

# ACCOMPAGNER LE DÉCONFINEMENT À LA PJJ

## EN CONFORTANT LE DÉVELOPPEMENT DES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES

La crise sanitaire que nous vivons touche l'ensemble de la population et tous les milieux de vie, se répercutant sur de nombreux aspects du quotidien. La Fédération nationale d'éducation et de promotion de la santé (Fnes) et la Direction de la Protection Judiciaire de la Jeunesse (DPJJ) se sont mobilisées pour réaliser un guide d'accompagnement à destination des professionnels socio-éducatifs, leur permettant d'ouvrir ou poursuivre le dialogue avec les jeunes dans cette période particulière, et leur donner la possibilité de prendre en main leur santé et bien-être. Il contient des principes fondamentaux, des supports pratiques et de nombreuses ressources pour mettre en place des animations s'appuyant sur les compétences psychosociales.



## Autrices

Soraya Ayouch, DPJJ  
Cécile Benoit, Ireps Occitanie  
Laurie Cornu, DIRPJJ Ile-de-France/Outre-Mer  
Pauline Guezennec, DIRPJJ Grand-Nord  
Stéphanie Kosmala-Visine, DIRPJJ Grand-Est  
Séverine Lafitte, Fnes  
Cathy Noell, Ireps Grand-Est  
Suzanne Rousselet, DIRPJJ Grand-Ouest  
Isabelle Touzani, DPJJ

Réalisé dans le cadre de la démarche « PJJ Promotrice de santé »



## Utilisation et reproduction

La Fnes autorise l'utilisation et la reproduction du contenu de cet ouvrage, sous réserve de la mention des sources.

## Citation proposée

Ayouch S, Benoit C, Cornu L, Guezennec P, Kosmala-Visine S, Lafitte S, Noell C, Rousselet S, Touzani I. Accompagner le déconfinement à la PJJ en confortant le développement des compétences psychosociales. Saint-Denis : Fédération nationale d'éducation et de promotion de la santé ; 2020. 65 p.

## Remerciements

Nous souhaitons remercier les relectrices du guide Cécile Chaussignand (Cres Paca), Danielle Forgeot (Pôle Santé, DPJJ) et Christine Ferron (Fnes) ainsi que Léa Mussillier (Fnes) pour la conception graphique de ce document. Nous remercions également l'engagement des directions interrégionales de la PJJ pour l'implication dans la construction de ce guide.

## Date

Juillet 2020

# SOMMAIRE

<b>PRÉSENTATION DU CONTEXTE ET DES OBJECTIFS DU GUIDE</b>	<b>4</b>
<b>Un guide adapté aux professionnels et aux jeunes de la PJJ</b>	<b>4</b>
<i>À l'origine du guide, la démarche « PJJ Promotrice de santé »</i>	4
<i>Les objectifs : pourquoi ce guide ?</i>	5
<i>Accompagner le parcours des jeunes suivis par la PJJ (en temps ordinaire)</i>	6
<i>Accompagner les besoins des jeunes de la PJJ dans une période extraordinaire, telle que l'après-confinement</i>	6
<b>L'utilisation du guide par les professionnels de la PJJ</b>	<b>8</b>
<i>À qui s'adresse ce guide ?</i>	8
<i>Comment est structuré ce guide ?</i>	8
<b>ANIMATION ET PARTICIPATION DES JEUNES AUX SÉANCES PÉDAGOGIQUES</b>	<b>9</b>
<b>La participation des jeunes dans l'animation des séances : le principe fondateur</b>	<b>9</b>
<i>Le pouvoir d'agir des jeunes : « l'empowerment »</i>	9
<i>Le rôle de l'animateur et des équipes pluridisciplinaires</i>	9
<b>Les techniques participatives et la posture en éducation pour la santé</b>	<b>10</b>
<i>Pourquoi utiliser des techniques participatives ?</i>	10
<i>Rappels méthodologiques</i>	10
<i>Quelques conseils pour contrôler et gérer la dynamique de groupe</i>	12
<i>Les points à prendre en compte par les animateurs</i>	13
<b>Le suivi et l'évaluation des séances pédagogiques</b>	<b>13</b>
<i>Modèle de fiche préparatoire d'une séance pédagogique</i>	14
<i>Modèle de fiche de suivi ou d'évaluation</i>	16
<b>PROPOSITIONS DE SÉANCES PÉDAGOGIQUES D'ÉDUCATION POUR LA SANTÉ</b>	<b>17</b>
<b>La construction de séances pédagogiques dans le respect des gestes barrières</b>	<b>17</b>
<b>Dix propositions de séances pédagogiques</b>	<b>17</b>
<i>Introduction de séance</i>	18
<i>Rituels de fin de séance</i>	18
<i>L'expression du ressenti</i>	19
<i>L'expression des émotions suite à une période donnée</i>	25
<i>Le décryptage des informations transmis par les médias</i>	26
<i>La relation à l'autre dans un contexte de crise</i>	30
<i>La relation à l'environnement et son impact en matière de consommations de produits psychotropes</i>	34
<i>Exemple d'un atelier Covid-19 mené sur le STEI REZE - DT 44-85 (DIRPJJ Grand-Ouest)</i>	36
<b>LA PROMOTION DE LA SANTÉ ET LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES</b>	<b>41</b>
<b>La promotion de la santé</b>	<b>41</b>
<b>Deux types de classification des compétences psychosociales</b>	<b>42</b>
<b>Une efficacité démontrée</b>	<b>43</b>
<b>RESSOURCES POUR ALLER PLUS LOIN</b>	<b>45</b>
<b>Les sites de référence utiles</b>	<b>45</b>
<i>Sites d'information sur le coronavirus</i>	45
<i>Sites d'information sur les addictions</i>	45
<i>Sites d'information sur l'alimentation</i>	45
<i>Sites d'information sur la vie affective et sexuelle</i>	46
<i>Sites d'information sur la santé des jeunes</i>	46
<b>Quelques ressources sur les compétences psychosociales</b>	<b>46</b>
<b>Les centres de ressources dédiés aux jeunes près de chez vous</b>	<b>46</b>
<b>Pour vous former ou être accompagné dans vos projets...</b>	<b>47</b>
<b>ANNEXES</b>	<b>49</b>

# PRÉSENTATION DU CONTEXTE ET DES OBJECTIFS DU GUIDE

## Un guide adapté aux professionnels et aux jeunes de la PJJ

### *À l'origine du guide, la démarche « PJJ Promotrice de santé »*

L'idée de rassembler dans un guide unique des pistes d'actions variées pour développer les compétences psychosociales des jeunes pris en charge par la PJJ s'inscrit dans la continuité d'une rencontre ; celle entre les Instances régionales d'éducation et de promotion de la santé (Ireps)<sup>1</sup> et autres structures fédérées au sein de la Fédération nationale d'éducation et de promotion de la santé (Fnes) et le pôle santé de la Direction de la Protection judiciaire de la jeunesse (DPJJ) animant le réseau des conseillers techniques en charge de la promotion de la santé des jeunes dans les neuf directions interrégionales de la PJJ (DIRPJJ). Leur collaboration active fait vivre la démarche « PJJ promotrice de santé ».

Lancée par la note de la DPJJ en février 2013, la démarche « PJJ promotrice de santé » est fondée sur les cinq axes stratégiques de la promotion de la santé définis par l'Organisation mondiale de la santé (OMS) dans la Charte d'Ottawa en 1986. Cette démarche repose sur une définition de la santé comme « *un état de complet bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité* ». La santé - bien-être (y compris la santé mentale) est déterminée avant tout par des facteurs non biomédicaux appelés déterminants de la santé : éducation, logement, transports, loisirs, revenus, emploi, environnements physiques, relations sociales, etc.

*« Ainsi la santé n'est pas qu'une affaire de responsabilité individuelle ou de professionnels de santé, mais bien aussi une affaire collective sociale et politique. [...] La promotion de la santé est ainsi une approche transversale, intersectorielle, centrée sur le pouvoir d'agir des individus. »* (Françoise Marchand-Buttin, Les Cahiers Dynamiques, 2016)

Depuis 2013, des temps d'échanges réguliers entre les réseaux de la Fnes et la DPJJ ont permis de construire une connaissance partagée des jeunes accompagnés par la PJJ, de leurs besoins en termes de promotion de la santé et des impacts du contexte judiciaire dans lequel ils sont pris en charge (durée des mandats judiciaires, prises en charge en milieu ouvert, insertion ou hébergement, interventions pluridisciplinaires etc.). L'objectif est de consolider ce travail partenarial aux différents échelons territoriaux et de venir irriguer les interventions au bénéfice des jeunes et de leurs familles. La politique de promotion de la santé que la PJJ mène à chaque niveau institutionnel, la manière dont on agit en privilégiant la participation des jeunes, la qualité de l'environnement que l'on offre ainsi que le développement des compétences individuelles sont aussi importants que l'accès aux soins. C'est ainsi que les 5 axes de la promotion de la santé, travaillés simultanément pour plus d'efficacité, structurent la démarche (cf. page 40). De plus, la feuille de route 2019-2022 de la « Stratégie Santé des personnes placées sous main de justice » définit le développement de la promotion de la santé comme une priorité.

<sup>1</sup> Toutes les structures du réseau de la Fnes seront appelées Ireps dans ce document.

## Les objectifs : pourquoi ce guide ?

La crise sanitaire que nous vivons est inédite. Elle touche l'ensemble de la population et impacte la vie sociale, économique, culturelle de tout un chacun, dans tous les milieux de vie. La période de confinement a mis en évidence des inégalités sociales de santé.

Au même titre que les professionnels, chaque jeune vit cette période de façon singulière et il est important qu'il puisse s'exprimer sur son vécu, ses ressentis. En effet, les inégalités de santé cumulées avec les difficultés propres à chaque jeune, peuvent altérer son bien-être.

Par ailleurs, l'accélération du déconfinement ne veut pas dire un retour à la normale : certains changements de comportements doivent s'installer dans le temps, notamment les gestes barrières, et nécessitent d'être accompagnés et compris.

Les gestes barrières impliquent une distanciation physique qui ne signifie pas une distanciation sociale. Il est ainsi important de veiller au développement des relations affectives qui préservent les modalités du lien social, d'autant plus fondamentales à cette période de l'adolescence, caractérisée par l'expérience de l'autonomie, de la socialisation et de la rencontre avec autrui, s'inscrivant parfois dans l'immédiateté et dans l'actualité des réseaux sociaux.

En réponse à la phase de déconfinement, la Fnes et son réseau se sont mobilisés pour élaborer des ressources et modalités d'interventions collectives à destination des professionnels concernés par l'accompagnement du déconfinement et ses suites auprès de publics spécifiques. Cette mobilisation s'est traduite par la réalisation d'un guide sur la méthodologie de projet appliquée au déconfinement dans une logique de mise en œuvre interprofessionnelle et intersectorielle, et par la production de guides d'accompagnement à l'animation de séances pédagogiques d'éducation pour la santé, axés sur des populations et milieux identifiés comme prioritaires : enfants, adolescents et jeunes, publics vulnérables et milieu carcéral. Ces ressources<sup>2</sup> proposent d'inscrire les interventions dans une perspective de promotion de la santé et de développement des compétences de toutes les parties prenantes.

Dans ce contexte, c'est tout naturellement que la question de formaliser un guide spécifique pour les adolescents pris en charge par la PJJ s'est posée. Chacun (représentants Fnes et PJJ) y a vu l'opportunité de construire ensemble une sélection de séances pédagogiques prenant en compte les besoins des jeunes, les préoccupations institutionnelles et les objectifs de travail des professionnels dans la prise en charge judiciaire et éducative.

Les compétences des jeunes ciblées par ces séances viennent en complément de celles déjà travaillées à la PJJ, à la fois lors d'accompagnements individuels mais aussi par la mise en œuvre d'activités collectives, et ce en faveur de leur insertion sociale et professionnelle et plus globalement de leur parcours de vie.

<sup>2</sup> Les guides sont téléchargeables depuis le site internet de la Fnes : <https://www.fnes.fr/actualites-generales/guides-daccompagnement-au-deconfinement-a-destination-des-professionnels>

## *Accompagner le parcours des jeunes suivis par la PJJ (en temps ordinaire)*

Les équipes pluridisciplinaires ont un rôle à jouer dans la prise de conscience des jeunes accompagnés dans leurs capacités et leur pouvoir d'agir. Proposer et développer des activités participatives permet de travailler « avec » les jeunes et non « pour » les jeunes. Partir de leurs besoins, les rendre acteurs des activités proposées a un impact sur leurs compétences psychosociales.

L'approche globale des équipes pluridisciplinaires qui prend en compte tous les aspects de la vie est déterminante dans le parcours du jeune.

Le parcours est un processus progressif qui offre à chaque jeune la possibilité, par la découverte et l'expérimentation, de mobiliser, développer et renforcer ses compétences. Il se déroule tout au long de la prise en charge par la PJJ dans la perspective d'une insertion sociale, scolaire, professionnelle.

Pour le jeune, la mise en œuvre du parcours poursuit notamment 3 objectifs :

- Découvrir le monde social et professionnel,
- Développer son sens de l'engagement et de l'initiative,
- Élaborer son projet d'insertion, scolaire et professionnelle.

Ainsi, le parcours se fonde sur l'acquisition de compétences et de connaissances relatives au monde social, scolaire et professionnel, dans le cadre des enseignements, des périodes de formation en milieu professionnel ou encore à travers des séances éducatives. Les séances éducatives représentent un outil pertinent et efficace pour accompagner le jeune dans son parcours de vie. Validées et connues de l'ensemble de l'équipe éducative, aussi bien par le responsable de service, que le psychologue ou encore l'éducateur, leur articulation et un suivi avec d'autres activités renforcera le travail éducatif à l'œuvre dans l'accompagnement de chaque jeune.

## *Accompagner les besoins des jeunes de la PJJ dans une période extraordinaire, telle que l'après-confinement*

Durant la période de confinement, l'accompagnement éducatif et psychosocial des jeunes sous main de justice a dû s'adapter, en privilégiant par des contacts téléphoniques notamment un maintien du lien à distance en milieu ouvert et en réorganisant le fonctionnement en hébergement.

Certains jeunes ont vécu le confinement au domicile familial et d'autres sont restés dans les hébergements. La diminution des activités voire leur suppression (activités sociales, de formation, physiques etc.), la frustration ou la promiscuité au sein du domicile ont pu générer des troubles et des tensions. Ainsi, selon les conditions (familiales, sociales, environnementales) dans lesquelles les jeunes ont vécu le confinement, les besoins de chacun peuvent être très variables<sup>3</sup> :

<sup>3</sup> Baritaud P, Berthelot C, Henriot L, Lombard O, Paltineau M, Salin C. Guide du « déconfinement » pour les professionnels intervenant auprès des adolescents et des jeunes. Saint-Denis : Fédération nationale d'éducation et de promotion de la santé ; 2020. 63 p. [https://www.fnes.fr/wp-content/uploads/2020/06/Fnes-GuideD%C3%A9confCovid19\\_-jeunes\\_0620.pdf](https://www.fnes.fr/wp-content/uploads/2020/06/Fnes-GuideD%C3%A9confCovid19_-jeunes_0620.pdf)

## **Besoin de s'exprimer et d'échanger**

L'épidémie et les mesures prises pour s'en protéger ont suscité des questionnements, des angoisses d'où le besoin de s'exprimer pour prendre conscience de son ressenti, son vécu et s'en libérer afin de développer sa propre réflexion.

## **Besoin de confiance en soi et envers autrui**

La confiance en la société et en autrui a pu être ébranlée dans le contexte épidémique avec les multiples informations parfois contradictoires, et les « fake news » auxquelles les jeunes ont eu accès. Les professionnels qui témoignent aux jeunes de la confiance quant à leur capacité à penser et à se positionner par eux-mêmes, leur permettent aussi de reprendre confiance en eux-mêmes.

## **Besoin de sécurité**

Le sentiment de sécurité peut être procuré par les conditions favorables mises en œuvre lors des séances avec les jeunes. L'apprentissage des gestes barrières, qui sont nécessairement mis en place dans les structures pour garantir la sécurité de tous, est à investir comme positif et sécurisant. Pour qu'ils soient adoptés par les jeunes, il sera important de cheminer avec eux sur ce qui peut être sécurisant pour eux dans le contexte actuel.

## **Besoin de responsabilité, d'autonomie et de participation**

L'autonomie est le pouvoir de se fixer ses propres règles de conduite, ses propres orientations, mais aussi le niveau de risque que l'on est prêt à courir. Comprendre ce qui peut être induit par ses actes à court, moyen et long terme est l'un des moyens pour permettre au jeune de faire des choix de comportement favorables à sa santé et à celle des autres. L'estime de soi est à conforter, et travailler sur les compétences psychosociales y contribue.

Au moment du déconfinement, les jeunes réintègrent progressivement les services et hébergements. Dès lors, il apparaît important d'apporter un étayage pédagogique spécifique aux équipes pluridisciplinaires (psycho-socio-éducatives) de la PJJ dans la poursuite de leurs missions. D'une part, les activités proposées accompagnent les problématiques liées à la période particulière de pandémie Covid-19 ; d'autre part, elles peuvent être mobilisées dans le contexte habituel des prises en charge judiciaires, en particulier en hébergement.

Ainsi, ces activités représentent l'opportunité pour les jeunes de mieux se connaître, de répondre à leurs besoins, d'identifier leurs ressources, de retrouver du pouvoir d'agir et de prendre conscience des aptitudes qu'ils peuvent mobiliser.

Les séances pédagogiques peuvent être proposées à titre individuel et/ou collectif de manière à réinscrire le jeune dans un collectif de pairs.

## L'utilisation du guide par les professionnels de la PJJ

### *À qui s'adresse ce guide ?*

Le guide s'adresse à tous professionnels de la PJJ et des Services associatifs habilités Justice, intervenant auprès d'un public d'adolescents sous mandat judiciaire. Un guide spécifique a été réalisé pour les personnes détenues « Promotion de la santé en milieu carcéral, pistes d'actions pour un déconfinement »<sup>4</sup>. Les deux guides sont complémentaires d'une part par la spécificité de la période de l'adolescence et d'autre part de l'environnement et des contraintes en milieu carcéral.

Les activités proposées peuvent être mises en œuvre par les professionnels de terrain qu'ils soient éducateurs, assistants de service sociaux, psychologues, infirmiers, etc. Ils peuvent être seuls en tant qu'animateur ou en co-animation ; le conseiller technique en promotion de la santé de la direction territoriale de la PJJ peut venir en appui de l'animation.

Les différentes expériences montrent que les directions de service tiennent une place essentielle dans la mise en œuvre d'actions visant le développement des compétences psychosociales au sein de leurs services et établissements, en lien avec les conseillers techniques en promotion de la santé dans les territoires. Ce portage institutionnel par les responsables d'unités et les directeurs de service favorise la reconnaissance de l'implication des professionnels dans les activités et la pérennisation de l'action dans le temps.

L'ouverture à des partenariats structurés apportant une expertise en prévention, éducation pour la santé et promotion de la santé (Ireps, opérateurs de prévention, associations d'éducation populaire, structures de soin, etc.) est également un facteur de réussite identifié.

### *Comment est structuré ce guide ?*

Réalisé dans un contexte de crise sanitaire, le guide propose une méthode d'animation favorisant la participation des jeunes (posture, rôle des animateurs...) suivi d'une sélection de séances sous forme de fiches pédagogiques « clés en main » adaptées au contexte de la PJJ et permettant de développer les compétences relationnelles, sociales et cognitives des jeunes avec un enjeu fort sur le « vivre ensemble en période d'épidémie ».

Les concepts sont abordés dans une troisième partie dans l'objectif d'approfondir les connaissances des professionnels sur la promotion de la santé et les compétences psychosociales.

La dernière partie regroupe des ressources sur les partenariats possibles dont les Ireps, les bases d'outils pédagogiques disponibles et quelques références bibliographiques.

En annexe figurent les documents à utiliser ou à remettre aux jeunes lors des activités, pour pouvoir les regraphier facilement. Des modèles de fiches pédagogiques sont disponibles pour permettre à chaque professionnel de créer lui-même une séance d'éducation pour la santé en fonction des besoins des jeunes.

---

<sup>4</sup> Le Grand E, Legba R, Rolland M, Rozand A, Promotion de la santé en milieu carcéral : Pistes d'action pour un déconfinement. Saint-Denis : Fédération nationale d'éducation et de promotion de la santé ; 2020. 24p. [https://www.fnes.fr/wp-content/uploads/2020/06/Fnes-GuideD%C3%A9confCovid19\\_prison\\_0620.pdf](https://www.fnes.fr/wp-content/uploads/2020/06/Fnes-GuideD%C3%A9confCovid19_prison_0620.pdf)



# ANIMATION ET PARTICIPATION DES JEUNES AUX SÉANCES PÉDAGOGIQUES

## La participation des jeunes dans l'animation des séances : le principe fondateur

### *Le pouvoir d'agir des jeunes : « l'empowerment »*

La démarche « PJJ promotrice de santé » s'appuie sur le pouvoir d'agir des jeunes et des professionnels : « la santé, c'est avoir les moyens de tracer un cheminement personnel et original vers le bien-être physique, psychologique et social » (Christophe Dejours). La participation des jeunes et leur famille (3<sup>ème</sup> axe de la démarche « PJJ promotrice de santé ») est envisagée comme un processus rendant les jeunes acteurs de leur santé et leur bien-être. L'une des missions de la prise en charge globale est de les amener à être en mesure de mieux prendre en charge leur santé. On peut parler de participation-empowerment.

Le terme « empowerment », difficilement traduisible en français est le résultat de la définition donnée par la Charte d'Ottawa à la démarche de promotion de la santé : « processus qui confère aux populations le moyen d'exercer un plus grand contrôle sur leur propre santé ».

L'empowerment est donc un « processus d'action sociale par lequel les individus, les communautés et les organisations acquièrent la maîtrise de leur vie en changeant leur environnement social et politique afin d'accroître l'équité et d'améliorer leur qualité de vie. » (Nina Wallerstein, 2006). Dans son rapport à l'OMS, Nina Wallerstein souligne que « L'empowerment ne peut pas être conféré aux personnes, mais est issu d'un processus par lequel les personnes s'attribuent du pouvoir. ».

### *Le rôle de l'animateur et des équipes pluridisciplinaires*

L'enjeu est d'amener les jeunes à participer activement aux séances grâce à une posture pédagogique de l'animateur qui encourage les jeunes à interagir. Les techniques d'animation proposées visent à soutenir la parole des jeunes sur leurs expériences du confinement, du déconfinement, sur leur ressenti face aux nouveaux comportements à adopter et plus largement sur tout type d'événements pouvant entraîner un afflux émotionnel ou affectif.

« Le but de l'éducateur n'est plus seulement d'apprendre quelque chose à son interlocuteur, mais de rechercher avec lui les moyens de transformer le monde dans lequel ils vivent » (Paolo Freire - Pédagogie des opprimés (1974))

Les équipes pluridisciplinaires de la PJJ, dans le cadre de la démarche « PJJ promotrice de santé » auprès des jeunes, peuvent accompagner ces derniers à développer leur « pouvoir d'agir » à travers des techniques participatives qui encouragent leur implication et leur participation.

## Les techniques participatives et la posture en éducation pour la santé

### *Pourquoi utiliser des techniques participatives ?*

Les techniques participatives permettent principalement de :

- Susciter l'intérêt des jeunes ;
- Donner aux jeunes une meilleure perspective sur leur situation et une meilleure compréhension de celle-ci (analyser leur propre vécu) ;
- Développer un processus collectif de discussion, d'analyse critique et de réflexion : prendre part à des débats collectifs pour aboutir à la construction collective de propositions et d'actions ;
- Fédérer les participants autour d'un objectif commun ;
- Découvrir leurs talents et leurs capacités cachés ;
- Acquérir de l'expérience dans la résolution des problèmes et la prise de décisions ;
- Développer leur confiance en soi ;
- Explorer les droits et devoirs de chacun ;
- Diminuer l'isolement et développer des liens amicaux ;
- Développer la capacité à s'organiser collectivement.

### *Rappels méthodologiques*

Avant d'animer une séance éducative individuelle ou collective, six étapes sont à planifier :

#### **Définir les objectifs pédagogiques/éducatifs de la séance**

Lorsqu'une séance éducative s'inscrit dans un projet plus global, elle doit proposer des objectifs pédagogiques ou éducatifs adaptés au public et au temps dont l'animateur dispose. Ces objectifs sont à construire en fonction de ce que l'on cherche à atteindre grâce à l'activité, par exemple : faire évoluer des représentations, des connaissances, développer des compétences (savoir-faire, savoir-être, pouvoir d'agir). Les objectifs peuvent aussi s'inscrire dans une logique de progression prévue sur plusieurs séances.

#### **Choisir les outils d'intervention pour répondre aux objectifs fixés**

Lorsque les objectifs sont fixés, on peut identifier les outils d'intervention (techniques d'animation, outils pédagogiques...). L'outil est un moyen pour atteindre des objectifs, on le choisit par rapport aux objectifs et non l'inverse.

Il existe de nombreux recueils, ouvrages ou bases de données proposant des outils d'intervention. Quelques critères sont à retenir pour aider à faire un choix :

- Critères individuels : temps personnel à investir, compétences pour utiliser l'outil ;
- Critères liés à l'outil : technique d'animation, contenu adapté au public, esthétique, solidité, évaluation positive (d'experts, de collègues qui l'ont expérimenté), validité des informations données ;
- Critères liés à l'accessibilité de l'outil : présence ou non dans les centres de ressources en proximité sur le territoire, coût de l'outil ou de l'activité, partenariat possible ;
- Critères liés aux conditions d'utilisation de l'outil : caractéristiques du public, milieu d'intervention, conditions matérielles, temps disponible.

De plus, pour faciliter l'implication du groupe, il est préférable de privilégier des outils d'intervention qui supposent la participation des personnes. Les travaux en sous-groupe sont une modalité de travail particulièrement intéressante et productive. Il est également conseillé de varier les outils et les modalités d'organisation des activités durant la séance (alternance grands groupes, petits groupes).

### **Organiser l'accueil de l'atelier dans un lieu et dans un cadre où les jeunes se sentent à l'aise (également aménager la salle en fonction du respect des gestes barrières).**

La réussite de la séance est conditionnée par le souci porté aux conditions matérielles dans lesquelles elle va se dérouler. La salle choisie et son organisation spatiale permettent de faciliter les échanges, ce qui passe par le fait que tout le monde puisse se voir et interagir. Pour certaines animations, il peut être utile de prévoir un accueil avec des boissons (ou pour les temps de pause, ou après l'animation) pour favoriser les échanges dans un cadre plus informel et convivial.

L'animation peut se dérouler à l'extérieur. Il est alors primordial de repérer les lieux, veiller aux conditions météorologiques, pour préparer la séance d'animation, prévoir le cas échéant une solution alternative et veiller à la sécurité du groupe.

### **Prévoir les modalités d'animation**

Il faut choisir la modalité d'animation la plus adaptée au contexte (seul, co-animation). S'il s'agit d'une co-animation, il est important de s'entendre en amont de la séance sur le rôle de chacun mais aussi de s'accorder sur les objectifs que l'on veut atteindre et les moyens que l'on veut utiliser pour ce faire.

### **Prévoir l'évaluation**

Même si le temps d'animation est court ou l'animation ponctuelle, il est utile de prévoir une forme d'évaluation brève qui exige peu de temps. Cela peut prendre différentes formes avec l'utilisation d'outils d'intervention et de techniques d'animation. Il est utile d'avoir les avis des participants sur les échanges, sur la possibilité de pouvoir s'exprimer, sur l'intérêt de l'intervention, sur le fait d'avoir mieux compris le problème ou identifier des pistes pour agir. En lien avec l'évaluation, il est préconisé de garder une trace du contenu de chaque séance et d'en faire un suivi.

En effet, le suivi et l'évaluation de chaque séance permettra de :

- Mesurer la progression des jeunes d'une séance sur l'autre, par exemple sur le niveau de participation, la qualité des échanges, l'appropriation des connaissances ou encore les évolutions en matière de compétences (leur capacité à prendre la parole, leur capacité à exprimer son point de vue et le défendre, etc.) ;
- Partager des éléments formalisés avec les référents impliqués dans la prise en charge et le suivi des jeunes ayant participé aux séances ;
- Préparer la séance suivante en termes de contenu ou encore de ressources à transmettre aux jeunes de manière individuelle ou collective.

### **Intégrer les séances dans l'accompagnement du jeune**

Les jeunes pris en charge sont bien souvent suivis par plusieurs professionnels. Ces professionnels peuvent venir de différents services mais également exercer dans des structures partenaires et représenter ainsi leurs institutions. Dans ce contexte, travailler en collaboration

interne et/ou partenariale, et intégrer les séances dans le suivi et la prise en charge permettront de maintenir la cohérence éducative au bénéfice des jeunes.

Ainsi, pour favoriser l'efficacité d'un atelier participatif, la mise en place et le déroulé reposent sur 4 fondements :

1. Répondre clairement aux questions suivantes avant d'utiliser une technique d'animation :

Sur quel thème allons-nous travailler ? (Quoi?)

Quel est l'objectif poursuivi ? (Pourquoi ?)

2. Proposer la technique la plus adéquate pour traiter le sujet, atteindre l'objectif fixé, avec les participants présents.

3. Préciser comment la technique va être appliquée et détaillée la démarche. Une fois cette méthode décidée, il est important de calculer le temps nécessaire et de l'ajuster en fonction du temps disponible si besoin.

4. Maîtriser le sujet traité pour pouvoir diriger correctement l'intervention et l'enrichir de tous les éléments qui surgissent des débats.

Les préconisations ci-dessus sont extraites de deux guides : « *Éducation populaire : manuel de techniques participatives. Edité par Quinoa – Juin 2011* » et « *Guide de l'animation, comment appliquer les méthodes participatives à l'éducation aux droits humains – Amnesty International 2011* ».

### *Quelques conseils pour contrôler et gérer la dynamique de groupe*

- Partir des besoins et problèmes des jeunes du groupe ;
- Rappeler aux jeunes que les méthodologies participatives visent à partager et à apprendre tous ensemble avec le respect des règles de bienveillance envers chaque participant ;
- Prendre en compte les commentaires dénigrants, blessants, cruels ou discriminatoires : faire référence aux règles définies, demander au participant à l'origine du commentaire pourquoi il a tenu ces propos et inviter les autres participants à donner leur avis ;
- Être attentif et identifier les participants qui sont bruyants et dominateurs et ceux qui sont discrets et effacés. Observer où ils s'assoient, leur attitude et leur relation avec le reste du groupe et avec vous ;
- Utiliser des exercices d'éveil pour faire bouger et participer les jeunes ;
- Répartir de façon aléatoire les participants en petits groupes (deux, trois ou plus). Veiller à ce que les mêmes personnes ne travaillent pas toujours ensemble ;
- Agir avec tact et humour pour inviter un participant qui a parlé pendant trop longtemps à se taire pour laisser participer les autres.

## *Les points à prendre en compte par les animateurs*

- Faire appel aux activités concrètes de la vie courante, ce qui permet aux jeunes d'apprendre par l'action ;
- Exploiter les connaissances, l'expérience et les compétences de chaque jeune ;
- S'assurer que chacun a la possibilité d'être écouté et traité sur un pied d'égalité, encourager les divergences d'opinion mais pas les controverses ;
- Reconnaître les besoins de structuration : expliquer et synthétiser lorsque cela est nécessaire, déterminer lorsqu'il faut prolonger une discussion ou passer à un autre sujet. Remettre le groupe sur la bonne voie lorsqu'il est hors sujet ;
- Veiller à poser des questions appropriées et ouvertes pour aider les jeunes à développer leurs idées et à exprimer leurs sentiments, ce qui renforce et stimule leur participation active ;
- Reformuler les propos pour vérifier leur bonne compréhension ;
- Demander aux jeunes d'assumer des responsabilités dès que cela est possible (par exemple, prendre des notes, surveiller le temps et, idéalement, animer une discussion) ;
- A la fin de la séance, savoir ce que les jeunes pensent de ce qu'il s'est passé et ce qu'ils ont appris/ acquis et la suite qu'ils souhaitent donner à cet atelier.

## **Le suivi et l'évaluation des séances pédagogiques**

Pour intégrer tous ces éléments dans la préparation de la séance et ainsi se mettre dans les meilleures conditions possibles pour intervenir, une fiche de séance et une fiche de suivi/évaluation peuvent être utilisées. Des modèles sont proposés ci-après.

Il peut être utile de vous munir de ces deux fiches lors de votre séance afin de pouvoir suivre votre déroulé de séance avec un support à l'appui et de remplir en parallèle la fiche de suivi/évaluation. Si vous réalisez la séance en co-animation, les rôles peuvent être partagés et un des animateurs peut prendre des notes en temps réel.

## Modèle de fiche préparatoire d'une séance pédagogique

<b>Intitulé de la séance</b>	<b>Titre de la séance et son numéro si plusieurs séances se suivent</b>
<b>Compétences travaillées</b>	Identifier parmi les compétences psychosociales présentées dans le document (cf. page 42) celles sur lesquelles vous souhaitez travailler
<b>Objectifs pédagogiques</b>	Ils correspondent aux compétences que l'on souhaite voir se développer chez les jeunes durant la séance. Pour les identifier et les formuler, il faut se poser la question suivante : « à l'issue de la séance, les participants seront capables de... »
<b>Publics ciblés</b>	Les publics pouvant être destinataires de cette séance en termes de profil, de besoins spécifiques
<b>Nombre de participants</b>	Le nombre minimum et maximum de participants / indiquer si la séance peut être conduite individuellement et/ou collectivement
<b>Durée</b>	Le temps nécessaire pour faire la séance : collectivement et individuellement (si elle peut être menée en individuel)
<b>Lieu d'intervention</b>	Caractéristiques du lieu afin qu'il soit le plus adapté pour réaliser la séance (un aménagement spécifique peut être nécessaire surtout en lien avec la période de déconfinement)
<b>Introduction de la séance</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Liste des points à aborder en introduction de la séance :</li><li>• Présentation des intervenants si nécessaire ;</li><li>• Présentation des objectifs et du déroulement de la séance de manière synthétique ;</li><li>• Rappel des gestes barrières et règles de distanciation physique (cf. page 17) ;</li><li>• Définir les règles de fonctionnement de groupe ;</li><li>• Proposer un rituel d'introduction (cf. page 18) pour aider les jeunes à entrer dans la séance et permettre à l'animateur d'observer comment chacun entre dans la séance (avec quel état d'esprit).</li></ul>
<b>Déroulement de la séance</b>	<p>Le déroulement de la séance doit être formalisé sous forme d'étapes en y décrivant :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Le contenu : thème/sous thème abordés, liste de « messages-clés » ou informations à transmettre ;</li><li>• Les outils d'intervention avec les consignes et le déroulement ;</li><li>• Le temps nécessaire pour réaliser l'activité ;</li><li>• Si la séance est animée par deux personnes, le rôle de chaque animateur.</li></ul> <p>Si la séance peut être menée individuellement et collectivement alors pour chaque étape, il est nécessaire de préciser les différences ou les adaptations.</p>

<b>Rituels de fin de séance</b>	<p>Toute séance doit être conclue avec une activité (cf. page 18) pour permettre de :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Synthétiser les échanges ;</li> <li>• Laisser la place aux questionnements ;</li> <li>• Evaluer la séance : ressentis des participants sur la forme, ce qu'ils retiennent du contenu, ce qui était bien, ce qui était à améliorer, etc. ;</li> <li>• Préparer la séance suivante ;</li> <li>• Identifier les besoins spécifiques, les suites à donner.</li> </ul>
<b>Outils d'intervention utilisés</b>	Lister les outils d'intervention à mobiliser pendant la séance
<b>Matériel dont j'ai besoin</b>	Lister le matériel nécessaire à préparer pour réaliser la séance
<b>Documents/supports à remettre aux participants</b>	<p>Préciser les documents (flyers, brochures etc.) remis aux participants. Penser aux alternatives numériques (envoi par mail ou remise de clefs USB par exemple).</p> <p>Recommandations : Penser à garder une trace des productions du groupe soit écrite, soit enregistrée, soit photographiée des travaux réalisés avec les jeunes pendant la séance.</p>

## Modèle de fiche de suivi ou d'évaluation

<b>Intitulé de la séance</b>	<b>L'intitulé de la séance et son numéro</b>
<b>Date de la séance</b>	La date à laquelle la séance s'est déroulée
<b>Rappel des compétences travaillées</b>	Les compétences identifiées dans la fiche séance ou identifier parmi les compétences psychosociales présentées dans la suite du document celles sur lesquelles vous avez travaillé
<b>Rappel des objectifs pédagogiques poursuivis</b>	Les objectifs identifiés dans la fiche séance
<b>Intervenant(s)</b>	Le nombre et la typologie des intervenants (internes, externes...)
<b>Nombre de participants</b>	Le nombre effectif de participants
<b>Caractéristiques des participants</b>	L'âge et les autres caractéristiques spécifiques du ou des participants
<b>Durée</b>	La durée effective de la séance
<b>Lieu d'intervention</b>	Le lieu effectif de la séance
<b>Thèmes abordés</b>	Les différents thèmes, sous-thèmes abordés lors de la séance
<b>Questions/besoins exprimés par le groupe</b>	Noter les questions des jeunes, les besoins qui ont été exprimés et si une réponse a pu être donnée ou bien si ce sujet sera abordé dans une autre séance ou un autre cadre
<b>Observations sur le déroulement de la séance</b>	Les étapes réalisées et indiquer les éléments à retenir pour chaque étape concernant la mise en œuvre des activités
<b>Observations sur la participation des jeunes</b>	Le niveau de participation et d'implication des jeunes ainsi que les freins et leviers identifiés
<b>Observations sur la dynamique du groupe, la qualité des échanges</b>	Éléments à retenir sur la dynamique du groupe, la qualité des échanges qui seront en lien avec le niveau de participation et d'implication des jeunes
<b>Éléments recueillis à la fin de la séance</b>	<p>À partir de la technique ou de l'outil utilisé en fin de séance, indiquer les éléments concernant :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Les ressentis des jeunes durant la séance</li> <li>• Ce qu'ils ont pensé du déroulement, du contenu, des outils d'intervention utilisés</li> <li>• Ce qu'ils en retiennent et si les échanges ont répondu à des questions ou des besoins</li> <li>• Ce qu'il faudrait améliorer pour une prochaine séance</li> </ul>
<b>Éléments à prendre en compte pour la séance suivante</b>	Les éléments concernent le déroulement de la séance, l'organisation spatiale de la salle, les modalités de travail (individuel, petit ou grand groupe) et doivent améliorer ou faire évoluer, selon les besoins observés et les ressentis exprimés, le contenu et les modalités d'organisation des séances suivantes.



# PROPOSITIONS DE SÉANCES PÉDAGOGIQUES D'ÉDUCATION POUR LA SANTÉ

## La construction de séances pédagogiques dans le respect des gestes barrières

Dans le cadre des mesures de prévention liées à l'épidémie Covid-19, il est essentiel d'adapter les pratiques lors des séances pédagogiques afin de prévenir le risque de dissémination du virus et l'apparition de nouvelles contaminations. Les séances sont encadrées par un ou plusieurs animateurs qui s'assureront de la mise en œuvre des objectifs pédagogiques et des règles sanitaires en vigueur.

Il est important de rappeler et respecter les gestes barrières quelle que soit l'activité pratiquée :

- Maintenir la distanciation physique (> à 1 mètre) ;
- Se laver les mains fréquemment ;
- Tousser ou éternuer dans son coude ;
- Utiliser des mouchoirs à usage unique ;
- Éviter de serrer la main ou de s'embrasser pour se saluer ;
- Ne pas se toucher la bouche, le nez ou les yeux.

Une affiche des gestes barrières est proposée en annexe 1 page 48.

Pour plus d'information, le document « Covid-19, organisation sanitaire de la prise en charge éducative des mineurs suivis par la DPJJ », est disponible sur l'intranet de la PJJ et le site du ministère de la justice.

## Dix propositions de séances pédagogiques

Nous vous proposons 6 thèmes détaillés en 10 exemples de fiches de séances « clés en main » déclinées en individuel ou en collectif et variant les outils d'animation :

- L'expression du ressenti du confinement :
  - Séance individuelle n°1 et séances collectives n°2, n°3 ;
- L'expression des émotions suite à une période donnée : séance individuelle n°4 ;
- Décryptage des informations transmises par les médias :
  - Séance individuelle n°5 et séance collective n°6 ;
- La relation à l'autre dans un contexte de crise sanitaire :
  - Séance individuelle n°7 et séance collective n°8 ;
- La relation à l'environnement et son impact en matière de consommations de produits psychotropes : séance collective n°9 ;
- Exemple d'un atelier Covid-19 sur le Service territorial éducatif et d'insertion REZE - DT 44-85 - DIRPJJ Grand Ouest : fiche n°10, conçu avec l'Ireps Pays de la Loire.

Les outils nécessaires aux séances sont compilés en annexe du document (cf. page 48). Les fiches de séance sont déclinées selon le modèle proposé en page 14.

## Introduction de séance

4 points identifiés pour chaque début de séance :

- Accueil par l'animateur des jeunes de façon bienveillante et présentation de la séance ; par exemple « *Je suis content de vous retrouver après le confinement que nous venons de vivre. Je vous propose aujourd'hui de discuter...* » ; si l'animateur est accompagné par un intervenant extérieur, celui-ci se présente à ce temps ;
- Rappel des gestes barrières et des règles de fonctionnement de l'entretien/de la séance collective ;
- Rituel pour débiter la séance : « la météo du jour » où chaque jeune décrit son humeur du moment (temps ensoleillé, nuageux, pluvieux ou brumeux...).
- Technique d'animation : en exemple le « portrait croisé » pour la présentation des participants et encadrants (selon le temps disponible pour animer séance) : se mettre en binôme de manière aléatoire.
  - Temps 1 : Chaque binôme est invité à échanger sur plusieurs items pendant 10 minutes, par exemple :
    - Si mon vécu du confinement était une pièce de la maison...
    - Si mon vécu du confinement était un morceau de musique...
    - Si mon vécu du confinement était un film / une série...
    - Si mon vécu du confinement était un objet du quotidien...
  - Temps 2 : Temps de présentation croisée en collectif. Ce n'est pas le participant qui se présente, mais son binôme qui le présente au groupe, sur la base de tout ce qu'il lui a raconté. Et inversement.
  - Temps 3 : Les encadrants proposent un debriefing général : « Est-ce-que cela vous a plu ? Déplu ? Est-ce que vous avez trouvé ça agréable ? Désagréable ? Est-ce que cela était facile ? Difficile ? Selon vous, qu'est-ce qu'on a travaillé avec le portrait croisé ? Est-ce que le fait de vous connaître a facilité cet exercice ? ».

## Rituels de fin de séance

Il existe plusieurs supports à utiliser pour terminer une séance d'animation. L'animateur peut choisir le rituel qui lui semble le plus pertinent en fonction de la séance, par exemple :

- Support « la palette des ressentis » (annexe 10 page 62) : Demander au jeune de choisir parmi les émotions proposées à partir de la question suivante : « *Après cet entretien je me sens...* ».
- Support « l'oiseau, le singe, l'éléphant » (annexe 11 page 63) : Demander aux jeunes de s'exprimer sur le vécu de la séance à partir de 3 images. L'animateur note l'expression du groupe sur une feuille de paperboard préparée avec les dessins.
- Support « Je félicite, je critique, je propose » (annexe 12 page 64) : Demander à chaque participant de citer un élément à féliciter, un élément à critiquer et une proposition à faire pour améliorer la séance. L'animateur note l'expression du groupe sur une feuille de paperboard préparée avec les 3 items.

Tous les supports cités sont disponibles en annexe et peuvent être imprimés en amont de la séance.

### Fiche de séance individuelle n°1

<b>Intitulé de la séance 1</b>	<b>L'expression du ressenti du confinement</b>
<b>Compétences travaillées</b>	Compétences émotionnelles <ul style="list-style-type: none"><li>• Régulation émotionnelle</li><li>• Gestion du stress</li><li>• Auto-évaluation et auto-régulation</li></ul>
<b>Objectifs spécifiques</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• S'exprimer sur ce que l'on a vécu et ressenti pendant cette période</li><li>• Repérer les difficultés et facilités rencontrées</li><li>• Repérer les compétences mobilisées pouvant être réutilisées ensuite</li></ul>
<b>Publics ciblés</b>	Jeunes sous main de justice
<b>Nombre de participants</b>	Entretien individuel
<b>Durée</b>	1h
<b>Lieu d'intervention</b>	Bureau ou salle d'entretien permettant de respecter les gestes barrières et la distanciation physique et l'intimité
<b>Introduction de la séance</b>	Rituel d'introduction et technique à définir (cf. page 18)
<b>Déroulement de la séance</b>	<p>Etape 1 - Mon ressenti : travailler avec le jeune sur son ressenti durant la période de confinement à partir des questions suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Pouvez-vous me donner le mot qui caractérise le mieux votre ressenti (votre principale émotion) pendant la période de confinement ?</li><li>• Pouvez-vous m'expliquer les raisons de ce choix ?</li><li>• Quand vous avez appris que vous alliez être confiné, comment pensiez-vous pouvoir le vivre ?</li><li>• Comment expliquez-vous la différence entre ce que vous pensiez ressentir et ce qui s'est passé pour vous ?</li></ul> <p>Etape 2 - Les difficultés et les facilités rencontrées : travailler avec le jeune sur les difficultés ou facilités rencontrées dans le « vivre avec la maladie » pendant cette période de confinement à partir des questions suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Pourriez-vous me donner 2 effets négatifs qu'a eu le confinement sur votre vie ?</li><li>• Quelles sont les raisons de ces effets négatifs ?</li><li>• Qu'avez-vous mis en place pour « faire avec » ou pour améliorer les choses ?</li><li>• Y a-t-il eu d'autres effets négatifs liés au confinement ?</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pourriez-vous me donner deux effets positifs qu'a eu le confinement sur votre vie ?</li> <li>• Qu'est-ce qui explique ces effets positifs ?</li> <li>• Voyez-vous d'autres effets positifs liés au confinement ?</li> </ul> <p>Etape 3 : Mes compétences mobilisées : travailler avec le jeune sur les compétences qu'il a mobilisé pendant cette période de confinement à partir des questions suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qu'est-ce que cette période de confinement vous a permis de souligner ou de découvrir chez vous, comme compétences, qualités, capacités à faire, à dire, à gérer...</li> <li>• En quoi cela vous a-t-il été utile ?</li> <li>• En quoi ce que vous avez découvert va vous être utile maintenant ?</li> </ul>
<b>Rituels de fin de séance</b>	Technique à choisir selon les propositions (cf. page 18)
<b>Outils d'intervention utilisés</b>	Exemple fin de séance : « la palette des ressentis » (annexe 10 page 62)
<b>Matériels dont j'ai besoin</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La fiche de séance et la fiche de suivi/évaluation imprimées</li> <li>• « La palette des ressentis » imprimée</li> <li>• Des feutres ou crayons de couleurs</li> <li>• Une table et deux chaises</li> </ul>
<b>Documents à remettre aux participants</b>	Pas de document spécifique à remettre

## Fiches de séances collectives n°2 et n°3

<b>Intitulé de la séance 2</b>	<b>L'expression du ressenti du confinement</b>
<b>Compétences travaillées</b>	Compétences émotionnelles <ul style="list-style-type: none"> <li>• Régulation émotionnelle</li> <li>• Gestion du stress</li> <li>• Auto-évaluation et auto-régulation</li> </ul>
<b>Objectifs spécifiques</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• S'exprimer sur ce que l'on a vécu et ressenti pendant cette période</li> <li>• Repérer les difficultés et facilités rencontrées</li> <li>• Repérer les compétences mobilisées qui peuvent être réutilisées par la suite</li> </ul>
<b>Publics ciblés</b>	Jeunes sous main de justice
<b>Nombre de participants</b>	6 à 8 participants
<b>Durée</b>	1h30 à 2h
<b>Lieu d'intervention</b>	Choisir un espace dédié qui permettra de respecter les gestes barrières et la distanciation physique
<b>Introduction de la séance</b>	Rituel d'introduction et technique à définir (cf. page 18)
<b>Déroulement de la séance</b>	<p>Etape 1 - Activité à partir de cartes émotions des outils « langage des émotions » et « Comète » : Mettre les cartes choisies sur une table et donner les consignes suivantes au groupe :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tour à tour vous allez vous lever et venir regarder les cartes qui sont posées sur la table.</li> <li>• Choisissez, sans la toucher, la carte qui d'après vous représente l'émotion que vous avez le plus ressenti pendant la période de confinement. Il n'y a pas de bonne ou mauvaise réponse, chacun a pu ressentir des choses différentes.</li> <li>• Ne la prenez pas, mais gardez-la en tête et retournez vous assoir de façon à laisser la place à quelqu'un d'autre.</li> <li>• Lorsque tout le monde aura choisi une carte, chacun indiquera sa carte et expliquera pourquoi il l'a choisie. Si quelqu'un d'autre a choisi la même carte que vous, ne changez pas d'avis. Vous pouvez choisir la même carte pour des raisons différentes</li> <li>• L'animateur peut montrer la carte au groupe et compléter s'il le souhaite.</li> </ul> <p>Etape 2 - Echanges collectifs : discussion encadrée par l'animateur sur l'état du moral durant la période de confinement (plus ou moins compliqué que prévu ? des surprises ?)</p>
<b>Rituels de fin de séance</b>	Technique à choisir selon les propositions (cf. page 18)

<b>Outils d'intervention utilisés</b>	<p>Pendant la séance :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• « Le langage des émotions »; outil composé de différentes cartes représentant les émotions – téléchargeable en ligne : <a href="http://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=6060&amp;titre=le-langage-des-emotions&amp;debut">http://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=6060&amp;titre=le-langage-des-emotions&amp;debut</a></li> <li>• L'outil « COMETE » composé de différentes cartes représentant les émotions - téléchargeable en ligne : <a href="http://www.cres-paca.org/a/288/comete-pour-developper-les-competences-psychosociales-en-education-du-patient/">http://www.cres-paca.org/a/288/comete-pour-developper-les-competences-psychosociales-en-education-du-patient/</a></li> </ul> <p>Exemple fin de séance : « la palette des ressentis » (annexe 10 page 62)</p>
<b>Matériels dont j'ai besoin</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La fiche de séance et la fiche de suivi/évaluation imprimées</li> <li>• Les cartes « émotions » choisies</li> <li>• « La palette des ressentis » imprimée</li> <li>• Des tables et des chaises</li> <li>• Feutres crayons de couleurs</li> </ul>
<b>Documents à remettre aux participants</b>	Pas de document spécifique à remettre

<b>Intitulé de la séance 3</b>	<b>L'expression du ressenti (adaptable à d'autres évènements)</b>
<b>Compétences travaillées</b>	Compétences émotionnelles <ul style="list-style-type: none"> <li>• Régulation émotionnelle</li> <li>• Gestion du stress</li> <li>• Auto-évaluation et auto-régulation</li> </ul>
<b>Objectifs spécifiques</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• S'exprimer sur ce que l'on a vécu et ressenti pendant la période donnée</li> <li>• Repérer les difficultés et facilités rencontrées</li> <li>• Repérer les compétences mobilisées qui peuvent être réutilisées par la suite</li> </ul>
<b>Publics ciblés</b>	Jeunes sous main de justice
<b>Nombre de participants</b>	6 à 8 participants
<b>Durée</b>	1h30 à 2h
<b>Lieu d'intervention</b>	Choisir un espace dédié qui permettra de respecter les gestes barrières et la distanciation physique
<b>Introduction de la séance</b>	Rituel d'introduction et technique à définir (cf. page 18)
<b>Déroulement de la séance</b>	<p>Activité en groupe à partir de la technique du blason : Remettre un blason à chaque participant (annexe 2 page 49), le matériel nécessaire et donner les consignes au groupe :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lire les différentes rubriques du blason et s'assurer qu'elles sont comprises par tous,</li> <li>• Écrire (ou dessiner, coller) dans le blason, ce que vous avez envie de dire de vous de cette période,</li> <li>• Faire découvrir vos blasons aux autres, lorsque vous aurez terminé,</li> <li>• Afficher les blasons façon « exposition » et proposer une visite, ou une présentation par participant devant le groupe.</li> </ul> <p>Variante possible : Ce type de séance peut être mis en place dans d'autres contextes que celui du coronavirus (sur un sujet de santé ou d'actualité, suite à un évènement marquant...) en adaptant la formulation des questions dans le blason.</p>
<b>Rituels de fin de séance</b>	Technique à choisir selon les propositions (cf. page 18)
<b>Outils d'intervention utilisés</b>	Pendant la séance : la technique du blason, Fin de séance : le support « l'oiseau, le singe, l'éléphant »
<b>Matériels dont j'ai besoin</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La fiche de séance et la fiche de suivi/évaluation imprimées</li> <li>• Une feuille de paperboard avec un tableau reprenant les dessins du support et un feutre</li> <li>• Des tables, des chaises, des ciseaux, des colles et des feutres/crayons en quantité nécessaire pour tous.</li> </ul>

**Documents à remettre  
aux participants**

Restituer les blasons à chaque participant et les photographier  
pour en faire un livret



## L'expression des émotions suite à une période donnée

### Fiche de séance individuelle n°4


<b>Intitulé de la séance 4</b>	<b>L'expression des émotions suite un évènement marquant, un sujet d'actualité</b>
<b>CPS travaillées</b>	Compétences émotionnelles <ul style="list-style-type: none"><li>• Régulation émotionnelle</li><li>• Gestion du stress</li><li>• Auto-évaluation et auto-régulation</li></ul>
<b>Objectifs spécifiques</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identifier ses émotions</li><li>• Identifier le ou les besoins qui en découlent</li><li>• Formuler une demande pour satisfaire le besoin</li></ul>
<b>Publics ciblés</b>	Jeunes sous main de justice
<b>Nombre de participants</b>	Entretien individuel
<b>Durée</b>	45 min
<b>Lieu d'intervention</b>	Bureau ou salle d'entretien permettant de respecter les gestes barrières et la distanciation physique
<b>Introduction de la séance</b>	Rituel d'introduction et technique à définir (cf. page 18)
<b>Déroulement de la séance</b>	Activité à partir d'une fiche auto-empathie : Accompagner la réflexion du jeune en renseignant ensemble une fiche déclinant les questions suivantes en lien avec le sujet traité : <ul style="list-style-type: none"><li>• Pensez à une situation difficile. Observez la situation<ul style="list-style-type: none"><li>- Quand je pense à ...</li></ul></li><li>• Accueillez vos sentiments avec bienveillance et persistance<ul style="list-style-type: none"><li>- Je me sens...</li></ul></li><li>• Recherchez vos besoins non satisfaits<ul style="list-style-type: none"><li>- Parce que j'ai besoin de ...</li></ul></li><li>• Recherchez l'action que vous pourriez entreprendre pour satisfaire l'un de vos besoins :<ul style="list-style-type: none"><li>- Et maintenant je vais...</li></ul></li></ul>
<b>Rituels de fin de séance</b>	Technique à choisir selon les propositions (cf. page 18)
<b>Outils d'intervention utilisés</b>	Pendant la séance : Technique extraite de l'ouvrage « Petit cahier d'exercices de communication non-violente » de Van Stappen A. Fin de séance : « la palette des ressentis » (annexe 10 page 62)
<b>Matériels dont j'ai besoin</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• La fiche de séance et la fiche de suivi/évaluation imprimées</li><li>• « La palette des ressentis » imprimée</li><li>• La fiche avec les questions imprimées</li><li>• Une table, deux chaises, feutres et crayons</li></ul>
<b>Documents à remettre aux participants</b>	Restituer au jeune la fiche avec ses réponses et faire une copie du document

### Fiche de séance individuelle n°5

<b>Intitulé de la séance 5</b>	<b>Le rapport aux médias</b>
<b>Compétences travaillées</b>	Compétences cognitives : <ul style="list-style-type: none"><li>• Prise de décision</li><li>• Pensée critique et auto-évaluation</li></ul>
<b>Objectifs pédagogiques</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Échanger autour des médias et de notre consommation de médias pendant la période de confinement</li><li>• Accompagner les jeunes à une prise de recul / un décryptage des informations consultées</li><li>• Accompagner à se questionner sur les informations consultées, volontairement et involontairement</li></ul>
<b>Publics ciblés</b>	Jeunes sous main de justice
<b>Nombre de participants</b>	Entretien individuel
<b>Durée</b>	1h
<b>Lieu d'intervention</b>	Bureau ou salle d'entretien permettant de respecter les gestes barrières et la distanciation physique
<b>Introduction de la séance</b>	Rituel d'introduction et technique à définir (cf. page 18)
<b>Déroulement de la séance</b>	<p>Etape 1 - Activité sur l'expression du vécu du confinement face aux lots d'information en continu ou à l'absence d'information : accompagner le jeune dans l'expression du vécu du confinement face au flot d'information notamment sur les chaînes d'infos en continu ; explorer avec le jeune le vécu face à l'absence d'information tout court</p> <p>L'animateur peut s'appuyer sur les questions suivantes pour animer les échanges :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Quelle sont vos sources d'information disponibles ?</li><li>• Qu'avez-vous appris sur la maladie Covid-19 ?</li><li>• Qu'avez-vous appris sur le vécu du confinement à l'extérieur ?</li><li>• Comment avez-vous trouvé d'autres informations ?</li><li>• Comment avez-vous compris les gestes barrières ?</li><li>• Comment vous êtes-vous repéré dans les différentes stratégies de gestion de la crise sanitaire ?</li><li>• Comment avez-vous vécu l'absence d'information et l'isolement total ?</li></ul> <p>Etape 2 - Activité pour identifier des clés pour garder un esprit critique face à l'information concernant le coronavirus</p>

	<p>L'animateur propose au jeune d'échanger à l'aide d'une technique d'animation « l'Abaque de Régnier »© (annexe 3 page 50). La consigne est la suivante : pour chaque proposition, le jeune doit dire s'il est d'accord ou pas d'accord.</p> <p>Pour compléter les échanges et apporter des informations au jeune, l'animateur peut s'appuyer sur une infographie proposée par Cultures &amp; Santé « Comment réagir à l'information » (annexe 4 page 51)</p>
<b>Rituels de fin de séance</b>	Technique à choisir selon les propositions (cf. page 18)
<b>Outils d'intervention utilisés</b>	<p>Pendant la séance :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• « L'Abaque de Régnier »©</li> <li>• L'infographie proposée par Cultures &amp; Santé « Covid-19 : Comment réagir à l'information »</li> </ul> <p>Exemple fin de séance : technique « je félicite, je critique, je propose »</p>
<b>Matériels dont j'ai besoin</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La fiche de séance et la fiche de suivi/évaluation imprimées « L'Abaque de Régnier »© imprimé</li> <li>• L'infographie « Comment réagir face à l'information » imprimée</li> <li>• La fiche avec les questions imprimée</li> <li>• Une table, deux chaises, feutres et crayons</li> </ul>
<b>Documents/supports à remettre aux participants</b>	L'infographie imprimée peut être laissée au jeune

## Fiche de séance collective n°6

<b>Intitulé de la séance 6</b>	<b>Le décryptage des informations transmises par les médias</b>
<b>Compétences travaillées</b>	Compétences cognitives : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Prise de décision</li> <li>• Pensée critique et auto-évaluation</li> </ul>
<b>Objectifs pédagogiques</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Échanger autour des médias et de notre consommation de médias pendant la période de confinement</li> <li>• Accompagner les jeunes à une prise de recul / un décryptage des informations consultées</li> <li>• Accompagner à se questionner sur les informations consultées, volontairement et involontairement</li> </ul>
<b>Publics ciblés</b>	Mineurs ou jeunes majeurs sous main de justice
<b>Nombre de participants</b>	Entre 6 à 8 participants
<b>Durée</b>	1h30 à 2h
<b>Lieu d'intervention</b>	Choisir un espace dédié qui permettra de respecter les gestes barrières et la distanciation physique
<b>Introduction de la séance</b>	Rituel d'introduction et technique à définir (cf. page 18)
<b>Déroulement de la séance</b>	<p>Etape 1 - Activité à partir d'un support visuel : en groupe visualiser la photo d'Agnès Buzyn, prise sur le compte Twitter de France Info le 26 janvier 2020. Dans ses propos, la Ministre de la Santé et des solidarités se positionne contre le port du masque. La consigne est la suivante : « <i>relever toutes les informations et indices présents sur cette image</i> » (5 min)</p>  <p>Selon le nombre de jeunes qui participent à la séance, cette activité peut se faire en plusieurs temps :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• D'abord individuellement ou en petit groupe (2 personnes)</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Puis collectivement avec l'ensemble du groupe, à partir des restitutions des binômes</li> </ul> <p>Les jeunes sont sollicités pour répondre aux questions suivantes, et invités à débattre entre eux, accompagnés par l'animateur :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qui est sur cette image ? Quelles informations nous donne cette image ?</li> <li>• De quand date-elle ? D'où est-elle issue ? Connaissez-vous ces médias ?</li> <li>• Quel est le message véhiculé ? Qu'en avez-vous pensé et qu'en pensez-vous aujourd'hui ?</li> </ul> <p>Etape 2 - Echange collectif : L'esprit critique des jeunes peut être développé en allant plus loin avec les questions suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pour quelles raisons avons-nous reçu des informations différentes ou contraires sur le port du masque ?</li> <li>• Avez-vous d'autres exemples d'informations contradictoires, ou qui changent au fil du temps ?</li> <li>• À votre avis, qui diffuse ces informations ? Pourquoi ne sont-elles pas toujours claires/cohérentes/vraies ?</li> <li>• Quel impact cela a-t-il pu avoir sur vous ?</li> <li>• Vous arrive-t-il de douter de certaines informations lues ou entendues ?</li> <li>• Pourquoi ? Et que faites-vous dans ces cas-là ?</li> </ul> <p>Variante possible : Ce type de séance peut être mis en place dans d'autres contextes que celui du coronavirus (sur un sujet de santé ou d'actualité, suite à un évènement marquant...), en adaptant les questions au sujet traité (étape 1 et 2).</p>
<b>Rituels de fin de séance</b>	Technique à choisir selon les propositions (cf. page 18)
<b>Outils d'intervention utilisés</b>	Pendant la séance : le support visuel ci-dessus, Fin de séance : le support « je félicite, je critique, je propose »
<b>Matériels dont j'ai besoin</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La fiche de séance et la fiche de suivi/évaluation imprimées</li> <li>• Une fiche reprenant le visuel, la consigne et les questions de l'étape 1</li> <li>• Une feuille de paperboard avec un tableau reprenant les items de la technique « Je félicite, je critique, je propose »</li> <li>• Des tables, des chaises, feutres et crayons</li> <li>• Un ordinateur et un vidéoprojecteur</li> </ul>
<b>Documents/supports à remettre aux participants</b>	Pas de document spécifique à remettre. D'autres séances peuvent être proposées selon les possibilités et l'intérêt des jeunes pour des supports sur la santé (coronavirus ou autres thèmes) pour cela il existe l'outil « les Fiches Lisa » notamment la « Fiche Lisa 1 » (annexe 5 page 53).

## La relation à l'autre dans un contexte de crise

### Fiche de séance individuelle n°7

<b>Intitulé de la séance</b>	<b>La relation à l'autre pendant le confinement</b>
<b>Compétences travaillées</b>	Compétences sociales : <ul style="list-style-type: none"><li>• Communications verbale et non verbale</li><li>• Empathie</li><li>• Capacités de résistance et de négociation</li><li>• Coopération</li><li>• Plaidoyer</li></ul>
<b>Objectifs pédagogiques</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Mettre des mots sur les vécus et les émotions de chacun.</li><li>• Mettre des mots sur ce qu'ils projettent pour les jours et semaines à venir.</li></ul>
<b>Publics ciblés</b>	Jeunes sous main de justice
<b>Nombre de participants</b>	Entretien individuel
<b>Durée</b>	1h
<b>Lieu d'intervention</b>	Bureau ou salle d'entretien permettant de respecter les gestes barrières et la distanciation physique et permettant la vidéo projection
<b>Introduction de la séance</b>	Rituel d'introduction et technique à définir (cf. page 18)
<b>Déroulement de la séance</b>	<p>Activités à partir du support « cartes à parler pour les jeunes après la sortie du confinement » : Au préalable, l'animateur doit choisir parmi les 36 cartes proposées celles qu'il souhaite utiliser avec le jeune pour aborder la question de la relation à l'autre dans cette période de déconfinement (annexe 6 page 54). Le contenu des cartes peut être reformulé pour faire le lien avec le thème de la relation à l'autre.</p> <p>Il doit ensuite les mettre sur un diaporama pour les utiliser lors de l'entretien individuel.</p> <p>L'animateur va projeter les cartes une à une. A chaque carte affichée le jeune y répond. Il n'y a pas de mauvaise réponse ! Le jeune doit être libre d'exprimer sincèrement ce qui lui tient à cœur, mais également de choisir de ne rien dire sur une carte. L'écoute doit être bienveillante</p> <p>A l'issue de l'entretien, l'animateur peut utiliser les questions suivantes pour synthétiser les échanges :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• « Qu'avez-vous ressenti en évoquant la situation de confinement ? »</li><li>• « Était-ce agréable ou désagréable ? »</li><li>• « Qu'est-ce qui a facilité l'expression sur cette période ? »</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• « De quoi avez-vous pris conscience ? »</li> <li>• « Quelque chose vous–a-t-il étonné ? »</li> <li>• « Quels sont les sentiments qui perdurent ? »</li> </ul>
<b>Rituels de fin de séance</b>	Technique à choisir selon les propositions (cf. page 18)
<b>Outils d'intervention utilisés</b>	<p>Pendant la séance : le support « cartes à parler pour les jeunes après la sortie du confinement »</p> <p>Exemple fin de séance : la technique « je félicite, je critique, je propose »</p>
<b>Matériels dont j'ai besoin</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La fiche de séance et la fiche de suivi/évaluation imprimées</li> <li>• Un ordinateur et un vidéo projecteur</li> <li>• Un fichier informatique avec les cartes</li> <li>• Une table et deux chaises</li> </ul>
<b>Documents/supports à remettre aux participants</b>	Pas de document spécifique à remettre

## Fiche de séance collective n°8

<b>Intitulé de la séance</b>	<b>La relation à l'autre pendant le confinement</b>
<b>Compétences travaillées</b>	Compétences sociales : <ul style="list-style-type: none"><li>• Communications verbale et non verbale</li><li>• Empathie</li><li>• Capacités de résistance et de négociation</li><li>• Coopération</li><li>• Plaidoyer</li></ul>
<b>Objectifs pédagogiques</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sensibiliser à la gestion de conflits</li><li>• Développer des compétences de communication</li></ul>
<b>Publics ciblés</b>	Jeunes sous main de justice
<b>Nombre de participants</b>	Entre 6 à 8 participants
<b>Durée</b>	1h30 à 2h
<b>Lieu d'intervention</b>	Choisir un espace dédié qui permettra de respecter les gestes barrières et la distanciation physique
<b>Introduction de la séance</b>	Rituel d'introduction et technique à définir (cf. page 18)
<b>Déroulement de la séance</b>	<p>Activité en groupe à partir de saynètes (annexe 7 page 59) : L'animateur répartit les jeunes en 2 ou 3 sous-groupes de travail selon le nombre puis donne les consignes :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Chaque sous-groupe reçoit une saynète dont il prend connaissance.</li><li>• Les saynètes sont tirées au hasard parmi les possibilités suivantes, ou données par l'intervenant selon sa connaissance de problématiques déjà évoquées ou observées auprès des jeunes.</li><li>• Le premier groupe reçoit une saynète de la catégorie famille, le deuxième groupe de la catégorie couple, et le troisième de la catégorie amis.</li><li>• Chaque sous-groupe est invité à préparer la présentation de sa saynète en se répartissant les rôles, puis en la jouant devant le reste du grand groupe en imaginant les détails de la situation.</li><li>• Chaque jeune doit défendre le point de vue de l'un des protagonistes, même s'il n'est pas du même avis.</li></ul> <p>Pour chaque situation : échanges avec les groupes à partir des questions suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• « Quels mots ont été utilisés ? »</li><li>• « Avez-vous fait attention aux gestes, à la posture, au ton de la voix ? »</li><li>• « Quel message a été transmis ? »</li></ul>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• « Avez-vous repéré des solutions pour éviter ou résoudre le conflit ? »</li> <li>• Vous retrouverez les saynètes que vous pouvez utiliser en annexe 7 page 59</li> </ul>
<b>Rituels de fin de séance</b>	Technique à choisir selon les propositions (cf. page 18)
<b>Outils d'intervention utilisés</b>	<p>Pendant la séance : utilisation de saynètes</p> <p>Fin de séance : le support « l'oiseau, le singe, l'éléphant »</p>
<b>Matériels dont j'ai besoin</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La fiche de séance et la fiche de suivi/évaluation imprimées</li> <li>• Une feuille de paperboard avec un tableau reprenant les dessins du support, un feutre</li> <li>• Des tables et des chaises</li> <li>• L'ensemble des saynètes imprimées et un objet pour les tirer au sort</li> </ul>
<b>Documents/supports à remettre aux participants</b>	Pas de document spécifique à remettre

## La relation à l'environnement et son impact en matière de consommations de produits psychotropes

### Fiche de séance collective n°9

<b>Intitulé de la séance</b>	<b>Les représentations des jeunes en matière d'addictions</b>
<b>Compétences travaillées</b>	Compétences sociales : <ul style="list-style-type: none"><li>• Communication verbale et non verbale</li><li>• Empathie</li><li>• Capacités de résistance et de négociation</li><li>• Compétences cognitives :<ul style="list-style-type: none"><li>• Prise de décision</li><li>• Pensée critique et auto-évaluation</li></ul></li></ul>
<b>Objectifs pédagogiques</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sensibiliser aux facteurs environnements</li><li>• Développer des compétences de communication</li><li>• Développer l'esprit d'analyse</li></ul>
<b>Publics ciblés</b>	Jeunes sous main de justice
<b>Nombre de participants</b>	Entre 6 à 8 participants
<b>Durée</b>	1h30 à 2h
<b>Lieu d'intervention</b>	Choisir un espace dédié qui permettra de respecter les gestes barrières et la distanciation physique
<b>Introduction de la séance</b>	Rituel d'introduction et technique à définir (cf. page 18)
<b>Déroulement de la séance</b>	<p>L'animateur répartit les jeunes en 2 ou 3 sous-groupes de travail selon le nombre puis donne les consignes.</p> <p>L'animateur propose le thème suivant : les addictions (sans définir le terme au préalable) – ce thème peut être contextualité, par exemple : « les addictions pendant le confinement »</p> <p>Deux activités peuvent être utilisées pour mener cette séance au choix.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Activité 1 - la technique de la carte mentale (annexe 8 page 60) : l'animateur demande à chaque groupe formé de remplir ensemble le support proposé soit avec des mots, soit avec des dessins, soit avec des symboles en lien avec le thème proposé. Tous les éléments indiqués doivent faire l'objet d'un consensus au sein du groupe de travail.</li><li>• Activité 2 - la technique d'animation du puzzle (annexe 9 page 61) : l'animateur demande à chaque groupe formé de remplir ensemble le support proposé sous forme de puzzle à l'aide de la légende en lien avec le thème proposé. Tous les éléments indiqués doivent faire l'objet d'un consensus au sein du groupe de travail</li></ul>

	Puis chaque groupe désigne un porte-parole qui présentera sa réalisation à l'ensemble des participants, en expliquant les choix des mots, des dessins et/ou des symboles. Après la présentation, les autres groupes peuvent poser des questions sur les choix qui ont été réalisés.
<b>Rituels de fin de séance</b>	Technique à choisir selon les propositions (cf. page 18)
<b>Outils d'intervention utilisés</b>	Pendant la séance : la technique de la carte mentale ou la technique du puzzle  Fin de séance : le support « l'oiseau, le singe, l'éléphant »
<b>Matériels dont j'ai besoin</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La fiche de séance et la fiche de suivi/évaluation imprimées</li> <li>• Les supports (carte mentale et puzzle) imprimés en nombre en A3</li> <li>• Des feutres pour chaque groupe</li> <li>• Une feuille de paperboard avec un tableau reprenant les dessins du support, un feutre</li> <li>• Des tables et des chaises</li> </ul>
<b>Documents/supports à remettre aux participants</b>	Chaque groupe peut garder sa réalisation (en faire des copies) et/ou elles peuvent être présentées sous forme d'affiches dans un lieu choisi avec le groupe de jeunes à destination des autres jeunes.

## Exemple d'un atelier Covid-19 mené sur le STEI REZE - DT 44-85 (DIRPJJ Grand-Ouest)

### Fiche de séance collective n°10

<b>Présentation de l'atelier</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Établissement : STEI PJJ</li><li>• Public : Mineurs sous main de justice</li><li>• Thème : COVID-19</li><li>• Intervenants : professeur technique et 2 éducateurs stagiaires en formation (ARIFTS)</li><li>• Participants : 5 mineurs</li><li>• Date : 12/06/20</li></ul>
<b>Objectifs de l'atelier</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Comprendre les modes de transmission de la COVID-19 et l'intérêt des mesures de protection</li><li>• Intégrer les préconisations</li><li>• Faciliter l'intégration et la transmission des gestes de protection entre jeunes puis auprès des professionnels</li><li>• S'approprier les nouvelles mesures et attitudes de protection</li><li>• Mettre des mots et du sens sur le vécu du confinement et les possibles appréhensions liées au dé-confinement</li><li>• Renforcer le pouvoir d'agir des jeunes sur leur propre santé et la santé collective</li></ul>
<b>Objectif général</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Constituer le groupe comme lieu d'échanges et de ressources</li><li>• Créer la dynamique participative basée sur l'écoute positive, respectueuse et le savoir être</li><li>• Conscientiser la thématique de la COVID-19</li></ul>
<b>Objectifs spécifiques</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Définir des règles qui vont organiser le vivre ensemble du groupe</li><li>• Se présenter devant un groupe</li><li>• Exprimer son avis</li><li>• Faire connaissance avec le groupe</li><li>• Identifier le concept lié à la COVID-19</li></ul>
<b>Les grandes étapes</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Accueil</li><li>• Présentation de l'atelier</li><li>• Portait chinois</li><li>• Idées reçues</li><li>• Atelier Ultra-violet</li><li>• Dixit (gestion des émotions)</li><li>• Évaluation</li></ul>
<b>Matériel, logistique</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Outil « promosanté », fiches portraits chinois</li><li>• Feuilles et feutres, Paper Board</li><li>• Dixit</li><li>• Lampe à UV et crayon à UV</li></ul>

Conçu avec l'Ireps Pays de la Loire.



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Si mon vécu du confinement était un objet du quotidien...</li> </ul> <p>Temps 2 : Temps de présentation croisée en collectif. Ce n'est pas moi qui me présente, mais mon binôme. Il me présente en groupe, sur la base de tout ce que je lui ai raconté. Et inversement.</p> <p><u>Les encadrants proposent un debriefing général</u> : « Est-ce que cela vous a plu ? Déplu ? Est-ce que vous avez trouvé ça agréable ? Désagréable ? Est-ce que cela était facile ? Difficile ? Selon vous, qu'est-ce qu'on a travaillé avec le portrait chinois croisé ? » Est-ce que le fait de vous connaître a facilité cet exercice ?</p> <p>(Sentiment d'appartenance, point commun, partage, expression de soi, mieux se connaître les uns les autres, prise de parole en public, découvrir des choses sur l'autre, différence, écoute, mémorisation...)</p>	20' 5'
10h40-10h55	Pause	15'
Atelier idées reçues	<p>« Cette affirmation est-elle vraie ou fausse ? » « Qu'en pensez-vous ? »</p> <p><u>Objectif</u> : Comprendre la transmission du virus et la nécessité des gestes barrières (lavage des mains, distanciation sociale...)</p> <p><u>Déroulement et consigne</u> :</p> <p>L'animateur passe au stylo invisible une poignée de porte, stylos, feuilles et autres surfaces fréquemment touchées.</p> <p>Il propose aux jeunes une mise en situation : rentrer dans la pièce, écrire sur une feuille, demander un stylo.</p> <p>La salle est au préalable mise dans le noir (en accord avec les jeunes). Il propose aux jeunes de passer leurs mains sous la lampe à UV.</p> <p>Il s'agit de connaître le ressenti des jeunes face au résultat.</p> <p><u>Prise de conscience, analyse</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Avez-vous l'impression d'avoir écouté, d'avoir été entendu, compris : à quoi vous en êtes-vous rendu compte ?</li> <li>• Avez-vous été intéressé par ce qui s'est fait, dit ? à quels moments ?</li> <li>• Que s'est-il passé pour vous lorsque vous avez constaté que le « virus » pouvait se trouver n'importe où ?</li> </ul> <p><u>Bilan</u> : A l'issue de cette activité, l'animateur définit les modes de transmissions et les gestes barrières nécessaires.</p>	30'
Atelier Ultra-Violet		

<p><b>Dixit (gestion des émotions)</b></p>	<p><u>Objectif</u> : Identifier ses émotions face à l'épidémie du COVID-19</p> <p><u>Déroulement et consigne</u> :</p> <p>L'animateur place les photos sur la table.</p> <p>Il écrit un mot clef et demande aux jeunes de choisir une carte correspondant à leur ressenti (confinement, dé-confinement, distanciation sociale, épidémie, gestes barrières...)</p> <p>Chacun s'exprime sur le choix de sa carte.</p> <p><u>Prise de conscience, analyse</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Avez-vous l'impression d'avoir écouté, d'avoir été entendu, compris : à quoi vous en êtes-vous rendu compte ?</li> <li>• Avez-vous été intéressé par ce qui s'est fait, dit ? à quels moments ?</li> </ul> <p><u>Bilan</u> :</p> <p>A l'issue de cette activité, l'animateur définit le COVID-19, les mots clefs utilisés précédemment.</p>	
<p><b>Évaluation (idées reçues OUI/NON) 11h25-11h30</b></p>	<p><b>Évaluation de la séquence</b></p> <p>Exemples de diapositives pour les « idées reçues Covid 19, OUI / NON » (annexe 13 page 65)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Intérêt pour les contenus abordés durant la séance (évaluation cognitive)</li> <li>• « <i>Comment avez-vous vécu la séance ? Avez-vous appris des choses ? Cette séance a-t-elle fait évoluer votre vision de l'épidémie ?</i> »</li> <li>• Vécu de la séance (évaluation émotionnelle) : « <i>Avez-vous passé un bon moment ?</i> »</li> </ul>	<p><b>5'</b></p>

### Évaluation de l'atelier (*verbatim de l'atelier Covid-19 sur le STEI REZE - DT 44-85*)

#### Nature et qualité des échanges

- *Beaucoup d'échanges.*
- *Échanges ouverts, libres, sans retenue mais respectueux.*
- *La parole circule bien dans le groupe*
- *Tout le monde s'exprime dans le respect de l'autre*

#### Remarques générales

*Les jeunes ont été plutôt imaginatifs, le support « dixit » a permis de libérer la parole.*

*Le délai d'un mois par rapport au confinement a permis de traiter d'une actualité encore bien présente dans les esprits.*

*Les émotions se sont exprimées sans virulence et de manière contenue.*

*D'une manière générale, les jeunes ont une bonne connaissance du sujet qui a été abondamment traité dans les médias.*

*Chacun avait une idée bien précise des thèmes abordés et beaucoup de certitudes.*

*Très vite la « théorie du complot » ressort des propos des jeunes : virus inventé en laboratoire pour réduire les populations fragiles et en marge.*

*Les idées reçues sur le Covid 19 ont également vivement fait réagir, mais les réflexions sont restées très percutantes et empreintes de bon sens.*

*Le portrait chinois découvert par certain de façon très positive a permis un travail en binôme et une bonne approche de la connaissance de l'autre.*

*L'atelier ultra-violet a beaucoup étonné et suscité de réaction. Les jeunes s'en sont très vite emparés et une bonne dynamique s'est mise en place ;*

*Il a permis une bonne circulation des jeunes en s'appropriant les locaux et les objets du quotidien.*

*Le support visuel via diaporama a été facilitant au démarrage de la séance.*

### **Évaluation de la séance**

*Séance positive, appréciée des jeunes qui l'ont trouvée étonnante et intéressante.*

*Ils ont fait preuve d'une bonne participation, très vivante et active.*

*La séance a permis de retravailler les idées reçues, de partager et d'apporter de nouveaux points de vue, de traiter et d'apaiser des émotions encore présentes.*

*Au niveau des améliorations potentielles :*

*Il semblerait intéressant d'introduire plusieurs petites activités ou de séquencer les plus importantes afin de maintenir une dynamique et une bonne concentration.*

*Plutôt que d'utiliser des crayons à UV qui s'abiment vite, il serait intéressant de trouver d'autres conditionnements pour l'encre et la lumière à UV de type spray par exemple.*

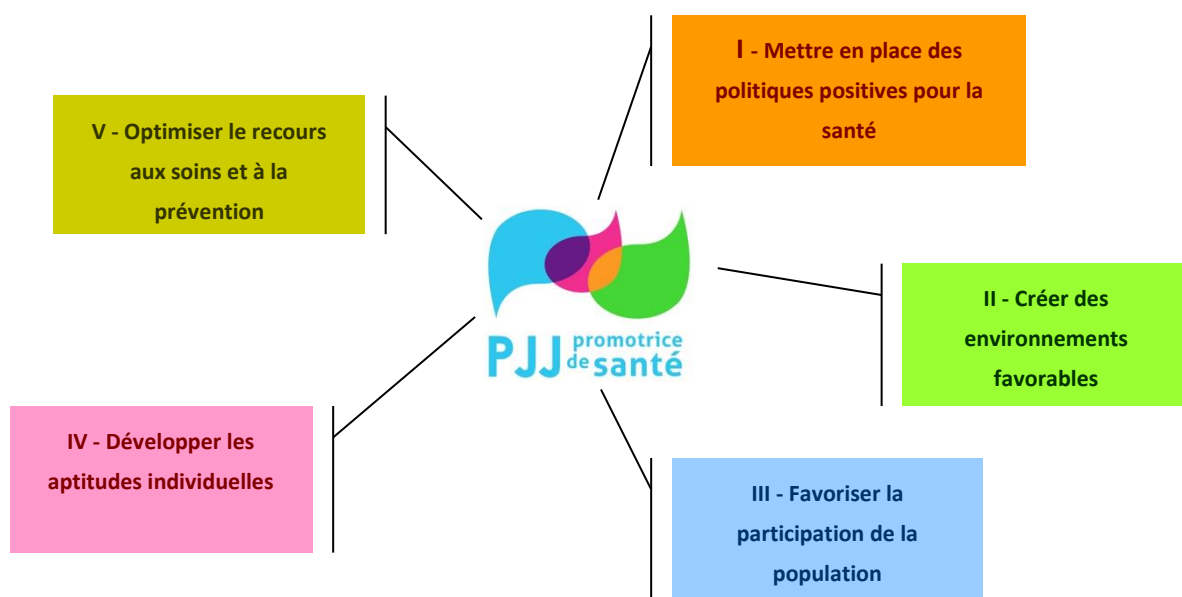


# LA PROMOTION DE LA SANTÉ ET LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES

La démarche « PJJ promotrice de santé » structure les orientations de santé de la DPJJ. Son objectif principal est d'améliorer la santé globale des jeunes pris en charge par la PJJ en agissant sur l'ensemble des déterminants de santé accessibles pendant la prise en charge, dans une approche de promotion de la santé.

## La promotion de la santé

La promotion de la santé est une approche permettant de mettre en place des actions ou rendre effectif l'accès à la santé des populations à travers 5 axes stratégiques qui orientent les interventions. En appui sur les axes définis dans la charte d'Ottawa, la démarche « PJJ Promotrice de santé » décline les 5 axes stratégiques de la promotion de la santé de la façon suivante :



Ces axes sont un cadre qui permet de guider l'action, à tous les niveaux. Celui de l'acquisition d'aptitudes individuelles ou compétences psychosociales intéresse tout particulièrement la PJJ.

*« Il est crucial de permettre aux gens d'apprendre pendant toute leur vie et de se préparer à affronter les diverses étapes de cette dernière. Cette démarche doit être accomplie à l'école, dans les foyers, au travail et dans le cadre communautaire, par les organismes professionnels, commerciaux et bénévoles, et dans les institutions elles-mêmes ». (Charte d'Ottawa, 1986).*

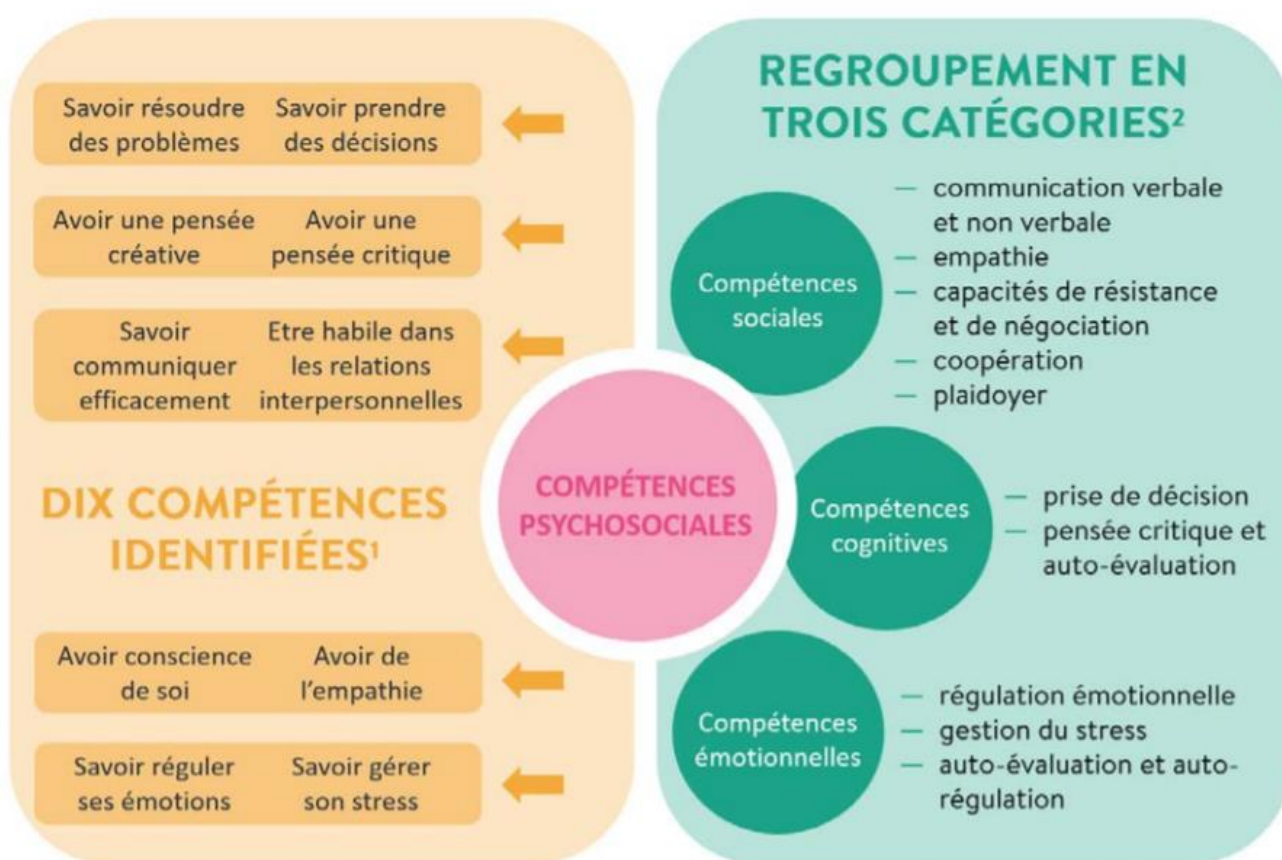
Les compétences psychosociales (CPS) sont des compétences individuelles de nature psychologique. Elles sont indispensables à la vie sociale.

Les CPS en tant que « *capacité d'une personne à répondre avec efficacité aux exigences et aux épreuves de la vie quotidienne* » (OMS, 1993) font partie des déterminants de la santé, du bien-être et de la réussite éducative des jeunes.

Lorsqu'elles sont acquises, elles impactent positivement les relations, diminuent les comportements conflictuels et agressifs, améliorent la capacité à agir sur le stress, augmentent l'estime de soi.

## Deux types de classification des compétences psychosociales

Dans la première classification datant de 1993, les CPS sont classées en cinq paires (10 compétences) mais depuis les années 2000, l'OMS propose une classification en trois catégories : les compétences sociales, les compétences cognitives et les compétences émotionnelles. Le schéma ci-dessous présente les deux classifications (PromoSanté Ile-de-France, 2018).



1. OMS, UNESCO. 1993

2. MANGRULKAR L., WHITMAN C.V. et POSNER M. 2001

« Les compétences psychosociales sont interdépendantes et se construisent en interactions. Leur classification ne doit pas conduire à des approches cloisonnées mais aider à penser l'action éducative ou pédagogique dans une cohérence d'ensemble et une complémentarité. » (Marie-Odile Williamson - Ireps Pays de la Loire).

## Une efficacité démontrée

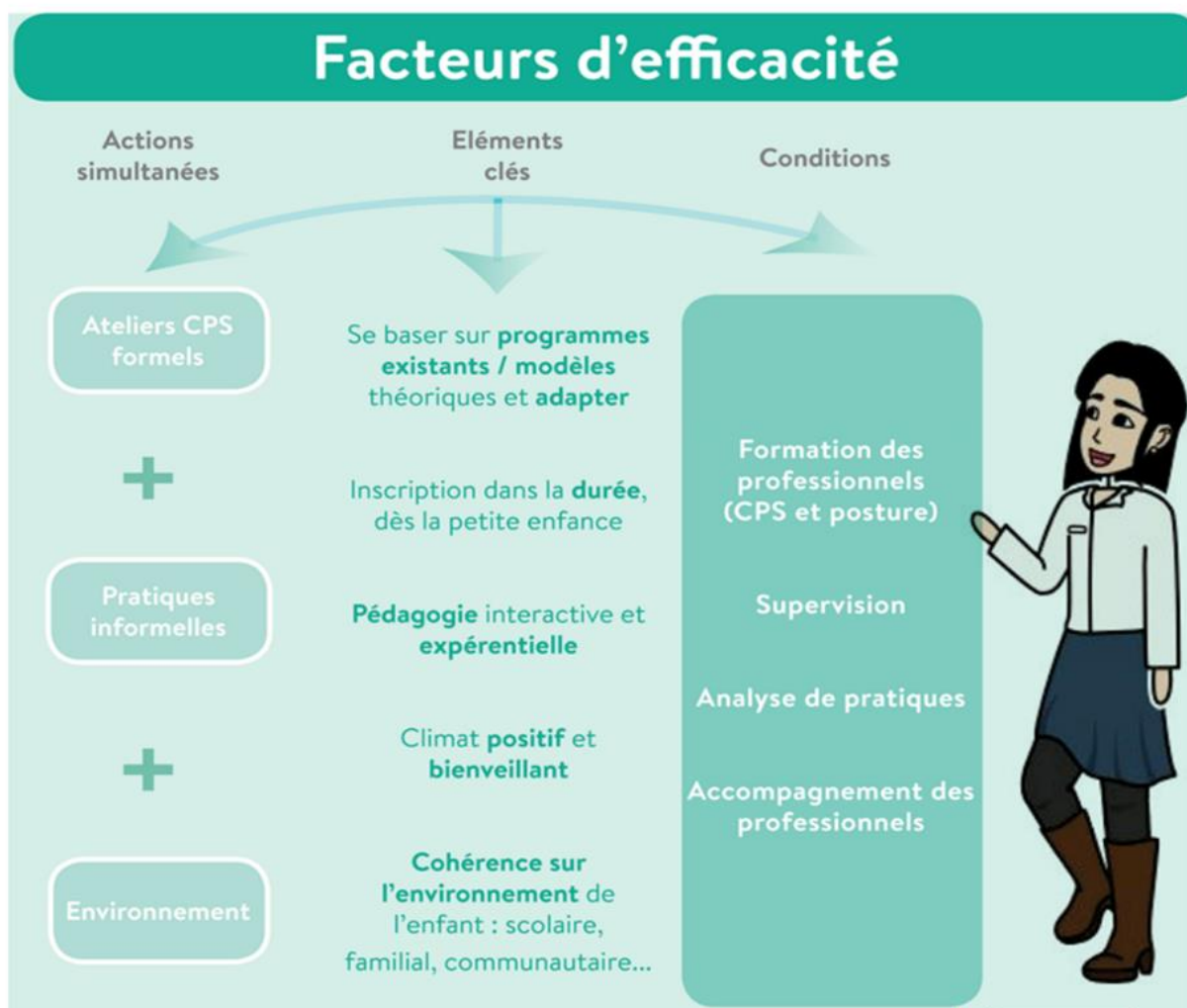
De nombreuses données probantes internationales montrent que les interventions basées sur les compétences psychosociales peuvent produire un large éventail de résultats positifs.

Des résultats sont observés sur le renforcement de l'estime de soi, la capacité de prendre des décisions, l'affirmation de la personnalité, l'acquisition de compétences d'autogestion, la capacité à résister à la pression des pairs, l'autorégulation, le développement des aptitudes en matière de communication et de relations interpersonnelles.

Chez les adolescents le développement des CPS peut permettre de prévenir la consommation de substances psychoactives (tabac, alcool, drogues illicites), les problèmes de santé mentale, les comportements violents et les comportements sexuels à risque.

Pour être efficace, le développement des CPS doit s'intégrer dans une démarche globale et éthique de promotion de la santé, c'est-à-dire prenant en compte les environnements de vie. Les CPS ne peuvent se développer que progressivement via l'interaction et l'expérience vécue « *L'apprentissage des CPS ne peut être qu'expérientiel, adossé à des méthodes actives et participatives* » (Jacques Fortin, Médecin pédiatre en santé publique professeur honoraire des universités, sciences de l'éducation).

Le schéma ci-après présente les facteurs d'efficacité permettant d'agir sur le développement des CPS (PromoSanté Ile-de-France, 2018).



Il existe un réel enjeu à l'acquisition des CPS si on considère que l'insuffisance de leur développement est l'un des déterminants majeurs de comportements à risque.

Le développement des CPS doit aussi s'inscrire dans une démarche systémique, faite d'expériences multiples et non dans une action ponctuelle. Les actions sont d'autant plus efficaces qu'elles sont multifactorielles, globales et construites sur le long terme dans un environnement favorable.

# RESSOURCES POUR ALLER PLUS LOIN

La Fnes est le principal réseau spécialiste de l'éducation et de la promotion de la santé en France. Elle est dotée d'un solide maillage territorial grâce aux Instances régionales d'éducation et de promotion de la santé (Ireps) réparties sur le territoire national (métropole et outre-mer). Les Ireps travaillent au quotidien auprès des acteurs de terrain pour les accompagner et les former sur la mise en œuvre d'actions d'éducation et de promotion de la santé, sur la base de la littérature scientifique ; elles leur mettent à disposition des supports pédagogiques et méthodes d'intervention validées. Enfin, elles apportent un appui aux politiques locales en matière de prévention et de promotion de la santé.

## Les sites de référence utiles

Si vous souhaitez approfondir vos connaissances et/ou découvrir des supports d'intervention, voici une sélection non exhaustive de ressources pour parler du déconfinement et du coronavirus avec un public de jeunes. Les références sont rangées par type de ressource, puis par ordre ante-chronologique, puis par ordre alphabétique. Cette sélection a été réalisée le 18 mai 2020.

### Sites d'information sur le coronavirus

**Agence régionale de santé**, *Les agences régionales de santé*, <https://www.ars.sante.fr/>

**Fabrique Territoires Santé**, *Fabrique Territoires Santé*, [www.fabrique-territoires-sante.org/](http://www.fabrique-territoires-sante.org/)

**Fédération nationale d'éducation et de promotion de la santé**, *article Face au coronavirus : les ressources du réseau de la Fnes et les guides déconfinement*, <https://www.fnes.fr/actualites-generales/>

**Gouvernement**, *Informations coronavirus*, [www.gouvernement.fr/info-coronavirus](http://www.gouvernement.fr/info-coronavirus)

**Institut national de santé et de la recherche médicale**, *INSERM, la science pour la santé*, <http://www.inserm.fr/>

**Ministère des solidarités et de la santé**, *Ministère des solidarités et de la santé*, <https://solidarites-sante.gouv.fr/>

**Co-actis**, *Santé BD*, <https://santebd.org/coronavirus>

**Santé publique France**, *Santé publique France*, [www.santepubliquefrance.fr/](http://www.santepubliquefrance.fr/)

**Structure Régionale d'Appui et d'Expertise Pays de la Loire**, *SRAE autour des déficiences sensorielles*, <https://www.sraesensoriel.fr/accompagnement-du-deconfinement>

### Sites d'information sur les addictions

**Association nationale de prévention en alcoologie et addictologie**, *Anpaa : aider – prévenir – soigner – accompagner*, [www.anpaa.asso.fr/](http://www.anpaa.asso.fr/)

**Mission interministérielle de lutte contre les drogues et les conduites addictives**, *Mildeca*, [www.drogues.gouv.fr/](http://www.drogues.gouv.fr/)

**Drogues info service**, *Drogues info service*, <https://www.drogues-info-service.fr/>

### Sites d'information sur l'alimentation

Santé publique France, *Manger, bouger*, [www.mangerbouger.fr/](http://www.mangerbouger.fr/)

Ligue contre l'obésité, Ligue contre l'obésité, [liguecontrelobesite.org/](http://liguecontrelobesite.org/)

### Sites d'information sur la vie affective et sexuelle

Planning familial, *Planning familial*, [www.planning-familial.org/fr](http://www.planning-familial.org/fr)

Santé Publique France, *Onsexprime.fr*, [www.onsexprime.fr/](http://www.onsexprime.fr/)

### Sites d'information sur la santé des jeunes

Santé publique France, *Fils santé jeunes*, [www.filsantejeunes.com/](http://www.filsantejeunes.com/)

Ministère de l'éducation nationale et de la jeunesse, *Jeunes.gouv*, [jeunes.gouv.fr/](http://jeunes.gouv.fr/)

Yapaka, *Yapaka*, [www.yapaka.be/](http://www.yapaka.be/)

## Quelques ressources sur les compétences psychosociales

- **Bib-Bop**, base de données bibliographiques - bases des outils pédagogiques en éducation et promotion de la santé, CRES Paca, <http://www.bib-bop.org/>
- **Cartable des CPS**, site ressource, Ireps Pays de la Loire, <http://www.cartablecps.org/page-0-0-0.html>
- **Comète**, outil, <http://www.cres-paca.org/a/288/comete-pour-developper-les-competences-psycho-sociales-en-education-du-patient/>
- « **Les mots de l'âge** », jeu, [https://www.siles-doc.fr/content\\_page/12-outils-d-intervention/5046-les-mots-de-l-age](https://www.siles-doc.fr/content_page/12-outils-d-intervention/5046-les-mots-de-l-age)
- **Pass Santé Jeunes**, site santé des jeunes, Ireps Bourgogne-Franche-Comté, <http://www.pass-santejeunes-bourgogne-franche-comte.org/>
- **Pipsa**, Répertoire de jeux et outils pédagogiques en promotion et prévention santé, <http://www.pipsa.be/outils/detail-229151049/imagine.html>
- **Photolangage@** « Travail et relations humaines » BELISLE C. (2013), <http://photolangage.fr/dossiers/>

## Les centres de ressources dédiés aux jeunes près de chez vous

- Si vous souhaitez connaître et emprunter des ressources bibliographiques et/ou des supports d'intervention en éducation et promotion de la santé, voici quelques structures susceptibles de répondre à vos attentes.
- Les Ireps disposent de centres de ressources ouverts aux professionnels et mettent à disposition ouvrages scientifiques et supports pédagogiques en promotion de la santé. Pour connaître le centre le plus proche de chez vous, aller sur le site de la Fnes : <https://www.fnes.fr/ressources-documentaires>
- Les Centres Régionaux d'Information Jeunesse (CRIJ) accueillent et informent les jeunes sur l'orientation, l'emploi, la formation et la vie pratique <https://www.cidj.com/>
- Les Maisons Des Adolescents (MDA) s'adressent aux adolescents et jeunes adultes ainsi qu'à leur entourage et les professionnels les encadrant. C'est un lieu d'écoute sur diverses thématiques : relation aux autres, mal-être, sexualité... <https://www.filsantejeunes.com/mda>

- L'Association Nationale de Prévention en Addictologie et Alcoologie (ANPAA) dispose d'un centre de ressources
- [www.anpaa.asso.fr/sinformer/documentation/centre-de-documentation](http://www.anpaa.asso.fr/sinformer/documentation/centre-de-documentation).
- Les espaces santé jeunes sont des lieux de prévention en santé globale pour des jeunes de 11 à 25 ans. En savoir plus <http://www.fesj.org/>
- Les Points d'Accueil Ecoute Jeunes (PAEJ) écoutent et soutiennent les jeunes en difficultés sociales <http://anpaej.fr/>
- L'École des Parents et des Educateurs accompagne les jeunes et leurs parents en difficulté. <https://www.ecoledesparents.org/>
- L'Union Départementale des Associations Familiales (UDAF) représente et défend les intérêts des familles <https://www.unaf.fr/spip.php?rubrique12>
- Les Centres Médiaux Psycho-Pédagogiques (CMPP) assurent la prise en charge d'enfants et d'adolescents en difficulté scolaire <https://www.fdcmpp.fr/>
- Aides est une association de lutte contre le sida <https://www.aides.org/aides-pres-de-vous.php>
- Les missions locales apportent des réponses aux jeunes en termes d'emploi, de formation et de santé <https://www.mission-locale.fr/>
- Les Consultations Jeunes Consommateurs (CJC) sont des consultations spécifiques proposées aux jeunes consommateurs de substances psychoactives [www.drogues-info-service.fr](http://www.drogues-info-service.fr)

## Pour vous former ou être accompagné dans vos projets...

### *Les organismes de formation en Promotion de la Santé*

Les Ireps vous accompagnent et vous forment dans l'élaboration de vos projets en éducation à la santé <https://www.fnes.fr/ressources-documentaires>

L'École des Hautes Etudes en Santé Publique (EHSP) propose des formations en santé publique <https://www.ehsp.fr/formation/>. Certaines Universités proposent également des formations, le plus souvent de grade Master.

La Fédération Addiction propose des formations dans le champ des addictions <https://www.federationaddiction.fr/les-formations-nationales/>.

D'autres organismes spécialisés existent, n'hésitez pas à effectuer différentes recherches sur les pages internet citées plus haut.

### *Les solutions d'accompagnement*

Le conseil et l'accompagnement méthodologique font partie des missions socle des Ireps en région. Si vous souhaitez obtenir des informations, nous vous invitons à prendre contact avec votre Instance en région. Il existe également d'autres dispositifs :

Les Ateliers Santé Ville visent l'amélioration de l'état de santé des populations des quartiers politiques de la ville et la réduction des Inégalité Sociales de Santé (ISS) <https://www.fabriquer-territoires-sante.org/tout-savoir-sur-les-asv/latelier-sante-ville-cest-quoi>.

Les Contrats Locaux de Santé (CLS) ont pour but de permettre la mise en place d'actions correspondant au mieux aux attentes de la population <https://www.ars.sante.fr/les-contrats-locaux-de-sante>.

Les Conseils Locaux de Santé Mentale (CLSM) ont pour objectif l'amélioration de la santé mentale des populations <http://clsm-ccoms.org/les-conseils-locaux-de-sante-mentale/>.

Si vos projets génèrent des coûts supplémentaires au budget de vos structures, des subventions peuvent vous aider à les financer, dans le cadre des priorités de santé retenues dans les projets régionaux de santé et sous réserve des enveloppes FIR (Fonds d'Intervention Régional). La loi de financement de la sécurité sociale pour 2012 (article 65) a créé le Fonds d'Intervention Régional (FIR). Il vise à donner aux agences régionales de santé (ARS) une plus grande souplesse dans la gestion de certains de leurs crédits au service de la stratégie régionale de santé.

La MILDECA, au travers ses chefs de projets en région, aide également au financement d'actions de promotion de la santé.



# ANNEXES

## Annexe 1 - Fiche gestes barrières

**COVID-19**

### PROTÉGEONS-NOUS LES UNS LES AUTRES



- Se laver régulièrement les mains ou utiliser une solution hydro-alcoolique
- Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir
- Se moucher dans un mouchoir à usage unique puis le jeter
- Eviter de se toucher le visage
- Respecter une distance d'au moins un mètre avec les autres
- Saluer sans serrer la main et arrêter les embrassades

Porter un masque quand la distance d'un mètre ne peut pas être respectée et dans tous les lieux où cela est obligatoire

 [GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS](https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus)  **0 800 130 000**  
(appel gratuit)

[En ligne] Coronavirus : outils de prévention destinés aux professionnels de santé et au grand public, *Santé publique France* : <https://www.santepubliquefrance.fr/dossiers/coronavirus-covid-19/coronavirus-outils-de-prevention-destines-aux-professionnels-de-sante-et-au-grand-public>

## Annexe 2 - Fiche n°3 : Le blason

### LE BLASON

Une phrase pour expliquer  
ce que cette période du confinement a été pour moi :

Deux points positifs pendant le confinement (des choses que j'ai apprises à faire ou des qualités que je me suis découvert).	Deux points négatifs pendant le confinement (des émotions que j'ai ressenties, des choses qui m'ont manqué...)
Un moment agréable, pendant le confinement, ou qui m'a particulièrement intéressé.	Un moment désagréable ou qui m'a déplu ou ennuyé.

Maintenant le plus important pour moi  
c'est

## Annexe 3 - Fiche n°5 : Abaque de Regnier ©

**Thème : les « fakes news », rumeurs, idées reçues**

Les « **fake news** » sont des informations fausses, truquées, qui sont parfois relayées massivement sur les réseaux sociaux et certains médias. Elles participent à la désinformation des individus dans le but d'orienter les pensées, les raisonnements et les manières d'agir. Sur la maladie Covid-19, les informations sont présentes partout et en continu : radio, télé, internet... Des mythes persistent et peuvent être renforcés par l'écho des médias. Il est donc essentiel de pouvoir faire le tri dans ce flot de données et de garder un esprit critique.

Proposition	D'accord	Pas d'accord
Les informations diffusées sur les chaînes de télévision sont toujours fiables		
Un fait et une opinion c'est la même chose		
On peut trouver les mêmes informations à la télévision que sur Internet		
On ne peut jamais savoir d'où viennent les informations		
Pour être bien informé, il vaut mieux écouter les personnes dans son entourage		
Plus on écoute les informations, mieux on est informé et rassuré		



## COVID-19 : COMMENT RÉAGIR FACE À L'INFO ?

Les informations concernant le coronavirus Covid-19 sont présentes partout en continu. Elles répondent à notre besoin de suivre et de comprendre la situation. Dans un contexte angoissant où les fausses informations sont nombreuses, il est important de garder un regard critique et de se préserver.



### QUESTIONNEZ-VOUS

- Qui est l'auteur de l'info ?
- Pourquoi l'info est-elle diffusée ?
- Les sources de l'info sont-elles citées ?
- Est-ce que l'info est confirmée par d'autres types de média ?



### DISTINGUEZ FAIT ET OPINION

- Le **fait** peut être prouvé, vérifié et ne dépend pas de l'auteur
- L'**opinion** se base sur des idées, est discutable et peut varier d'une personne à l'autre



### MÉFIEZ-VOUS

- Des remèdes miracles
- Des solutions apportées par une seule personne
- Des causes uniques au problème



### ÉVITEZ D'AJOUTER DE L'ANGOISSE À VOTRE QUOTIDIEN

- En choisissant et en limitant les moments où vous vous informez
- En variant les types d'infos consultées : faits, analyses, discussions...
- En acceptant une forme d'incertitude



### PROTÉGEZ LES AUTRES

- En réfléchissant aux effets que l'info peut produire avant de la partager
- En précisant si l'info que vous partagez est une opinion ou un fait
- En évitant de diffuser des rumeurs, des infos non-vérifiées ou sans auteur identifié

EN TÉLÉCHARGEMENT SUR  
[WWW.CULTURES-SANTE.BE](http://WWW.CULTURES-SANTE.BE)

Infos officielles :  
[www.info-coronavirus.be](http://www.info-coronavirus.be)



Avec le soutien de :



## Informations supplémentaires sur l'infographie :

Thématique : Médias, pathologies diverses, santé globale

Supports : Panneau/Affiche ; Contenu: Une infographie A4

Publics : Adolescents, Adultes, Seniors, Public infra scolarisé, Professionnels

Editeur : Cultures&Santé ; Pays: Belgique ; Année: 2020

Objectifs : Encourager les personnes à poser un regard critique sur les informations concernant l'épidémie Covid-19 Encourager l'adoption de pratiques permettant de se préserver et de préserver les autres dans un contexte anxiogène d'information Soutenir l'exercice de la littératie en santé des personnes

Conditions d'obtention : Infographie uniquement disponible en téléchargement (pdf)

Cette infographie propose des clés pour garder un esprit critique face à l'information concernant l'épidémie Covid-19. Les informations concernant le coronavirus Covid-19 sont présentes partout et en continu : radio, télé, presse écrite, internet, réseaux sociaux, discussions... Elles répondent à notre besoin légitime de suivre et de comprendre la situation dans laquelle nous nous trouvons. S'il est important de s'informer, il est aussi essentiel de garder un esprit critique et de se préserver dans un contexte angoissant où les fausses informations sont nombreuses.

L'infographie présente 5 points d'attention en lien avec le tri et le partage de l'information concernant l'épidémie Covid-19. Cette réalisation s'inscrit dans une perspective de soutien à l'exercice de la littératie en santé<sup>5</sup> des personnes.

[En ligne] Covid-19 : Comment réagir face à l'info (infographie) : <https://www.cultures-sante.be/nos-outils/outils-promotion-sante/item/546-covid-19-comment-reagir-face-a-l-info.html?tmpl=component&print=1 2/2>

---

<sup>5</sup> Définition de la littératie en santé : « la capacité d'accéder à l'information, de la comprendre, de l'évaluer et de la communiquer de manière à promouvoir, à maintenir et à améliorer sa santé dans divers milieux au cours de la vie ». (Rootman I & Gordon-El-Bihety D. (Groupe d'experts) 2008, op. cit.)

## Annexe 5 - Fiche n°6 : « Fiche Lisa »

Les 6 fiches « Lisa » sont disponibles sur le site internet de Cultures & Santé par le lien suivant : <https://www.cultures-sante.be/nos-outils/fiches-lisa.html>



### Comment rédiger un support d'information pour la santé lisible et compréhensible ?

Vous créez des brochures, vous rédigez des documents pour informer votre public sur des questions en lien avec la santé.

Saviez-vous qu'en appliquant quelques règles simples, vous pouvez améliorer la clarté de ces supports ? Vous contribuerez ainsi à un meilleur accès, pour tous, aux informations pour la santé.

#### En quelques mots

Un texte est rédigé en langage clair lorsque « l'information qu'il contient est organisée et présentée de telle sorte que les personnes à qui il s'adresse arrivent à le lire et à le comprendre facilement »<sup>(1)</sup>.

Pour informer sur la santé, distribuer un support est parfois nécessaire mais ne suffit pas. Cela devrait s'accompagner d'une discussion avec un professionnel lors d'une animation, d'une consultation, d'un stand...

#### À épinglez

D'après une enquête réalisée en Belgique, 4 personnes sur 10 ont des difficultés pour comprendre, trouver, évaluer et appliquer des informations en lien avec la santé<sup>(2)</sup>. Par ailleurs, « peu importe le niveau de littératie [compréhension], la majorité des lecteurs ne lit pas un texte en entier, mais saute d'un titre à l'autre ou d'une première phrase de paragraphe à l'autre »<sup>(3)</sup>.

#### Le petit plus

Un support d'information peut être conçu avec le public destinataire. Celui-ci peut être associé à chaque étape du processus. Une fois conçu, il est important de tester le support. Pour cela, référez-vous à la Fiche Lisa n°2 : « Comment tester un support d'information pour la santé avec un groupe ? ».



#### Témoignage

« Très souvent, c'est un français difficilement compréhensible, il faut faire un gros effort pour essayer de le comprendre. Alors je le mets dans mon sac, en me disant que je lirai ça à la maison. J'empile mes prospectus dans mon sac et puis j'arrive à la maison et c'est direct poubelle. Parce qu'il y a beaucoup trop de texte, très compliqué, pas assez d'images, ce n'est pas assez visuel. Salma<sup>(4)</sup> »

## Annexe 6 - Fiche n°7 : Cartes à parler pour les jeunes après sortie du confinement

Qu'est-ce qui me met le plus en colère en ce moment de déconfinement ?



Dire à la personne à ma gauche la chose la plus encourageante que je peux imaginer en cette période.



Raconter le moment le plus merveilleux de toute la période de confinement.



Quel a été le moment le plus drôle du confinement ?



Comment je vis au quotidien la distanciation sociale ?



Faire juste un sourire en regardant tout le monde !



Dire ce que j'ai  
le plus aimé  
faire pendant  
le  
confinement.



Raconter mon  
souhait le plus  
fou pour cette  
période de  
déconfinement



Qu'est-ce qui  
me rend le plus  
joyeux en ce  
moment de  
déconfinement  
?



Comment je  
me sens en  
portant un  
masque ?



Comment je  
me sens en  
face de  
quelqu'un qui  
porte un  
masque ?



Dire à tout le  
monde quand  
sera ma  
prochaine date  
d'anniversaire.





Qu'est-ce que j'ai le moins aimé dans la période de confinement ?



Qu'est-ce que j'ai bien apprécié dans la période de confinement ?



Dire ce qui me fait le plus peur dans cette phase de sortie progressive du confinement.



Qu'est-ce que j'apprécie dans cette période de sortie du confinement ?



De quelle qualité principale j'ai fait preuve pendant cette période de confinement ?



Qu'est-ce que j'ai découvert sur moi, sur ma famille, dans la période de confinement ?



Comment je vis  
les gestes  
barrière en  
cette période  
de sortie du  
confinement ?



Avec qui (hors  
de chez moi)  
ai-je le plus été  
« en lien »  
pendant ces  
semaines de  
confinement ?



Si j'avais une  
baguette  
magique,  
qu'est-ce que  
je changerais  
aujourd'hui ?



Qu'est-ce qui  
m'a rendu le  
(la) plus  
heureux (se)  
pendant cette  
période de  
confinement ?



Qu'est-ce qui  
m'a rendu le  
plus triste  
pendant le  
confinement ?



Qu'est-ce que  
provoque en  
moi le mot  
« coronavirus »  
?



Qu'est-ce que j'ai le plus aimé faire pendant cette période de confinement ?



Comment je me défoulais pendant cette période de confinement ?



Quel a été l'impact des médias sur ma vie confinée ?



Qu'est-ce qui m'a le plus manqué pendant la période de confinement ?



Qu'est-ce qui m'a aidé à supporter le temps de confinement ?



Est-ce que je suis quelqu'un qui a un fort besoin de contacts physiques ?



## Annexe 7 - Fiche n°8 : Saynètes gestion de conflit

### Première saynète : en famille

Une famille composée de 2 adultes et de 2 enfants (Jordan, 18 ans et Lola, 14 ans) est confinée depuis 6 semaines dans un appartement avec une petite terrasse, sur laquelle il est possible de prendre un repas. L'appartement est composé de 2 grandes chambres : une pour les parents, et les 2 enfants se partagent l'autre. La famille, qui avait l'habitude de grandes promenades le weekend, n'est pas sortie depuis le début du confinement. A savoir : les parents sont très à cheval sur les « devoirs à la maison », et très stricts sur l'utilisation personnelle de l'unique tablette familiale. Ils ont mis en place un planning pour les tâches ménagères, qui n'a pas franchement ravi Jordan et Lola. Un soir, pendant le repas, les enfants à bout disent à leurs parents qu'ils n'en peuvent plus de la situation. Imaginez la conversation que va avoir la famille, et quelles solutions ils pourront mettre en place.

### Deuxième saynète : en couple

Ton copain/ta copine trouve que tu l'appelles trop souvent, que tu postes trop de photos de lui/elle sur les réseaux sociaux. Il/elle te fait part de son mécontentement et te demande de lui donner plus d'espace. Quelle sera ta réaction ? Mettez en scène votre discussion.

Tu es confiné avec ton copain/ta copine, et vous vous disputez régulièrement sur des petites choses (sur lesquelles vous n'aviez pas l'habitude de vous disputer). Aujourd'hui, il/elle t'a insulté/e, comment réagis-tu ? Mettez en scène la discussion.

Ton copain/ta copine ne répond pas toujours quand tu l'appelles, et tu as vu qu'il/elle a liké des photos d'un/e amie/e commune très souvent sur les réseaux sociaux. Tu lui fais part de ta jalousie, comment réagit-il/elle ? Mettez en scène votre discussion.

Pendant le confinement, tu te sens souvent triste et inquiet/inquiète. De plus, cela ne se passe pas très bien avec ta famille. Ton copain/ a copine n'est pas disponible pour en parler avec toi et ne t'écoute pas vraiment. Tu te sens délaissé/e et lui en veux. Mettez en scène votre discussion.

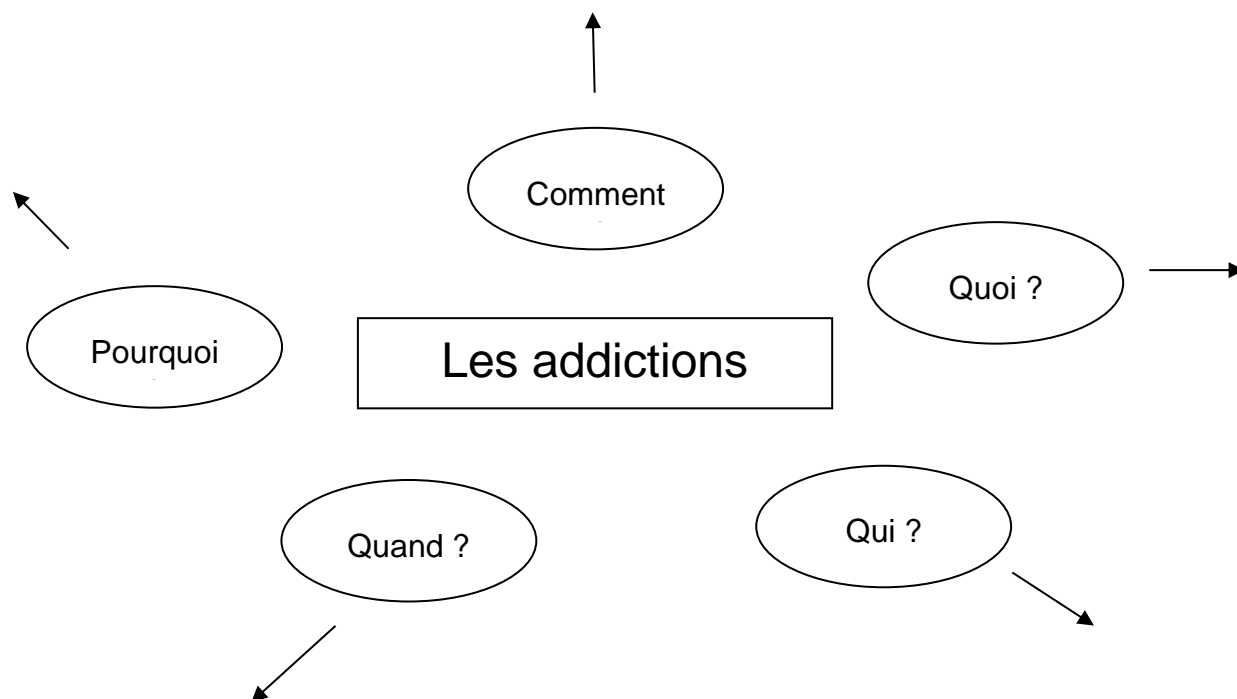
### Troisième saynète : entre amis

Vous vous retrouvez en visio avec quelques amis. Au début tu te réjouissais de les revoir à cette occasion, mais en fait la conversation n'arrive pas à décoller, et l'ambiance est nulle. Tu es déçu/e et le dis à tes amis. Imaginez la tournure que va prendre la conversation et comment vous pouvez tirer profit de la situation.

Ton ami t'invite à aller le voir en cachette pendant le confinement, pour passer la soirée ensemble. Mais tes parents ne sont pas d'accord, car pendant le confinement, il est interdit de sortir pour ce genre de raisons et ils ont peur que tu prennes une amende. Imaginez la discussion avec les parents.

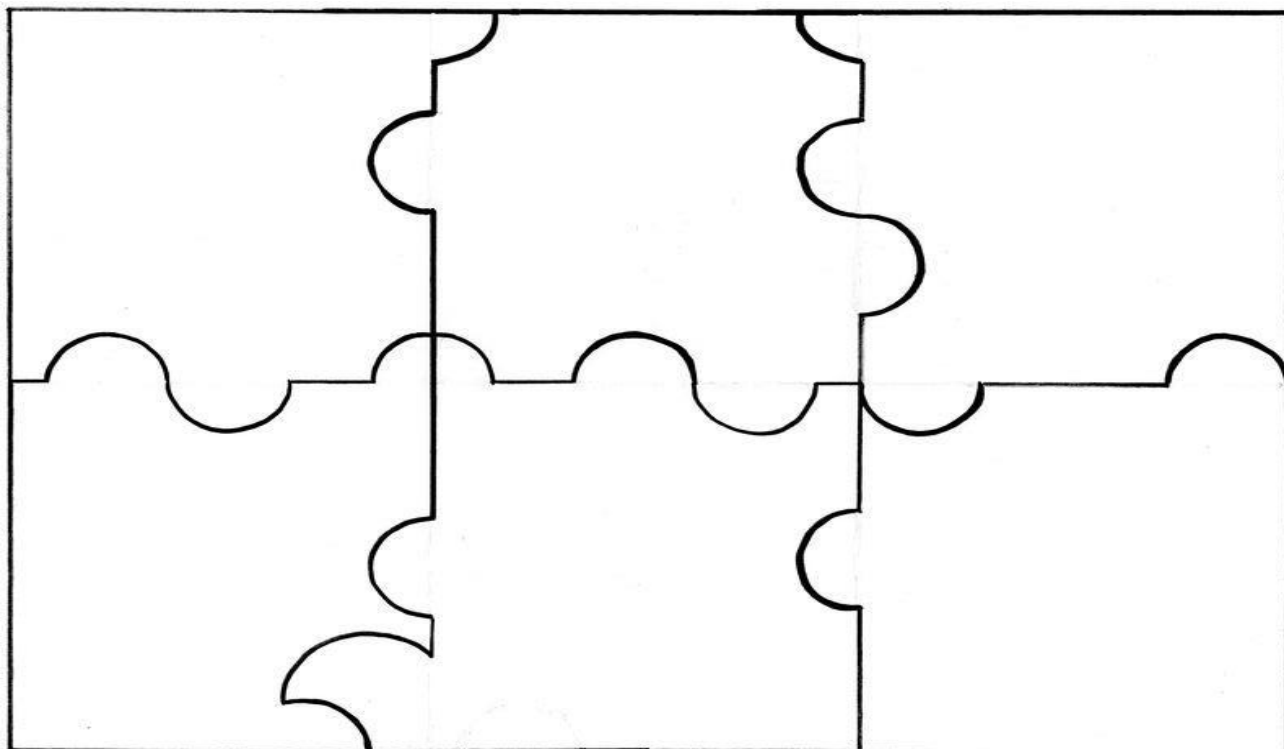
Après le confinement, tu revois un groupe d'amis, et pour respecter la distanciation physique, tu ne t'approches pas pour leur faire la bise. Un des amis se moque de toi en te traitant de peureux et te dit qu'on peut se faire la bise quand même. Comment réagis-tu ? Imagine la conversation.

## Annexe 8 - Fiche n°9 : Carte mentale



## Annexe 9 - Fiche n°9 : Puzzle addictions

- 1 case avec une chose positive en matière d'addiction
- 1 case avec une chose négative en matière d'addiction
- 1 case avec un dessin
- 1 case avec un titre de film
- 1 case avec un titre de chanson
- 1 case avec un lieu



# Annexe 10 – Rituel de fin de séance : la palette des ressentis (évaluation humeur)

DANS QUEL ÉTAT D'ESPRIT SUIS-JE À L'ISSUE DE CETTE RÉUNION ?



TRISTE



SOULAGÉ



SATISFAIT



DÉTERMINÉ



EN DÉSACCORD



DÉÇU



EMBALLÉ



EXASPÉRÉ



CONTENT



HEUREUX



SEREN



DÉGOUTÉ



MÉFIANT



DYNAMISÉ



OUVERT



FATIGUÉ



DUBITATIF



JOYEUX



OFFENSÉ



SOUS LE CHOC



RASSURÉ



INDIFFÉRENT



ABANDONNÉ



ABATTU



MISÉRABLE



NÉGATIF



PEINÉ



OBSTINÉ



OPTIMISTE



PERPLEXE



CHOQUÉ



ANXIEUX



ENNUYÉ



PESSIMISTE



PRUDENT



RÉFRIGÉRÉ



CONFIANT



INCREDULE



EFFRAYÉ



CONSTERNÉ



FRUSTRÉ



INTÉRESSÉ






ENTHOUSIASTE



CONVAINCU

## Annexe 11 – Rituel de fin de séance : Support « oiseau - singe – éléphant »

Séance	
 Ce que j'ai trouvé malin	
 Ce qui m'a permis de prendre de la hauteur	
 Ce que j'ai trouvé lourd	



## Annexe 12 – Rituel de fin de séance : « Je félicite, je critique, je propose »

Je félicite	
Je critique	
Je propose	

**Annexe 13 – Exemple de l’atelier Covid-19 sur le STEI REZE - DT 44-85 :  
« diapositives pour les « idées reçues Covid 19, OUI / NON »**

<p>LE COVID-19 NE TOUCHE QUE LES PERSONNES ÂGÉES</p>  <p>OUI NON</p> <p>?</p>	<p>LES CHINOIS SONT À L'ORIGINE DE L'ÉPIDÉMIE</p>  <p>OUI NON</p> <p>?</p>
<p>LA CHLOROQUINE GUÉRIT LE COVID-19</p>  <p>OUI NON</p> <p>?</p>	<p>LES ANIMAUX TRANSMETTENT LE VIRUS AUX HUMAINS</p>  <p>OUI NON</p> <p>?</p>
<p>LA PULVÉRISATION D'EAU DE JAVEL SUR LE CORPS OU SON INTRODUCTION DANS L'ORGANISME PROTÈGE DU COVID-19</p>  <p>OUI NON</p> <p>?</p>	<p>S'EXPOSER AU SOLEIL EMPÊCHE DE CONTRACTER LE VIRUS</p>  <p>OUI NON</p> <p>?</p>