévention des conduites addictives ainsi que le renforcement des compétences psychosociales des jeunes présents.

Cet après-midi-là, le jeu du loup-garou avait pour objectif de faciliter la prise de paroles, développer le



ADDITIONS. Les animatrices avec de gauche à droite sur la photo Anne-Sophie Meyer, Isabelle Domanget, Héliana Landerouin et Chloé Passuello.

travail d'argumentation, la persuasion et l'influence.

Chaque joueur a incarné un personnage, loup-garou ou villageois, le but étant, pour les villageois (dont certains ont des pouvoirs ou des particularités) de démasquer et tuer tous les loups-garous et bien sûr pour les loups-garous d'éliminer tous les

villageois sans se faire démasquer.

À l'issue de cette dernière séance, un projet de bilan a été établi en tenant compte du ressenti des jeunes participants. Il a été noté une bonne participation aux séances, des échanges fructueux ainsi qu'une cohésion intéressante entre les interve-

nants et les stagiaires.

Ces derniers ont pu donner leur avis sur les thèmes abordés en toute confidentialité avec la remise d'un questionnaire de satisfaction.

Pour 2024, le début des nouvelles sessions à Cosne-sur-Loire et La Charité-sur-Loire est programmé vendredi 8 mars. ■

Le temps du bilan pour Check ta Santé

Hier à la Maison de la Formation de Clamecy c'était le clap de fin pour le projet Check ta santé porté par Tab'agir et Addictions France. Il s'adressait aux jeunes inscrits en Contrat d'Engagement jeune (CEJ) auprès de la Mission locale Bourgogne-Nivernaise. La dernière séance s'est tenue dans la matinée.

Une séance chaque semaine

Ouvert le 22 septembre à raison d'une séance par semaine ce projet est mis en place depuis bientôt plus de trois ans sur les bassins de Cosne-Cours-sur-Loire, La Charité et Clamecy. Il est basé sur la prévention des conduites addictives par le renforcement des compétences psychosociales, c'est-à-dire les aptitudes de chacun à faire face aux aléas de la vie pour faire les meilleurs choix pour sa propre santé, « notamment en termes d'addictions et de consommation », souligne Isabelle Dommanget, consultante en addictologie et animatrice de prévention pour l'association Addictions France (AF, ex-ANPAA).

Toutes les addictions ont



PROJET. Le projet Check ta santé 2023 s'est achevé hier. Mais une nouvelle édition sera sans doute programmée dès l'an prochain.

été abordées : tabac, alcool, cannabis ainsi que les autres drogues de façon générale dont les médicaments. Ont été ciblées également les addictions comportementales dont les écrans (qui explosent) et l'alimentation.

En moyenne, une dizaine de jeunes ont assisté aux dix séances proposées. La matinée de jeudi a été consacrée à un bilan pour imaginer un cheminement entre chaque séance. Les jeunes sont repartis avec un livret reprenant toutes ces thématiques. « Ils y trouveront des coordonnées

des partenaires avec lesquels nous travaillons : point écoute jeune du Bij, Maison des Ados, consultations jeunes consommateurs que nous proposons à Addictions France, ex-ANPAA », ajoute Isabelle Dommanget.

Approfondir ses connaissances

Du côté des jeunes, Léa 21 ans, venue de Surgy, relevait avoir désormais plus de connaissances sur les addictions. « Je pensais que c'était intéressant d'en savoir un peu plus. La séance sur les émotions et

l'estime de soi m'a vraiment intéressée. C'est un sujet qui me touche particulièrement. »

La représentante de l'association Tab'Agir, Charlotte Henry, chargée de prévention, et deux animatrices de la Mission locale Bourgogne Nivernaise étaient également présentes. C'est la Mission locale qui avait d'ailleurs sélectionné les jeunes les plus à même de participer. Pour mieux faciliter le parcours d'insertion des jeunes, les conseillers référents pourront revenir, si besoin, sur ce projet. ■

Annexe 4 : Article de presse - Journal du Centre – Mars 2024

Les jeunes doivent être attentifs aux addictions

Cosne-Cours-sur-Loire. Check ta santé à la Mission Locale cosnoise.. Coachés par Charlotte Henry, chargée de projets prévention 58, et Anne-Sophie Meyer, de la mission locale, huit stagiaires étaient présents, mardi, pour le début de cette première édition de l'année.

Check ta santé, projet expérimental, a été créé par les chargés de prévention 58 Tab'agir en partenariat avec les animatrices prévention de l'association Addiction France 58 et les missions locales.

Ce projet vise à prévenir l'entrée dans les conduites addictives (tabac, alcool, cannabis et écrans), tout en renforçant les compétences psychosociales des jeunes. Il s'adresse aux jeunes accompagnés par la mission, sortis du milieu scolaire et en réinsertion professionnelle. Dix séances de deux heures sont proposées à raison d'une séance hebdomadaire.

La séance, sur le thème les représentations, permet aux participants d'apprendre à déconstruire les croyances normatives et vérifier la véracité des informations.

Les huit jeunes se sont bien pris au jeu avec quelquefois des réponses surprenantes aux affirmations édictées par Charlotte Henry, sur le comportement des jeunes de 18 à 30 ans, il y a une dizaine d'années.

Annexe 5 : Articles de presse - Journal du Centre – Mai 2024

Les jeunes en savent plus sur leur santé

Cosne-Cours-sur-Loire. Check ta santé à la mission locale de Cosne sur Loire. Jeudi avait lieu le clap de fin du projet Check ta santé, présenté par Charlotte Henry, chargée de projets Prévention 58. Le projet s'adresse aux jeunes inscrits en Contrat d'engagement jeune (CEJ) au sein de la mission locale Bourgogne Nivernaise.

Débuté en mars, à raison d'un thème par séance, le projet est basé sur la prévention des conduites addictives (alcool, tabac, écrans ou encore drogues) et le renforcement des compétences psycho-sociales (CPS).

En moyenne, une dizaine de jeunes ont assisté aux dix séances. Celles-ci sont toutes coanimées par la chargée de projets de prévention de l'association Tab'agir ou de l'association Addictions France, conjointement avec une référente de la mission locale Bourgogne Nivernaise.

Lors de cette dernière matinée, un bilan général a été dressé afin d'appréhender le ressenti des participants. Pour finaliser la séance, l'activité du Loup Garou a été réalisée, les objectifs sont de développer le travail de groupe, la communication, l'influence des autres.



. Le groupe de la dernière séance avec les intervenants. © Droits réservés

Le Projet Check Ta Santé s'achève

La Charité-sur-Loire. Projet Check Ta Santé Tab'aglr.. Mardi 14 mai était le jour de la dixième et dernière séance du projet Check Ta Santé à La Charité-sur-Loire. Un groupe de dix jeunes accompagnés par la Mission Locale ont bénéficié de dix séances de deux heures à raison d'une séance par semaine.

Ces séances ont pour objectif de cibler les conduites addictives, qu'elles soient autour du tabac, de l'alcool, des écrans et des autres drogues et sont basées sur le développement des Compétences Psycho-Sociales (CPS). Celles-ci sont toutes coanimées par une chargée de projets prévention de l'association Tab'aglr ou de l'Association Addictions France, avec une référente de la Mission Locale Bourgogne Nivernaise.

Pour cette dernière séance, les jeunes ont réalisé un bilan général du projet en évoquant les éléments préférés, ceux les moins appréciés et pour finir ceux qu'ils ont appris sur eux-mêmes grâce aux séances.

L'activité du Loup Garou a été réalisée, dont les objectifs sont de faciliter la prise de parole, développer le travail sur l'argumentation, la persuasion et l'influence des autres. Puis la séance s'est terminée par un moment de convivialité autour d'un goûter.



Une série de dix séances s'achève avec le sourire. © Droits réservés