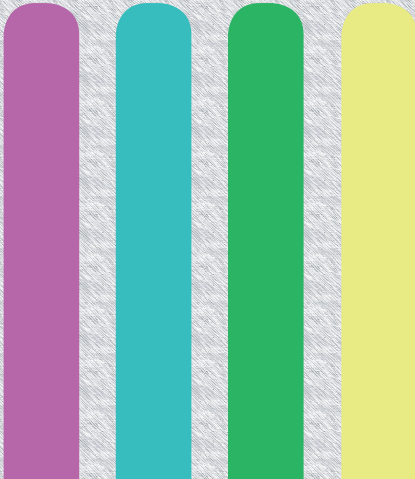


**DÉVELOPPER DES ESPACES DE DIALOGUE
AVEC LES JEUNES
EN PRÉVENTION DU TABAGISME**

REPÈRES ET GUIDE D'ANIMATIONS



PROMOTION DE LA SANTÉ

Avec le soutien de la



FÉDÉRATION
WALLONIE-BRUXELLES

Rédaction :

Françoise Cousin et Hernando Rebolledo (Service Prévention Tabac, FARES asbl)

Remerciements pour sa relecture à :

Gaëtan Absil (chercheur à l'APES-ULg), Renaude Boone (infirmière à l'Ecole Provinciale des Métiers de Nivelles), Bégonia Montilla (responsable de projets au Centre Bruxellois de Promotion de la Santé), Delphine Willems (enseignante à l'Institut Notre Dame de Lourdes à Bruxelles).

Graphisme :

Marie Mathieu

Editeur responsable :

J.P. Van Vooren, FARES, rue de la Concorde 56, 1050 Bruxelles

Remerciements

aux écoles, aux centres PMS, aux services PSE et aux AMO avec lesquelles nous avons collaboré ;

aux co-animateurs et aux jeunes avec lesquels nous avons construit les espaces de dialogue ;

à l'APES-Ulg pour son soutien méthodologique

et à notre comité d'appui composé du Centre Bruxellois de Promotion de la Santé, du Centre Alfa et de Question Santé.

TABLE DES MATIÈRES

1. POURQUOI METTRE EN PLACE DES ESPACES DE DIALOGUE ?	8
1.1. Objectifs spécifiques de prévention	8
2. QUELS SONT LES FONDEMENTS DE CES ESPACES DE DIALOGUE ?	10
Fiche 1 « Quelques repères importants pour le travail de prévention en promotion de la santé »	11
Fiche 2 « Lunettes 3D en prévention du tabagisme »	12
Fiche 3 « Les compétences psychosociales ou pourquoi renforcer les aptitudes personnelles des jeunes ? ..	13
Fiche 4 « Le passage d'une consommation occasionnelle à une dépendance, parlons-en ! »	14
Fiche 5 « De l'interdiction à la prévention »	15
3. COMMENT RÉALISER CONCRÈTEMENT LES ESPACES DE DIALOGUE ?	18
3.1. Ce qu'il vaut mieux éviter	18
3.2. Ce qu'il vaut mieux renforcer	19
3.3. Comment fournir de l'information en assurant la participation des jeunes ?	19
3.4. Aspects pratiques	20
4. L'ANIMATION D'ESPACES DE DIALOGUE : QUELS THÈMES, QUELS SUPPORTS ?	22
4.1. Introduction pour sensibiliser à l'écoute et à l'expression	22
4.2. Jeu de phrases	22
4.3. Docu-débat sur les manipulations de l'industrie du tabac	27
4.4. Analyse d'affiches de prévention du tabagisme	29
4.5. Création d'affiches de prévention	34
4.6. Réflexion sur le sens de l'interdiction de fumer à l'école	35
4.8. Improvisation de scénettes	37
4.9. Gestion du stress	38
4.10. Témoignages de fumeurs et réactions	43
4.11. Avantages et inconvénients	45
5. COMMENT CLOTURER ET EVALUER LES ESPACES DE DIALOGUE ?	48
5.1. Clôture	48
5.2. Évaluation	48
6. QU'EN PENSENT LES JEUNES ET LES PROFESSIONNELS QUI ONT DÉJÀ EXPÉRIMENTÉ LES ESPACES DE DIALOGUE?	52

PRÉAMBULE

Depuis 2005, le Service Prévention Tabac du FARES asbl avec le soutien de la Fédération Wallonie-Bruxelles, développe un programme d'appui aux professionnels relais, en matière de prévention du tabagisme auprès des jeunes.

Ce programme pose le défi, d'une part, d'intégrer différents domaines théoriques et méthodologiques - la prévention du tabagisme, la prévention des assuétudes au sens large et la promotion de la santé – et, d'autre part, de les adapter à la diversité des situations de terrain : les différents types d'école, les internats, les associations d'aide en milieu ouvert, les maisons de jeunes...

Relever ce défi a été possible grâce à une collaboration étroite avec différents intervenants, spécialement mais pas uniquement du milieu scolaire : - éducateurs, agents PMS et PSE, enseignants, intervenants en prévention et promotion de la santé...

Au fil des années, les modules de formation auprès des professionnels et la réalisation de projets avec eux dans leur milieu d'intervention, nous ont permis de mieux connaître leurs attentes, leurs conditions de travail, leurs points de vue sur les consommations et la prévention, leurs besoins. Nous sommes allés appliquer avec eux, sur le terrain, les stratégies de prévention proposées. Nous avons discuté avec eux et avec de nombreux groupes de jeunes des différents aspects sociaux et personnels associés à la consommation.

Ce cahier propose une synthèse des repères théoriques et méthodologiques les plus importants, des supports et des guides d'animation. Il est destiné aux professionnels qui participent à nos modules de formation ou avec lesquels nous collaborons dans la réalisation de projets. Il devrait leur permettre de continuer de susciter la participation de jeunes à ces espaces de réflexion collective. En effet, ce sont les adultes qui côtoient les jeunes au quotidien qui peuvent réaliser la prévention la plus efficace.



**POURQUOI METTRE EN PLACE
DES ESPACES DE DIALOGUE ?**

1. POURQUOI METTRE EN PLACE DES ESPACES DE DIALOGUE ?

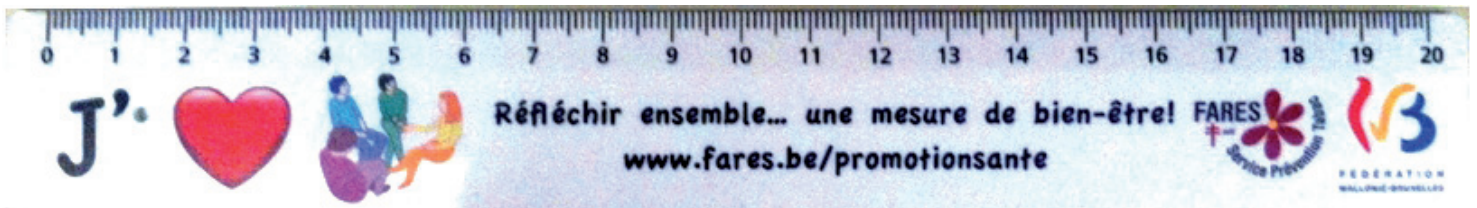
L'approche présentée ci-dessous constitue un volet de la prévention : celui du débat avec les jeunes. Nous l'appelons « **espace de dialogue** », afin de mettre en avant certaines caractéristiques qui le différencient des animations traditionnelles sur le thème du tabac, limitées souvent à l'apport d'information par un expert sur les méfaits du tabagisme sur la santé.

L'initiation ou le renforcement d'espaces de dialogue entre les jeunes et les adultes qui les côtoient fait de la prévention **une occasion pour réfléchir ensemble** et permet d'avancer sur plusieurs aspects décisifs en matière de promotion de la santé, notamment :

- la possibilité de partir du ressenti et des représentations des jeunes ;
- le renforcement de leurs aptitudes personnelles ;
- l'amélioration du climat de communication interpersonnelle entre les jeunes eux-mêmes et avec les adultes relais ;
- le renforcement des ressources des professionnels en matière de prévention ;
- l'opportunité pour ceux-ci de faire connaissance avec les jeunes de manière différente.

Afin que cette stratégie déploie toutes ses potentialités, il est nécessaire qu'elle dépasse le cadre d'une activité occasionnelle, isolée, et qu'elle s'intègre à une dynamique plus globale. Par exemple, initier la constitution d'un groupe porteur de projets de prévention, poursuivre les espaces de dialogue sur d'autres thèmes proposés par les adolescents, faire de ces espaces un complément aux projets en lien avec l'environnement et le bien-être, tels que les activités sportives et de loisir, l'organisation de la cantine scolaire...

Il s'agit des jalons d'une démarche participative entre les jeunes et les adultes, visant le bien-être de la collectivité.



1.1. OBJECTIFS SPÉCIFIQUES DE PRÉVENTION :

Aborder le thème du tabagisme avec les jeunes au moyen de ces espaces de dialogue vise les objectifs suivants :

- permettre aux jeunes d'identifier les risques sociaux et de santé (physique et mentale) associés aux différents types de consommation ;
- susciter une prise du recul par rapport aux motivations associées à la consommation ;
- augmenter leur répertoire de réactions face aux situations problématiques (difficultés scolaires, familiales, stress, insomnies) ;
- stimuler leur capacité de réflexion par rapport à leurs propres représentations (croyances, attitudes, valeurs...) ;
- aiguïser leur esprit critique face à l'influence sociale et les manipulations des médias (particulièrement lors de l'activité sur les manipulations de l'industrie du tabac, p. 27) ;
- exercer leur capacité à s'exprimer de manière assertive et à écouter l'expression des autres ;
- renforcer leurs aptitudes à reconnaître et accepter la pluralité des points de vue ;
- développer leur créativité (particulièrement dans l'activité portant sur la réalisation d'affiches (p. 34) et l'improvisation de scénettes (p. 37) ;
- renforcer la connaissance et les liens des jeunes avec les réseaux d'aide disponibles dans leurs différents milieux.

**QUELS SONT LES
FONDEMENTS DE CES
ESPACES DE DIALOGUE ?**

2. QUELS SONT LES FONDEMENTS DE CES ESPACES DE DIALOGUE ?

Les 5 fiches présentées ci-dessous fournissent de manière synthétique des repères théoriques et méthodologiques concernant des aspects précis de la prévention, ainsi que des références bibliographiques, pour la plupart téléchargeables.

Elles sont conçues en tant qu'outils permettant de préparer et d'orienter les différentes activités proposées dans le guide d'animations, qui constitue la deuxième partie du cahier :

Fiche 1. « *Quelques repères importants pour le travail de prévention en promotion de la santé* »

Fiche 2. « *Lunettes 3D en prévention du tabagisme* »

Fiche 3. « *Les compétences psychosociales ou pourquoi renforcer les aptitudes personnelles des jeunes* »

Fiche 4. « *Le passage d'une consommation occasionnelle à une dépendance, parlons-en !* »

Fiche 5. « *De l'interdiction de fumer à la prévention* »

FIGHE 1

QUELQUES REPÈRES IMPORTANTS POUR LE TRAVAIL DE PRÉVENTION EN PROMOTION DE LA SANTÉ

BONNES PRATIQUES EN PRÉVENTION

DES STRATÉGIES À RENFORCER

ASSURER LA PARTICIPATION DES JEUNES : AGIR AVEC ..., PAS POUR ...

Construire avec eux toutes les activités de prévention, en partant de leurs intérêts, de leurs connaissances et de leurs questions. Par exemple, réaliser une enquête au préalable, élaborer et évaluer les projets avec eux...

ASSURER L'EXPRESSION DES JEUNES

C'est la condition qui permet la réalisation d'une réflexion entre les jeunes et avec les professionnels qui les côtoient.

FAVORISER LE DÉVELOPPEMENT D'APTITUDES PERSONNELLES (COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES)

Ces aptitudes, telles que la résistance à l'influence sociale, les compétences en communication interpersonnelle, la gestion du stress, le regard critique vis-à-vis des médias, agissent comme facteurs de protection face aux assuétudes.

S'INTÉRESSER AU SENS DONNÉ AUX COMPORTEMENTS TABAGIQUES ET LES FACTEURS SOCIAUX QUI LES INFLUENT

Par exemple, débattre sur : les motivations à fumer ou à ne pas fumer ; favoriser des recherches et des discussions sur les intérêts économiques derrière le tabac.

LIER LA PRÉVENTION DU TABAGISME À DES PROJETS PLUS LARGES

Tels que la prévention d'autres assuétudes (alcool, cannabis, ...), d'autres thèmes de santé (alimentation, exercice physique, ...) ou des projets d'amélioration de l'environnement (des espaces de loisir, le climat de communication interpersonnelle...)

COLLABORER AVEC DIFFÉRENTS PROFESSIONNELS DANS LA RÉALISATION D'UN PROJET

Avec des professionnels de l'école, avec les Centres PMS, les Services PSE, ainsi qu'avec des maisons de jeunes, des services d'aide en milieu ouvert (AMO), des associations en prévention et les Centres Locaux de Promotion de la Santé via leurs Points d'Appui «Assuétudes», qui peuvent appuyer la mise en place de ces stratégies.

Liste des CLPS : www.sante.cfwb.be/index.php?id=centres

EN QUOI CES ESPACES DE DIALOGUE FONT-ILS PARTIE DU TRAVAIL DE PROMOTION DE LA SANTÉ ?

Les sujets abordés font référence à la vie mentale (par exemple, le vécu du stress, la nervosité, ...), la vie sociale (par exemple, la communication avec autrui, l'intégration dans un groupe ...) en plus de la santé physique.

Les espaces de dialogue renforcent la cohésion de la communauté de professionnels et de jeunes. Par exemple à l'école, plusieurs enseignants, éducateurs, agents PMS et PSE participent ensemble à la mise en place de ceux-ci avec l'aide de jeunes.

Ils favorisent le développement des aptitudes personnelles et sociales des jeunes, aptitudes nécessaires pour poser des choix individuels éclairés.

La mise en place de ces espaces, surtout si elle est régulière, participe à l'amélioration du contexte de vie de jeunes en modifiant les conditions organisationnelles et structurelles.

Reprenons l'exemple de l'école :

- Pendant le temps de l'activité, la structure de la classe change. Les chaises sont disposées en cercle. Tout le monde se voit et se situe au même niveau, ce qui constitue un contexte particulier permettant d'autres possibilités de relation.
- Le style de communication entre les adultes et les jeunes, change de registre, ce qui a un impact par la suite. L'enseignant, par exemple, peut découvrir d'autres facettes des jeunes et ceux-ci qu'ils peuvent être écoutés.
- Les partenariats entre éducateurs, enseignants, agents PMS/PSE..., mis en place pour la co-animation, permettent plus de collaborations par la suite, au profit d'autres thématiques (par exemple, l'orientation scolaire,...)

Cette démarche concourt à augmenter le bien-être des jeunes et des professionnels relais, ce qui est illustré par le commentaire d'une directrice de CEFA : « cette activité a augmenté la cohésion sociale dans l'école »

PLUS D'INFORMATIONS

APES. Ulg. C. Lafontaine et al. « Stop j'agis : la promotion de la santé, une utopie bien réelle ou une réalité bien utopique », paru dans Éducation Santé n°169. <http://www.apes.be/documentstelechargeables/Pdf/fich%202209.pdf>

Bantuelle. M, Demeulemeester. R (Dir.), Comportements à risque et santé : agir en milieu scolaire. Référentiel de bonnes pratiques, Refips, Inpes. 2008. <http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/ComportRisque.pdf>

Institut National de Santé Publique du Québec. Lalonde, Monique. Heneman, Bernard. La Prévention du tabagisme chez les jeunes. Avis scientifique. Octobre 2004. <http://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/324-AvisPreventionTabagismeJeunes.pdf>

Question Santé asbl. « Agir en promotion de la santé : un peu de méthode » <http://www.questionsante.org/03publications/charger/agirpromosante.pdf>

Roussel S. Doumont D. « Quelle efficacité pour la prévention des addictions chez les adolescents ? » UCL – RESO, avril 2008. <http://www.uclouvain.be/cps/ucl/doc/reso/documents/Dossier49.pdf>

FIGHE 2

LUNETTES 3D EN PRÉVENTION DU TABAGISME



Traditionnellement, le travail de prévention du tabagisme s'est centré principalement sur le tabac et ses méfaits sur la santé (le produit). Pourtant, dans le domaine des assuétudes il est reconnu que, comme le montre l'image, celles-ci résultent de « la rencontre d'un produit, d'une personne et d'un contexte socioculturel. »*

Par conséquent, en discutant le thème du tabagisme avec les jeunes, il est nécessaire d'aborder de manière équilibrée les trois facteurs. Lors d'une animation, on va poser des questions, utiliser des supports et fournir de l'information, par exemple, sur les motivations à fumer ou à ne pas fumer (personne), les manipulations de l'industrie de tabac (contexte) et les maladies provoquées par la fumée (produit).

Par ailleurs, afin d'être au plus près des représentations des jeunes, il convient de se centrer sur eux en tant que personnes, c'est-à-dire, partir de leurs perceptions du contexte social, des significations qu'ils attribuent à la consommation ou à la non-consommation...

Les représentations sociales sont des grilles de lecture et d'interprétation du monde, que chacun porte en soi. Elles guident les comportements, les actions et les interactions sociales. Elles leur confèrent un sens.

Elles sont composées de divers éléments : certains issus de connaissances d'ordre scientifique, d'autres relèvent plutôt du sens commun. Elles comportent également des images, des croyances, des normes, des valeurs... Chacun construit ses propres représentations sociales au fil de ses expériences personnelles. Elles dépendent de la façon dont on vit les situations, mais aussi du contexte social, culturel, politique, économique, éducatif ou médiatique dans lequel on évolue.

« Questionner les représentations sociales en promotion de la santé », CULTURES & SANTE ASBL en partenariat avec le CBPS, le CLPS en province du Luxembourg et le CLPS en province de Namur. 2014. P.19

PLUS D'INFORMATIONS

*Toutes les assuétudes résultent de « la rencontre d'un produit, d'une personne et d'un contexte socio-culturel. »

La drogue ou la vie / Claude Olievenstein. – Paris : Robert Laffont, 1983, p. 265-273

<http://www.hopital-marmottan.fr/spip/spip.php?article51>

MOREL Alain, COUTERON Jean-Pierre. Les conduites addictives, comprendre, prévenir, soigner. Dunod, Paris, 2008.

FICHE 3

LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES OU POURQUOI RENFORCER LES APTITUDES PERSONNELLES DES JEUNES ?

DÉFINITION :

- Capacités d'une personne à répondre avec efficacité aux exigences et aux épreuves de la vie quotidienne.
- Aptitudes qui favorisent un mieux être individuel et collectif

VOICI CELLES QUI SONT MISES EN AVANT PAR L'ORGANISATION MONDIALE DE LA SANTÉ :



D'AUTRES COMPÉTENCES SONT RECONNUES ÉGALEMENT EN TANT QUE FACTEURS DE PROTECTION FACE AUX ASSUÉTUDES, NOTAMMENT :

- la résistance à l'influence sociale (par exemple, l'influence des pairs) ;
- l'efficacité personnelle (ou le sentiment d'avoir la capacité d'atteindre ses propres objectifs) ;
- un rapport constructif à la loi (au-delà du cercle « interdiction-transgression-punition »).

Renforcer ces compétences constitue la meilleure démarche de prévention. En effet, elles permettent aux jeunes d'exercer un plus grand contrôle sur leur propre santé et de faire des choix favorables à leur bien-être. Il s'agit de la dimension éducative de la prévention. Par exemple :

- la réalisation d'un projet qui accorde une place centrale à la participation active des jeunes, à toutes les étapes, même lors de sa construction, renforce leur capacité à résoudre des problèmes et à prendre des décisions ;
- la mise en place d'un espace de dialogue où les jeunes peuvent s'exprimer librement participe au développement de leurs compétences de communication avec autrui ;
- L'organisation d'un débat à partir d'un film sur l'industrie du tabac, renforce la pensée critique.



« Les adolescents ont plus de chances d'acquiescer de l'assurance, de la confiance en soi et de développer leurs aptitudes lorsqu'ils sont encouragés à exprimer leurs opinions et leurs sentiments, à s'affirmer et à défendre ce en quoi ils croient... »

http://www.unicef.org/french/adolescence/index_environments.html

PLUS D'INFORMATIONS :

ARWIDSON, Pierre. Le développement des compétences psychosociales. In SANDRIN-BERTHON, Brigitte. Apprendre la santé à l'école. Paris : ESF, 1997, Chap.5, 128 p. IREPS, L'éducation pour la santé.

http://eps30mots.net/_front/Pages/article.php?art=10

GOUDET Bernard. CRAES-CRIPS Aquitaine. Les perspectives ouvertes par la promotion de la santé : les notions d'« empowerment » et de « compétences psychosociales »

http://www.educationsante-aquitaine.fr/pub/publications/96_bgouDET_-_empowerment.pdf

LALANNE Jacques.

<http://www.developpement-humain.com/articles/pour-educateurs/techniques-essentielles-pour-animer-le-cercle-de-paroles-prodas.html>

TARTAR GODDET E. Développer les compétences psychosociales des adolescents par des ateliers de parole. Retz. Paris. 2007



FICHE 4

LE PASSAGE D'UNE CONSOMMATION OCCASIONNELLE À UNE DÉPENDANCE, PARLONS-EN !

POURQUOI ABORDER CE THÈME AVEC LES JEUNES ?

En général, le comportement tabagique de la personne se définit pendant l'adolescence: la décision de ne pas devenir fumeur, les premières consommations, le passage ou pas à une consommation régulière, l'installation éventuelle de la dépendance et, également, la reconnaissance des aspects négatifs de la consommation, ainsi que les premiers efforts pour s'en sortir.

Il est décisif que les jeunes trouvent toutes les ressources leur permettant de prendre une décision éclairée et toute l'aide nécessaire s'ils en ont besoin. Il s'agit d'ailleurs d'un thème transversal, qui s'applique également à d'autres assuétudes.

Des questions clés pour initier la discussion (liste non-exhaustive):

- Quelles sont les motivations : pour ne pas fumer ? Pour fumer la première fois ou occasionnellement ? Pour fumer régulièrement ? Quelle est l'évolution de ces motivations ?
- Quels sont les éventuels aspects négatifs de chaque type de consommation ?
- Comment satisfaire autrement les besoins que les fumeurs essaient de combler par la cigarette ?
- Comment éviter de passer d'une consommation occasionnelle à une consommation régulière ?
- Comment savoir que l'on devient accro ?
- Quelles peuvent être les motivations pour diminuer ou pour arrêter ?
- Quelles sont les aides possibles ?

DE LA QUESTION À LA DISCUSSION...

L'utilité de cette fiche n'est pas de faire un diagnostic (« tu vois, t'es accro »). Les informations fournies sont une occasion pour relancer le débat avec les jeunes et pour qu'ils identifient des repères et des ressources leur permettant d'augmenter leur motivation pour ne pas fumer, éviter de passer à la dépendance ou entamer un éventuel changement.

LES DIFFÉRENTS TYPES DE CONSOMMATION

Essai ou initiation : la plupart de ceux qui essaient ne deviennent pas des fumeurs réguliers ; il s'agit d'un phénomène qui dépend des facteurs personnels et du contexte socioculturel, ainsi que de la sensibilité à la nicotine.

Consommation occasionnelle : d'abord sporadique (moins d'une cigarette par jour), puis éventuellement (mais pas nécessairement) augmentation progressive du nombre de cigarettes et des situations où l'on fume.

Tabagisme régulier et dépendance : au moins une cigarette par jour. Le taux de dépendance chez les fumeurs occasionnels est très faible. Par contre, toute consommation régulière, même minimale, implique le début d'une dépendance, surtout si l'initiation à la consommation a été précoce. Il est important de signaler que la nicotine est une des substances psycho-actives qui provoque le plus de dépendance. Deux facteurs sont décisifs dans le passage à la dépendance : la consommation quotidienne et l'utilisation du tabac pour résoudre des problèmes tels que la gestion du stress ou la régulation des émotions.

DÉPENDANCE

TOLÉRANCE

Au fur et à mesure du temps, on fume plus pour obtenir le même effet.

RESSENTIR UN ÉTAT DE MANQUE

Lors d'un arrêt ou d'une diminution de la consommation, on peut être déprimé, avoir des insomnies, ressentir de l'irritabilité, des difficultés de concentration...

PERTE DE CONTRÔLE DE L'UTILISATION

On fume plus que ce qu'on avait prévu. Par exemple, on se dit : aujourd'hui je n'en que 2, mais à la fin de la journée, on en a fumé 5.

TENTATIVES D'ARRÊT OU DE DIMINUTION INFRUCTUEUSES

NÉGLIGER CERTAINES DE SES ACTIVITÉS HABITUELLES

Afin de consommer, on peut négliger ou renoncer à des activités importantes, telles que le sport...

CONTINUER À FUMER, MÊME SI L'ON A UN PROBLÈME DE SANTÉ QUI VA ÊTRE AGGRAVÉ PAR LA CONSOMMATION.

RESSOURCES D'AIDES ACCESSIBLES :

Ligne tabac-stop : 0800 111 00 Gratuite et anonyme. Chaque jour ouvrable de 15 h à 19 h

Centres d'aide aux fumeurs : Information sur les centres d'aide aux fumeurs sur le site <http://www.fares.be/images/stories/pdf/CAFjuillet2008.pdf>

PLUS D'INFORMATIONS :

INPES, Drogues et dépendance, le livre d'information.

<http://www.inpes.sante.fr/cfesbases/catalogue/pdf/921.pdf>

FICHE 5 DE L'INTERDICTION À LA PRÉVENTION

DÉCRET DU 5 MAI 2006

Décret relatif à la prévention du tabagisme et à l'interdiction de fumer à l'école
Extraits

« Art. 1^{er}. Les dispositions du présent décret s'appliquent à tous les établissements d'enseignement (...) organisés ou subventionnés par la Communauté française.

Art. 2. (...) il est interdit de fumer dans les locaux fréquentés par les élèves, que ceux-ci y soient présents ou non. Cette interdiction s'étend à tous les lieux ouverts situés dans l'enceinte de l'établissement ou en dehors de celle-ci et qui en dépendent. Elle pourrait encore s'étendre selon les modalités fixées par le règlement d'ordre intérieur.

Art. 4. (...) information sur les dangers de l'usage du tabac.

Cette information est laissée à l'initiative du personnel des centres PMS pour les établissements organisés par la Communauté française et du personnel des services PSE (...). Ils peuvent faire appel à des experts externes issus de toute association reconnue spécialisée (...).

Les conseils de participation seront associés à tout projet d'établissement s'inscrivant dans la politique d'information et de prévention (...).

Art. 5. (...) le type de support d'affichage contre le tabagisme à apposer dans les établissements scolaires.

Art. 6. (...) développer parmi les techniques de prévention la participation des jeunes eux-mêmes à l'information et à la sensibilisation de leurs pairs. »

<http://www.enseignement.be/index.php?page=24470&navi=1970>

COMMENT SORTIR DU CERCLE « INTERDICTION - TRANSGRESSION - PUNITION » ?

ALLER AU-DELÀ DE « LA CHASSE AUX FUMEURS »

En complément de la réglementation sur l'interdiction de fumer, le décret insiste également sur **le travail de prévention**, en proposant **quelques recommandations** : l'information, l'affichage, l'implication des différents acteurs et la participation des jeunes.

Ces pistes sont à nuancer et à enrichir. Par exemple, il est reconnu en prévention et en **promotion de la santé** que l'information est nécessaire, mais pas suffisante (voir fiche « *Comment fournir de l'information en assurant la participation des jeunes* » p. 19). Les affiches doivent être plus riches qu'un simple message contre le tabac. D'autres acteurs de l'école, tels que les éducateurs, ont également un rôle central en prévention.



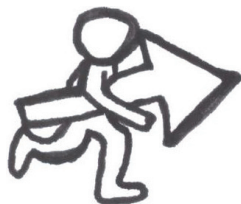
Accompagner l'interdiction par la mise en place de projets de prévention, en concertation avec les professionnels et avec la participation active des élèves.

TRAVAILLER SUR LE SENS DE LA LOI

- La loi n'est pas contre les personnes qui fument, ni pour les obliger à arrêter de fumer, mais en correspondance avec **la mission éducative de l'école**. Il est nécessaire de **se concerter avec tous les acteurs de l'école (équipe éducative et jeunes)**, pour qu'il y ait une **politique claire et cohérente** en matière de tabac.
- Prévoir des moyens pour que cette politique, reprise dans le règlement, soit **connue par toutes les personnes concernées** (élèves, parents, professionnels).
- Mettre en place des **temps de discussion** pour que les professionnels et les élèves puissent se l'approprier. Des affiches pourraient être créées à l'issue de ces espaces d'échanges.

ET PLUS PARTICULIÈREMENT... QUE FAIRE AVEC LES ÉLÈVES QUI TRANSGRESSENT ?

- Appliquer des **sanctions constructives**.
- Discuter avec les jeunes du **sens de la transgression**, de leurs intentions, de leurs motivations...
- **Une écoute et une aide** doivent être offertes aux élèves fumeurs dépendants, par exemple des groupes de réflexion ou une orientation éventuelle vers un tabacologue... Il est important d'**éviter toute stigmatisation** de ces élèves.



L'interdiction s'applique, donc, en cohérence avec le projet éducatif de l'école, plutôt que dans une logique répressive.

QU'EST-CE QU'UNE SANCTION CONSTRUCTIVE ?

Il s'agit d'une sanction à finalité pédagogique qui vise à la fois le rappel de la loi et l'apprentissage du savoir-faire ou du savoir-être. Son objectif n'est pas de mettre à mal l'élève, mais de susciter une prise de conscience concernant sa responsabilité de respecter les conditions d'un mieux vivre ensemble.

Elle doit :

- ✓ offrir une occasion de dialogue avec l'élève fumeur. Il n'est pas sanctionné parce qu'il est fumeur mais parce qu'il a enfreint une règle ;
- ✓ donner à l'élève l'opportunité de prendre du recul par rapport à son comportement, en lui permettant de réfléchir sur différents thèmes tels que les effets individuels et collectifs du tabagisme, l'influence sur les plus jeunes, l'image de l'école, la sécurité des personnes présentes dans le bâtiment ;
- ✓ être ajustée aux capacités cognitives de l'élève et ne pas être dégradante ;
- ✓ rester gérable par les adultes du point de vue du temps à y consacrer ;
- ✓ être établie dans le règlement, ne pas être improvisée dans l'instant.

PLUS D'INFORMATIONS :

Prévention tabac, sanction constructive

<http://www.enseignement.be/index.php?page=24466&navi=1983>

Charte « Ecole sans fumée » et « Colloque d'évaluation de l'interdiction du tabagisme du 26 février 2007 »

http://www.enseignement.be/index.php?page=24462&navi=2086&rank_navi=2086

MAHEU Elisabeth, Sanctionner sans punir. Lyon. Chronique sociale. 2012.

« La place de la sanction dans l'éducation non violente »

<http://deployezvosailles.free.fr/violence/La%20place%20de%20la%20sanction.pdf>

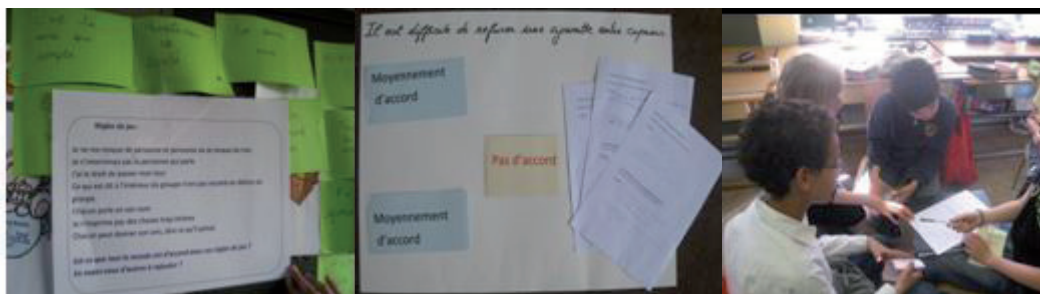
**COMMENT RÉALISER
CONCRÈTEMENT LES
ESPACES DE DIALOGUE ?**

3. COMMENT RÉALISER CONCRÈTEMENT LES ESPACES DE DIALOGUE?

3.1. CE QU'IL VAUT MIEUX ÉVITER

QUELQUES TENDANCES SPONTANÉES QUI PEUVENT BLOQUER LA COMMUNICATION
<p>Stigmatisation des fumeurs, étiquetage</p> <p>« Les jeunes qui commencent à fumer manquent de personnalité et de volonté. »</p> <p>Par exemple, commencer une animation en demandant qui fume peut impliquer une stigmatisation des fumeurs.</p>
<p>Utilisation de la peur</p> <p>Par exemple, faire un exposé centré sur la présentation de photos de cancers.</p> <p>La prévention par la peur est controversée du point de vue de son efficacité, surtout auprès de jeunes.*(voir articles). D'ailleurs, elle n'est pas cohérente avec une approche respectueuse de l'autonomie, qui essaie plutôt de renforcer la capacité des jeunes à faire des choix éclairés, basés sur la réflexion et l'information objective.</p>
<p>Essayer de convaincre</p> <p>Il est plus riche de envisager la discussion comme un partage de points de vue différents, que de la considérer comme une argumentation dans laquelle un des points de vue doit « gagner ».</p>
<p>Approche moralisatrice</p> <p>« Tu fumes, ce n'est pas bien. Tu gaspilles l'argent que tes parents te donnent ! »</p>
<p>Transmission d'informations, comme stratégie unique</p> <p>« Lors de notre animation, vous allez surtout écouter tous les risques associés au tabagisme que je vais vous décrire. »</p> <p>Rappel : l'information est nécessaire, mais pas suffisante !</p>
<p>Questions fermées, interrogatoire</p> <p>« Depuis combien de temps tu fumes ? Combien de cigarettes par jour ? Avec qui ?... »</p>

*Question santé, 2005, « Tabac : faut-il faire peur ? » <http://www.questionsante.be/outils/tabac.pdf>
Question santé, Bruxelles Santé. N° spécial 2003. Peur et prévention.
www.questionsante.org/03publications/charger/peuretprevention.pdf



3.2. CE QU'IL VAUT MIEUX RENFORCER

Construire un cadre avec les participants
Mise en place de règles pour l'écoute et l'expression, respect de la confidentialité...
Clarifier que la logique du débat n'est pas « gagnant-perdant »
Mais de partager une pluralité de points de vue, dans le respect des différences.
Proposer des activités pour susciter les échanges
Il existe une variété de supports différents pour animer des espaces de dialogue.
Faciliter l'expression et l'écoute des participants
Notamment par des questions ouvertes.
Alterner temps en sous-groupes et débat en cercle
Le travail en sous-groupes est précieux pour les jeunes ayant plus de difficultés pour s'exprimer en public. Sa petite taille facilite la prise de parole.
Offrir des repères d'information, par rapport aux thèmes qui émergent
Et explorer les réactions des participants aux informations fournies, ou bien identifier les points sur lesquels il est nécessaire d'approfondir l'information ultérieurement. (Voir ci-dessous la fiche « Comment fournir de l'information en assurant la participation des jeunes ? »).

On peut ne pas se sentir à l'aise pour animer un espace de dialogue. On peut avoir des craintes quant à ses compétences pour lancer le débat et gérer la prise de parole. Il faut savoir qu'il existe des formations en Fédération Wallonie-Bruxelles concernant le savoir-faire nécessaire pour réaliser des animations en prévention. Il est possible également de trouver de l'appui auprès des Centres Locaux de Promotion de la Santé, qui orientent vers les services locaux et communautaires les plus appropriés aux attentes de chacun (<http://www.sante.cfwb.be/index.php?id=centres>).

Outre les partenaires extérieurs, la collaboration avec d'autres professionnels au sein-même de l'institution (de l'école par exemple), va faciliter la mise en place du projet et l'animation de l'espace de dialogue.

Contrairement à une idée reçue, il ne faut pas être spécialisé en tabacologie pour aborder le thème du tabac avec les jeunes. En effet, grâce à la relation de proximité tissée au quotidien, les professionnels travaillant avec eux font partie des acteurs privilégiés pour susciter la réflexion. Dans la promotion de la santé, **ce processus de réflexion collective est plus important que la simple transmission d'informations.**

3.3. COMMENT FOURNIR DE L'INFORMATION EN ASSURANT LA PARTICIPATION DES JEUNES?

- I. Demander ce que l'adolescent connaît déjà sur le thème
- II. Demander son accord pour lui donner l'information et/ou des conseils
- III. Donner l'information
- IV. Inviter l'adolescent à réagir, en évitant d'essayer de le convaincre

Cette procédure, issue de l'entretien motivationnel, renverse les rôles habituels. En effet, traditionnellement une activité de prévention se réduit à un exposé sur le tabac, réalisé par un expert.

Dans une démarche plus participative, le jeune est vu davantage comme un partenaire dans la recherche de l'information et dans la réflexion sur celle-ci, et non comme le récepteur passif d'une information imposée.

EXEMPLE:



Adaptation lors des animations en groupe :

- **1^{er} moment:** proposer une activité en sous-groupes, au moyen d'un support adéquat (photo-langage, phrases de jeunes...) pour que les participants donnent leurs points de vue sur le sujet ;
- **2^{ème} moment:** mise en commun du travail en sous-groupes et débat en grand groupe. L'animateur pose des questions ouvertes pour relancer la discussion ;
- **3^{ème} et 4^{ème} moment:** Pour clôturer chaque sous-thème, l'animateur résume et, si nécessaire, complète l'information. Ensuite, il demande ce que les jeunes en pensent.

Un avantage de cette procédure est qu'elle permet de partir des **REPRESENTATIONS** des jeunes, afin qu'ils puissent les relativiser au moyen de la discussion avec les adultes et surtout avec leurs pairs.

Il n'est pas nécessaire que l'animateur dispose de toutes les informations scientifiques sur le thème. L'information basique nécessaire concernant le tabac se trouve dans ce cahier et dans la bibliographie fournie (la plupart téléchargeable). L'étape de « compléter l'information » peut également se réaliser de façon participative, au moment même du débat ou ultérieurement (suite possible dans certains cours à l'école, par exemple).

3.4. ASPECTS PRATIQUES

La co-animation : il est très important que tous les co-animateurs participent à la préparation. En plus de la concertation nécessaire à l'organisation pratique de l'activité, le temps de préparation permet de s'approprier davantage les repères théoriques et méthodologiques présentés dans les fiches.

La taille du groupe : idéalement, entre 6 et 15 participants, si on veut garantir une bonne circulation de la parole.

La structuration de l'espace : privilégier une disposition en cercle, sans les tables, en vue de favoriser le dialogue et de s'éloigner de la disposition habituelle d'une classe. Le cercle favorise les échanges entre les participants, dans un rapport d'égalité.

Le temps d'animation : maximum 1h30. Chaque activité présentée ici peut se faire dans un temps compris entre 50 et 90 minutes, suivant le niveau d'approfondissement que l'on souhaite. Au-delà d'1h30, la concentration s'essouffle.

La fréquence : l'idéal serait de réaliser au cours de l'année plusieurs séances sur différents thèmes en lien avec le bien-être. 1x/mois, par exemple. Il est très important que l'activité ne se réduise pas à des occasions isolées (« one-shot »).

L'âge des participants : les activités sont destinées aux adolescents entre 12 à 18 ans. Le choix de l'activité va moins dépendre de l'âge des participants que de ce qu'ils ont déjà appris précédemment. Le fait qu'ils ont ou non l'habitude de débattre et leurs centres d'intérêts sont aussi à prendre en compte. La sélection est laissée à l'animateur, suivant sa propre sensibilité et la connaissance qu'il a des jeunes avec qui il travaille.



4. L'ANIMATION D'ESPACES DE DIALOGUE : QUELS THÈMES, QUELS SUPPORTS ?



On trouve ci-après une sélection d'activités possibles lors des espaces de dialogue. Elles ont toutes été préparées et co-animées avec des agents PMS ou PSE, des éducateurs et des enseignants.

Les consignes proposées sont relativement simples. L'objectif du cahier est de donner des idées, le goût de se lancer... Par ailleurs, le FARES asbl peut aider à la préparation et à la mise en place, fournir des supports nécessaires et participer au suivi des projets.

4.1. INTRODUCTION POUR SENSIBILISER A L'ECOUTE ET A L'EXPRESSION

Résumé : Présentation de chacun des participants. C'est une occasion pour créer un climat accueillant. Cela fédère le groupe et permet de mieux se connaître.

Exemples des questions à poser pour que les participants se présentent :

- votre prénom accompagné d'une anecdote que vous souhaitez partager (ex. D'où vient votre prénom ? Vous correspond-il ?)
- une activité qui vous plaît (sport, musique ...)
- un projet que vous envisagez de réaliser dans les cinq années à venir et éventuellement les étapes pour y arriver. Cela ne doit pas se limiter à un projet professionnel ou scolaire. Il peut s'agir d'un voyage, d'une rencontre, de passer son permis de conduire...
- des informations plus ludiques : votre couleur, pays, plat, fruit préféré.

Exemples de façons de se présenter :

- En binôme avec présentation croisée. Chacun présente son voisin. Il convient de laisser au préalable cinq minutes à chaque duo pour récolter les informations.
- Avec un ballon. Debout en cercle, les participants et animateurs se lancent le ballon et chacun se présente. Ensuite, on le relance et cette fois-ci, c'est au groupe de se souvenir de ce que chaque participant a dit lors du premier tour.



4.2. JEU DES PHRASES

Résumé : Réflexion collective à partir de phrases de jeunes sur le tabac et d'autres consommations à risque. Celles-ci ont été récoltées lors d'espaces de dialogue déjà réalisés. Cette activité permet de partir de ce que le groupe pense ou ressent, de ce qui l'intéresse, tout en apportant un support avec le panel de phrases proposées.¹

Etape 1. Chaque élève prend, au hasard, une carte de couleur dans le paquet qui lui est présenté. Ensuite autour de chaque couleur, s'organise un sous-groupe. Il y a 5 couleurs différentes, correspondant à 5 thèmes.

Etape 2. Les animateurs distribuent des feuilles reprenant quelques questions (voir page 27). Chaque sous-groupe sélectionne la phrase qui l'interpelle le plus et donne son avis sur celle-ci. Les animateurs circulent entre les sous-groupes pour relancer le débat et inviter chacun à s'exprimer.

Etape 3. Le groupe complet se remet en cercle et chaque sous-groupe est invité à lire la phrase qu'il a choisie et à développer ses idées. Les animateurs relancent le débat (plusieurs questions sont proposées ci-dessous, classées par thème) et complètent l'information, si nécessaire.

Les 5 thèmes sont :

THÈME 1. MOTIVATIONS À FUMER OU À NE PAS FUMER

THÈME 2. INFLUENCES DIVERSES

THÈME 3. INTERDICTIONS DE FUMER

THÈME 4. EFFETS DU TABAC ET DÉPENDANCE

THÈME 5. ARRÊTER DE FUMER ET AIDES

¹ Un outil qui systématise davantage ce type d'activité a été créé par le FARES. Il vise différents publics, pas seulement les jeunes. Il s'agit de l'outil « Parcours-sans-T » - <http://www.pipsa.be/outils/detail-2139613913/parcours-sans-t.html>

Thème 1. Motivations à fumer ou à ne pas fumer

« Je ne fume pas parce que ça provoque des problèmes. »
« Mes parents trouvent que je fume trop, mais moi je me sens très bien comme ça. »
« Je fume de plus en plus et ça m'inquiète ; je ne voudrais pas devenir dépendant ; j'aimerais ne plus fumer que le week-end. »
« Moi, je fume pour me détendre car je suis plutôt quelqu'un de nerveux. »
« Je ne fume pas même si j'ai déjà essayé après l'école avec des copains. »
« Il faut avoir de la volonté pour ne pas commencer à fumer. »
« C'est chouette de se cacher. Si les parents le savaient, cela ne nous feraient pas arrêter, mais cela ne serait pas la même chose non plus. »
« Si je fume, c'est parce que je m'ennuie. »
« Moi, je fais du foot dans un club alors je me dis que c'est mieux de ne pas commencer. »
« C'est bon, la cigarette, ça nous calme. »
« Il envie les autres qui ne fument pas. »

Des questions pour enrichir le débat :

- Si des effets « positifs » sont mentionnés, par exemple, « se calmer », valoriser l'intention positive et demander comment on pourrait obtenir ce même résultat autrement. Par exemple : Comment font les non-fumeurs ?
- Pourquoi la plupart des jeunes décident-ils de ne pas fumer ?

On a pu constater que le débat entre fumeurs et non-fumeurs est très riche, particulièrement sur ce thème des motivations, si on assure un cadre de non-jugement.

Thème 2. Influences diverses

« En groupe, aux soirées, tout le monde fume, alors pourquoi pas moi ? »
« Il a le sentiment d'être exclu du groupe parce qu'il ne fume pas. »
« Tous les adultes ont le même discours : faut pas fumer. Même quand ils ont une cigarette en bouche. »
« Sa copine est dégoûtée quand il fume. »
« Les professeurs ont dit de ne pas donner de cigarettes aux petits. Ils ont raison, c'est un mauvais exemple. »
« On ne fume pas devant les parents, par respect. Ça ne se fait pas. »
« Il faudrait plus de communication à ce sujet entre les parents et les enfants. Et aussi entre les profs et les élèves. »
« Quand j'étais petit, je regardais mon père qui fumait, je croyais que c'était bien ! »
« Dans les films, ils fument tous. »
« Juste envie de faire comme les autres, envie de tester en voyant les autres. »

Des questions pour enrichir le débat :

- Quelles sont les autres influences ?
- Tous ceux qui essaient ne deviennent pas des fumeurs ? Pourquoi ?
- Quel est le pourcentage de jeunes qui fument en Belgique ?
- Quelles sont les différents moyens pour s'intégrer dans un groupe ?
- Est-ce que fumer dans les films est une forme de publicité ? Qui la paie ?²
- Est-ce que, selon vous, les parents ont une influence sur la consommation de leurs enfants ?

² Voir l'activité « Manipulations de l'industrie du tabac ». p. 27

Thème 3. Interdictions de fumer

« Je ne supporte pas qu'on me donne des ordres. Et puis interdire, ça donne envie d'essayer. »

« Mon grand frère, il m'interdit de fumer. Pourtant, il fume, lui. Mais bon, c'est mon frère, alors je ne fume par, par respect. »

« Avant d'interdire, on voudrait qu'ils comprennent pourquoi on fume, si on est accros ou pas. Il y a toujours une raison pour laquelle on fume. »

« Les parents, c'est normal qu'ils t'interdisent de fumer. »

« A l'école, la cigarette et le joint sont interdits. C'est normal. »

Des questions pour enrichir le débat³ :

- Quelles sont les interdictions pour les mineurs ? Pour les adultes ?
- Avec lesquelles de ces interdictions êtes-vous d'accord ? Pourquoi ?
- Pourquoi est-il interdit de fumer à l'école ?
- Que devraient faire les parents, selon vous ?
- Est-ce que vous vous l'interdiriez à vos enfants ?

Thème 4. Effets du tabac et dépendance

« Je regrette de fumer, je suis vite essoufflé. »

« L'odeur dans la bouche est dégoûtante quand on fume. »

« Avant, je faisais du sport, maintenant plus rien. Je n'ai plus le souffle. »

« L'argent part vite. »

« C'est bien pour les enfants qu'on fume dehors. »

« C'est mauvais pour les poumons. »

« Il a commencé à fumer avec ses copains, maintenant il ne peut plus s'en passer. »

« Je fume tous les matins, sinon je vais être de mauvais poil, et tous les soirs, je ne vais pas dormir. »

« Quand on est accro on ne peut pas s'empêcher. »

« Le tabac est une drogue. »

« Au départ, on fume pour s'amuser, puis c'est l'habitude. »

« Tu te rends compte après 2 ans que t'es fritté. »

« C'est un problème alors que je croyais que c'était une solution. »

« Je me dis, je vais arrêter. Mais s'il y a quelqu'un qui fume, je fume. »

Des questions pour enrichir le débat sur les effets du tabac⁴ :

- Quels sont les effets sur les autres ? (question pour proposer le thème du tabagisme passif)
- Quels sont les effets à court terme ?
- Quels sont les effets à plus long terme ?
- À part les méfaits sur la santé, quels autres problèmes le tabac peut-il provoquer ?

³ Voir l'activité « Sens de l'interdiction de fumer à l'école », p.35 et la fiche « De l'interdiction à la prévention » p.15.

⁴ Plus d'informations sur les méfaits du tabac sur la santé :

Sur le site de Fares (publications) <http://www.fares.be/content/view/58/65/>

Et sur le site de la Ligne tabac-stop <http://www.tabacstop.be/fumeurs/pourquoi-arr-ter-de-fumer/effets>

Des questions pour enrichir le débat sur la dépendance⁵ :

- Comment peut-on reconnaître qu'on devient dépendant ?
- Quelle est la différence entre le tabac et les autres drogues ?
- Comment un fumeur occasionnel pourrait-il éviter de devenir dépendant ?
- De quels autres produits ou activités peut-on devenir dépendant ?

Thème 5. Arrêter de fumer et aides

« Avec certains adultes, c'est possible d'en parler mais pas avec tous. »

« C'est pas la peine de nous dire que c'est pas bon, par contre nous dire : on va t'aider, c'est mieux. »

« Tous ses amis fument. Faudrait qu'il ne les voit plus pour arrêter de fumer, sinon il y a toujours la tentation. »

« C'est de ta faute si tu as commencé à fumer. Personne ne peut t'aider à arrêter. »

« C'est moi qui dois arrêter, pas quelqu'un d'autre. »

« Pas moyen d'arrêter, sauf dans la tombe. »

« Pas besoin d'aide, c'est question de volonté personnelle. »

« Un arrêt est pour toujours. »

Des questions pour enrichir le débat⁶ :

- Comment aider une personne proche à arrêter de fumer, par exemple, un parent ?
- À qui peut-on s'adresser si on est préoccupé par sa consommation mais que l'on n'a pas décidé d'arrêter ?
- Quel type d'aide professionnelle serait souhaitable ?

⁵ Voir la fiche « Le passage d'une consommation occasionnelle à la dépendance : parlons-en ! » » p. 14

⁶ Information sur les centres d'aide aux fumeurs sur les sites www.centresdaideauxfumeurs.be ou www.tabacologue.be ou <http://www.fares.be/content/view/46/586/> ou Ligne Tabacstop, tél. 080011100, www.tabacstop.be



PROMOTION DE LA SANTE

ACTIVITÉ : JEU DES PHRASES (SUPPORT POUR LES SOUS-GROUPES)

Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses aux questions. Il s'agit d'un partage de points de vue !
Le plus important est la discussion entre vous. N'écrivez que des phrases courtes ou des mots clés.

Que pensez-vous de la phrase que vous avez choisie?

Je suis d'accord parce que :

Je ne suis pas d'accord parce que :

A votre tour...

Dans le même style que celle que vous avez sélectionnée, écrivez une phrase que vous trouvez intéressante à partager par rapport au tabac.

4.3. DOCU-DEBAT SUR LES MANIPULATIONS DE L'INDUSTRIE DU TABAC

Résumé : Débat autour des manipulations de l'industrie du tabac telles que la publicité cachée adressée aux jeunes, le placement de produits du tabac dans les films,... Cette activité vise principalement le développement de l'esprit critique concernant les aspects socio-économiques associés au tabagisme et les diverses manipulations des médias. La réflexion porte sur des notions de citoyenneté.

Etape 1. Pour introduire, les animateurs recueillent les connaissances du groupe sur le sujet. « Qu'est-ce que l'industrie du tabac ? », « De quelles manipulations avez-vous déjà entendu parler ? »

Etape 2. Projection de deux extraits vidéo du DVD « Résister à l'industrie du tabac ». Module « Marketing » et module « Cinéma ». Il existe d'autres modules sur le DVD. Le choix des modules peut se faire avec les jeunes. « Marketing » et « Cinéma » sont ceux qui ont été les plus appréciés par les élèves rencontrés jusqu'à présent.

Etape 3. Après la projection, le groupe est directement divisé en sous-groupes de trois élèves. Ils reçoivent une feuille avec 3 questions de débat (voir page 29). Il ne s'agit pas de questions de connaissance mais de questions de réflexion.

Etape 4. Réflexion collective en cercle autour des 3 questions.

Support : DVD



« Résister à l'industrie du tabac », DVD réalisé par Nadia Collot, Caméra Santé, 2007.

Ce DVD pédagogique contient dix modules courts qui dénoncent les manipulations de l'industrie du tabac et stimulent l'esprit critique contre la désinformation entretenue par celle-ci. Ce DVD fait découvrir les stratégies mises en place pour renforcer le pouvoir addictif de la cigarette, attirer encore plus de jeunes, subvertir la science ou encore pour conquérir les populations des pays les plus pauvres.

Le DVD peut être obtenu au centre de documentation des CLPS et du FARES.

<http://www.pipsa.be/outils/detail-766772880/resister-a-l-industrie-du-tabac.html>



ACTIVITÉ SUR LES MANIPULATIONS DE L'INDUSTRIE DU TABAC. SUPPORT POUR LES SOUS-GROUPES

Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses aux questions. Il s'agit d'un partage de points de vue... différents !

1. Quelle est, selon vous, la part de responsabilité de chacun de ces trois « acteurs » concernant les dégâts occasionnés par le tabagisme sur la santé?

Illustration : Une personne de 60 ans développe un cancer du poumon. Elle a commencé à fumer à 13 ans (cf. l'expérience de la jeune fille aux cheveux rouges, dans le module « marketing »). Qui a une responsabilité dans le développement de cette maladie ?

Les cigarettiers:% parce que

Le fumeur:% parce que

Le gouvernement:% parce que

Autres :% parce que

2. Quels sont les autres types d'influence qui, selon vous, peuvent pousser les jeunes à fumer ?

3. Citer un film où vous avez remarqué que des acteurs fumaient. Quel aspect la cigarette a-t-elle renforcé, selon vous (le côté glamour, sexy, rebel, ...) ?

D'autres types de questions possibles :

- Quels sont les aspects du film qui vous ont frappé le plus ? Pourquoi ?
- Qu'est-ce que vous raconteriez de ce film à une personne de votre âge qui fume ?
- A part le tabac, quelles autres manipulations avez-vous remarquées à la télévision et dans les films ?
- Comment peut-on résister à ce genre de manipulation ?
- Est-ce qu'il y a des placements des produits du tabac dans les jeux vidéo ?

4.4. ANALYSE D’AFFICHES DE PRÉVENTION DU TABAGISME

Résumé : Analyser une variété d’affiches de prévention du tabagisme et réfléchir à l’impact des messages véhiculés par celles-ci.

On trouve ci-dessous 2 séries d’affiches : la première concerne la prévention du tabagisme au sens large, la deuxième est davantage axée sur le respect de l’interdiction de fumer. Le choix de la série va dépendre de la thématique souhaitée. La deuxième convient plus particulièrement pour les écoles qui rencontrent des difficultés avec l’application de l’interdiction de fumer.

Etape 1. Les animateurs distribuent aux jeunes une fiche reprenant les pièges à éviter en prévention * (voir p. 18) et les questionnent sur l’impact qu’ils pourraient avoir sur eux-mêmes et sur les « jeunes » de manière générale.

Etape 2. On dispose toutes les affiches sur une table. Par sous-groupe de trois, les participants viennent sélectionner une ou deux affiches qui les interpellent le plus.

Etape 3. Chaque sous-groupe reçoit une feuille de questions de débat.

Etape 4. Tout le groupe se remet en cercle. Chaque sous-groupe présente l’affiche qu’il a sélectionnée et rapporte des éléments du débat qu’ils ont eu à trois. Les animateurs font le lien entre leurs réponses et la première partie du débat sur les pièges. Ils relèvent également les stratégies de prévention qui seraient efficaces selon eux.

*CE QU’IL VAUT MIEUX ÉVITER

QUELQUES TENDANCES SPONTANÉES QUI PEUVENT BLOQUER LA COMMUNICATION

- Stigmatisation des fumeurs, étiquetage
- Utilisation de la peur
- Essayer de convaincre
- Approche moralisatrice
- Transmission d’informations, comme stratégie unique
- Questions fermées, interrogatoire



1



2



3



4



5

Ces affiches font parties du fonds documentaire du FARES asbl. Elles sont utilisées uniquement à des fins d'illustration et marquent l'évolution des campagnes au fil du temps.



6



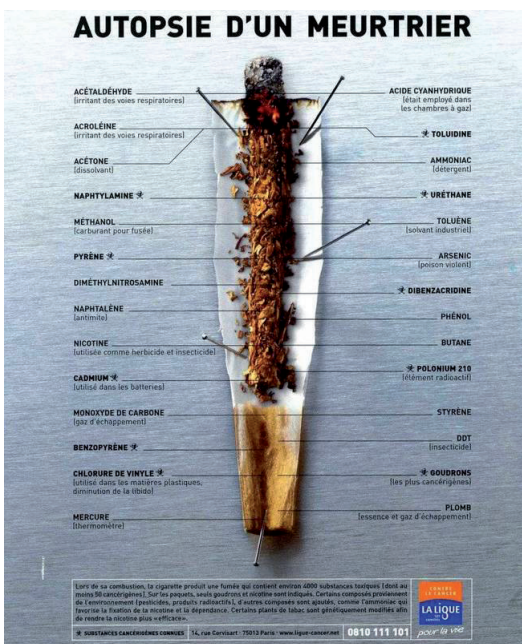
7



8



9



10

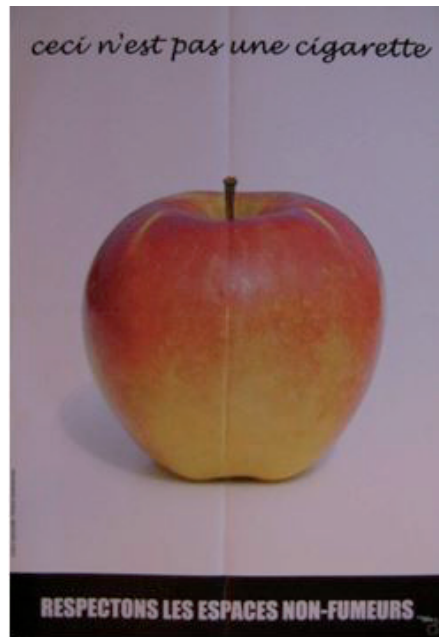


11

Affiches plus spécifiques pour discuter du respect de l'interdiction de fumer :



12



13



14



15



16



17



ACTIVITÉ ANALYSE D’AFFICHES : SUPPORT POUR LES SOUS-GROUPES

Il n’y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses aux questions. Il s’agit d’un partage de points de vue... différents !

AFFICHE No. _____

1. Quelle est votre impression sur cette affiche ?

⇒ Sur le slogan

⇒ Sur l’image

2. Est-ce qu’elle évite les pièges mentionnés, selon vous ? Lesquels ?

3. Est-ce qu’elle pourrait aider un jeune à adhérer à l’interdiction de fumer à l’école ?

- Oui
- Non
- Peut-être

Pourquoi ?

4. Est-ce qu’elle pourrait aider un jeune à résister à l’influence des pairs et à ne pas commencer ?

- Oui
- Non
- Peut-être

Pourquoi ?

5. Est-ce qu’elle pourrait aider un fumeur à réfléchir à sa consommation ?

- Oui
- Non
- Peut-être

Pourquoi ?

6. Est-ce qu’elle pourrait motiver un fumeur à arrêter de fumer ?

- Oui
- Non
- Peut-être

Pourquoi ?

4.5. CRÉATION D'AFFICHES DE PREVENTION

Résumé : Cette activité invite les jeunes à créer leur propre affiche de prévention du tabagisme. Elle leur offre l'occasion de développer leur créativité. Elle convient particulièrement à ceux qui sont plus à l'aise avec d'autres types d'expression que le langage oral.

Etape 1. Réaliser l'activité sur l'analyse d'affiches. Ou si on l'organise indépendamment de celle-ci, il convient de présenter et de discuter les pièges à éviter en prévention (« ce qu'il vaut mieux éviter », p.18). En effet, sans cette première étape, on constate une tendance fréquente chez les jeunes à axer le message de leur affiche uniquement sur la dangerosité du produit ou sur la stigmatisation des fumeurs.

Etape 2. Demander à chaque élève d'apporter des journaux et des magazines, de la colle, des ciseaux et des feutres, pour le jour de l'activité.

Etape 3. Par sous-groupe de trois, les participants réalisent une affiche. Le support (feuille A3) peut être fourni.

Etape 4. A la fin de la réalisation, chaque sous-groupe **présente son affiche au reste du groupe**. Un concours d'affiches ou une exposition au sein de l'école peut être une prolongation de cette activité.



Affiches réalisées par des élèves de deuxième année dans le cadre d'un projet de prévention dans une école secondaire.

4.6. REFLEXION SUR LE SENS DE L'INTERDICTION DE FUMER A L'ÉCOLE *

Résumé : Envisager l'interdiction de fumer à l'école sous différents angles de vue. Cette activité convient quand il y a des problèmes avec l'application du décret. Elle peut également être réalisée auprès d'éducateurs et d'enseignants, dans le but d'arriver à une plus grande cohérence dans la gestion de l'interdiction.

Etape 1. Chaque sous-groupe complète la feuille de questions (voir p.35) et en discute.

Etape 2. En cercle, les animateurs invitent chacun à présenter ses réponses et suscitent la discussion en grand groupe sur les différents thèmes : objectifs de l'interdiction, avantages et inconvénients pour les fumeurs et les non-fumeurs, le type de sanctions. Ils apportent également de l'information sur l'historique du décret : qui l'a écrit, avec quelle intention, à quelle époque...

Etape 3. Le débat peut être élargi à l'ensemble des règles de la classe, de l'école mais aussi de la société: comment sont-elles construites, quelle est leur utilité, comment fait-on pour qu'elles soient respectées, comment pourrait-on les améliorer et comment sanctionner, selon eux ?

Extrait de « Sanctionner sans punir, dire les règles pour vivre ensemble », Elisabeth Maheu, Chronique Sociale, Lyon, 2012, p.36 :

« Pour qu'une règle reste vivante, il est nécessaire qu'elle ait du sens aux yeux de tous les membres de la communauté. Il est utile de se souvenir des circonstances de sa conception. Dans quel contexte, au nom de quelles valeurs, avec quel objectif, pour préciser quelle loi, cette règle a-t-elle été conçue ou adoptée ? A qui s'adresse-t-elle ? De quelle négociation a-t-elle été l'aboutissement ? Une règle bien décidée a plus de chances d'être bien respectée. »

- Voir Fiche « De l'interdiction à la prévention », p. 15



PROMOTION DE LA SANTÉ

ACTIVITÉ SUR L'INTERDICTION DE FUMER À L'ÉCOLE : SUPPORT POUR LES SOUS-GROUPES

Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses aux questions. Il s'agit d'un partage de points de vue... différents !

Pourquoi, selon toi, est-il interdit de fumer à l'école ?

Quels sont, selon toi, les avantages et/ou les inconvénients de l'interdiction pour les **nons-fumeurs** ?

⇒ Avantages :

⇒ Inconvénients :

Et quels sont, selon toi, les avantages et/ou les inconvénients de l'interdiction pour les **fumeurs** ?

⇒ Avantages :

⇒ Inconvénients :

Quelles seraient les sanctions pertinentes pour ceux qui transgressent ?

Quel est ton avis sur le fait que certains élèves fument dans les toilettes ? (plusieurs choix possibles)

- Cela n'est pas un souci pour moi
- C'est dérangeant
- C'est un manque de respect pour les non-fumeurs
- C'est un moment agréable
- C'est nécessaire parce qu'ils en ont besoin
- Cela provoque un problème de tabagisme passif
- Autres

Selon toi, quel est l'impact du fait de fumer à l'entrée de l'école ? (plusieurs choix possibles)

- Aucun impact
- Cela peut influencer les élèves plus jeunes à commencer à fumer
- Cela donne une mauvaise image de l'école
- Cela crée des liens entre les élèves
- Autres



4.7. DÉBAT FILMÉ

Résumé : Réflexion collective autour des questions que se posent les participants sur le thème du tabac et des consommations à risque, en utilisant un support dynamique et visuel.

Étape 1. En groupe complet, chaque participant écrit sur un bout de papier, une question qu'il se pose sur le sujet. Ensuite, chacun lit sa question au groupe.

Étape 2. Chaque sous-groupe de 5 élèves utilise un ordinateur portable avec une webcam. Ensemble, ils essaient de répondre à leurs questions et se filment eux-mêmes. Dans la consigne, les animateurs insistent pour que chaque membre du groupe ait un temps de parole équivalent et les invitent à confronter leurs points de vue. Les animateurs n'interviennent pas dans la discussion des sous-groupes.

Étape 3. Les mini-films sont ensuite présentés à tous les participants regroupés en cercle. Chaque présentation doit durer entre 5 et 10 minutes – pas trop long pour garder l'attention du groupe.

Étape 4. Lors du débat qui suit la projection, les animateurs stimulent la discussion, corrigent les fausses croyances et apportent de l'information.

4.8. IMPROVISATION DE SCENETTES

Résumé : Jouer des situations de vie où intervient le thème du tabagisme et des consommations associées (alcool, cannabis).

Étape 1. On dépose sur une table les 4 situations différentes reprises ci-dessous. Les participants, divisés par groupe de quatre, choisissent l'une d'elles. Ils peuvent en inventer une.

Étape 2. Chaque sous-groupe prend un temps pour préparer la scénette. Les animateurs les invitent à préciser les personnages qui interviennent dans l'histoire (âge, fille ou garçon, lieu...) ; les actions qu'ils réalisent ; ce qu'ils ressentent et ce qu'ils se disent.

Étape 3. Les jeunes peuvent soit jouer la scénette, soit en faire le récit. Le choix est laissé à chaque sous-groupe.

Étape 4. Après chaque présentation, les animateurs posent des questions sur le ressenti des participants et sur d'autres réactions possibles qu'auraient pu avoir les personnages des scénettes. Ils résument également les thèmes qui ont émergé (par exemple, l'influence des pairs, les motivations pour arrêter...) et fournissent de l'information si nécessaire.

Étape 5. Les récits peuvent être rédigés par écrit et faire l'objet d'un travail au cours d'expression écrite. Une publication peut être le résultat de l'activité.

- Un éducateur surprend deux jeunes en train de fumer et convoque une réunion avec les parents. Imaginez le dialogue qui peut avoir lieu...
- Quelques jeunes fument un joint à la sortie de l'école. D'autres jeunes (dont certains ont déjà essayé, mais pas tous) arrivent et les premiers leur proposent de venir fumer. Que font-ils ? ...
- Dans un groupe de copains, certains fumeurs disent qu'ils veulent arrêter. Quelle est la réaction des autres ? ...
- Une discussion commence entre les parents et leurs enfants sur le thème du tabac (alcool/cannabis) Qu'est-ce qui se dit ?

4.9. GESTION DU STRESS

Résumé : Analyser des **situations de stress vécues par les participants**. Cette activité permet de repérer les émotions, les pensées et les réactions associées au stress et d'explorer d'autres réactions possibles.

Étape 1. Brainstorming sur ce qu'est le stress pour chacun.

Étape 2. Chaque sous-groupe de deux réfléchit à une situation de la vie courante qui les stresse. Ils sont invités à compléter le document (voir p. 39) :

Décrire :

- la situation
- les sensations corporelles associées
- les émotions associées
- les pensées
- les réactions

Pour aider les jeunes à identifier des émotions et des pensées, les animateurs peuvent leur fournir les tableaux (p. 41).

Étape 3. Mise en commun. Chaque sous-groupe décrit la situation et le vécu associé.

- Les animateurs posent des questions pour approfondir la description des différentes composantes du stress.
- Ils aident les participants à **identifier les types des pensées négatives** associées normalement aux situations du stress (voir tableau p. 41)
- **Ils demandent également ce qui marche bien et ce qui ne marche pas bien dans les réactions habituelles et quelles sont les autres réactions possibles qui ont été proposées.**
- Ils abordent également **la place du tabac dans la gestion du stress** : est-ce que c'est une réaction efficace ou pas ? Pourquoi ? Dans quels contextes ?

Étape 4. Les différentes manières de prévenir le stress. Une feuille, reprenant différentes manières de prévenir le stress, est distribuée à tous les participants (p. 40). Chacun doit en choisir une qu'il utilise déjà et une qu'il aimerait bien utiliser. Ceux qui le souhaitent partagent leurs choix.

NOTE : L'élaboration de cette activité a fait suite à une demande d'une école inquiète par rapport à la prévalence de la consommation de tabac chez les élèves. Une enquête a été réalisée auprès des classes avant la réalisation des espaces de dialogue. L'objectif était de mieux percevoir les difficultés que les élèves rencontraient au quotidien. La majorité a exprimé avoir des difficultés liées au stress, ce qui a été constaté également dans d'autres groupes de jeunes ayant participé à d'autres ateliers.



PROMOTION DE LA SANTE

ACTIVITÉ : GESTION DU STRESS. SUPPORT 1. POUR LES SOUS-GROUPES

Décrivez une situation stressante que vous vivez actuellement ou que vous avez vécue

Vous pouvez décrire le lieu, l'action, la réaction des autres, etc.

Vous pouvez aussi la dessiner, si vous le souhaitez!

Décrivez les sensations corporelles et les émotions que vous avez ressenties

Par exemple : j'avais mal au ventre ; j'avais peur...

-
-
-

Décrivez ce que vous avez pensé pendant ou après la situation stressante

Par exemple : je me trouvais nulle

-
-
-

Quelles étaient vos réactions face à cette situation ?

Par exemple : j'ai fumé

-
-
-

Proposez d'autres façons possibles de gérer les situations stressantes.

-
-



PROMOTION DE LA SANTÉ

DIFFÉRENTES MANIÈRES DE PRÉVENIR LE STRESS*

MANIÈRE DE PRÉVENIR LE STRESS	Je l'utilise déjà	J'aimerais l'utiliser
Je fais du sport, des exercices de respiration ou de la relaxation.		
Je me détends, je cherche une activité (me promener, ne rien faire, écouter de la musique, prendre un bain...)		
Je prends du temps pour faire ce que j'aime, rien que pour moi.		
Je m'organise le mieux possible afin de diminuer les imprévus de dernière minute.		
J'ose dire non car plaire à tout le monde est impossible.		
J'anticipe et je prévois les changements qui vont m'arriver.		
Je trouve des solutions alternatives lorsque celles que j'ai tentées s'avèrent inefficaces ou insuffisantes.		
Je cherche de l'aide.		
J'évalue mes points forts et mes points faibles.		
Je parle à quelqu'un de mes tensions, de mes inquiétudes.		
Autres :		

* Adapté du dépliant « Stress...utile ? Oui, mais pas trop ! » Observatoire de la Santé de Hainaut. http://www.hainaut.be/sante/osh/template/template.asp?page=brochures_osh&navcont=27,0,0



Ces 2 tableaux viennent en complément des supports précédents pour aider à identifier les émotions et les types de pensées ressenties dans les situations décrites:

Quel genre d'émotion ? Positionnez-vous sur l'échelle ...

	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	
Colère, Irritabilité											Détente, Cool
Tristesse											Joie
Anxiété											Confiance en soi
Honte, Culpabilité											Juste, dans mon droit
Dégoût											Attirance, Curiosité
Ennui											Intérêt
Autre :											

Quel genre de pensée avez-vous dans cette situation ?

Prédire toujours le pire	<i>« Ils me prennent tous pour une idiote » « ça ne peut pas marcher. »</i>
Tirer toujours des conclusions négatives	<i>« Tout le monde me félicite sauf le patron, c'est donc que mon travail ne vaut rien. »</i>
Sur-généraliser	<i>« J'ai raté cet examen, je vais tous les rater. »</i>
Minimiser la réussite et maximiser l'échec	<i>Ex. ne penser qu'à l'examen raté et pas à ceux réussis.</i>
Personnaliser	<i>« Il tire la gueule, qu'est-ce que j'ai fait ? »</i>
Pensée dichotomique	<i>« Ce n'est pas parfait, alors c'est nul. »</i>
Autres ?	

Adapté de
 Philippe Corten, Clinique du Stress, CHU-Brugmann, Bruxelles
http://homepages.ulb.ac.be/~phcorten/CliniqueStress/DocumentsStress/GestionStress/0_Introduction.htm

QUELQUES INFORMATIONS SUR LE STRESS:

Quelques informations issues de l'outil « Parcours D-stress » - Service Promotion de la Santé - UNMS et Question santé asbl, 2002.

Le stress en soi n'est pas une maladie.

Il s'agit d'une réaction naturelle de l'organisme à une stimulation. Cette réaction est programmée pour ne pas durer. C'est lorsqu'elle s'installe que le stress menace la santé ; dans ces moments (plus ou moins longs) la personne se sent continuellement sous tension et sous pression. Dès lors, le stress devient source d'ennuis et peut entraîner des maladies.

La perception du stress est subjective.

Il existe autant de formes de stress que de personnes stressées. Chacun réagit différemment au stress. On peut parler de stress utile lorsque la stimulation perçue par l'organisme fait plaisir (joie, réussite, amour, ...). Par contre, un stress est perturbant quand il provoque un déséquilibre trop important et que nous n'arrivons pas à nous y adapter.

Les réactions au stress varient d'une personne à l'autre.

Chaque individu a un réservoir d'énergie dans lequel il puise afin de lutter contre le stress. Ce réservoir ne se vide pas de la même manière pour tout le monde. De même la capacité à récupérer diffère selon la personne. La réaction dépend :

- de l'état physique,
- de l'état mental,
- de la possibilité d'agir ou non sur les causes du stress,
- de les contrôler,
- de les accepter, etc.

Plus d'information :

Alliance nationale des Mutualités chrétiennes. Infor-Santé. Balancez votre stress. Bruxelles. 2012.
https://www.mc.be/binaries/Balancez_votre_stress_2012_tcm377-109340.pdf

CORTEN Philippe, Clinique du Stress, CHU-Brugmann, Bruxelles
http://homepages.ulb.ac.be/~phcorten/CliniqueStress/DocumentsStress/GestionStress/0_Introduction.htm

Observatoire de la Santé du Hainaut. Stress ...utile ? Oui mais, pas trop ! 2010.
http://www.hainaut.be/sante/osh/medias_user/Depliant-stress_utile_oui_mais_pas_trop-2011.pdf

4.10. TÉMOIGNAGES DE FUMEURS ET RÉACTIONS

Résumé : Débat à partir des témoignages des jeunes sur leur consommation de tabac.

Le choix des témoignages : Il est important de garder à l'esprit que l'objectif de l'activité est de susciter la réflexion des jeunes sur le sens donné aux comportements tabagiques et les facteurs sociaux qui les influencent. Dans ce sens, les témoignages d'autres jeunes sont plus intéressants. Les témoignages qui mettent en avant la peur des maladies ne sont pas conseillés dans cette approche (voir la discussion et la bibliographie sur la prévention par la peur, p. 18).

Le DVD « La cigarette, faut qu'on en parle », présenté ci-dessus, comprend des réflexions de fumeurs de différents âges. Nous projetons surtout celui de Julia, mais d'autres peuvent être utilisés.

Résumé du témoignage de JULIA (1 min27) :

Julia rappelle que les médias ont longtemps associé la cigarette à la séduction. Elle dit que fumer « était important pour son image ». Néanmoins avec du recul, elle se rend compte que si elle n'avait pas fumé, elle aurait été la même... Actuellement, elle préfère nier qu'elle fume, car la représentation sociale du fait de fumer est actuellement plutôt négative.

Etape 1. Projeter le témoignage choisi.

Etape 2. On distribue à chaque sous-groupe de trois personnes, le document (voir p. 44) à compléter et on leur laisse 10 minutes d'échange.

Etape 3. Discussion collective en cercle sur l'initiation de la consommation tabagique et son évolution, sur les influences et sur l'image de la cigarette dans la société.



Support : DVD « La cigarette faut qu'on en parle » (CRDP de Franche-Comté SCEREN 2008)

(Outil « coup de cœur » de l'équipe PIPSA)

Plus d'information sur le site : <http://www.pipsa.be/outils/detail-548105665/la-cigarette-faut-qu-on-en-parle.html>



ACTIVITÉ : TÉMOIGNAGES DES FUMEURS. Support pour les sous-groupes.



PROMOTION DE LA SANTÉ

Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses aux questions. Il s'agit d'un partage de points de vue !

Le plus important est la discussion entre vous. N'écrivez que des phrases courtes ou des mots clés.

- 1. Quels sont les aspects (au moins 2) qui vous ont le plus interpellés dans le témoignage présenté ?**
- 2. Quelles sont les situations qui peuvent favoriser l'expérimentation de la consommation de tabac ?**
- 3. Si la personne ne veut pas essayer, que pourrait-elle faire ou dire dans ce genre de situations ?**
- 4. Selon vous, est-ce risqué d'essayer de fumer ? Oui – non ? Quels sont les risques ?**

4.11. AVANTAGES ET INCONVÉNIENTS

Résumé : Discuter les avantages et inconvénients de consommer et de ne pas consommer, sur la base du vécu des participants. Cette activité se fait en groupe. Elle peut également être proposée lors d'un stand dans une école (*voir photos*).

Etape 1. Dessiner sur un tableau ou sur une grande feuille le schéma repris p. 46.⁷

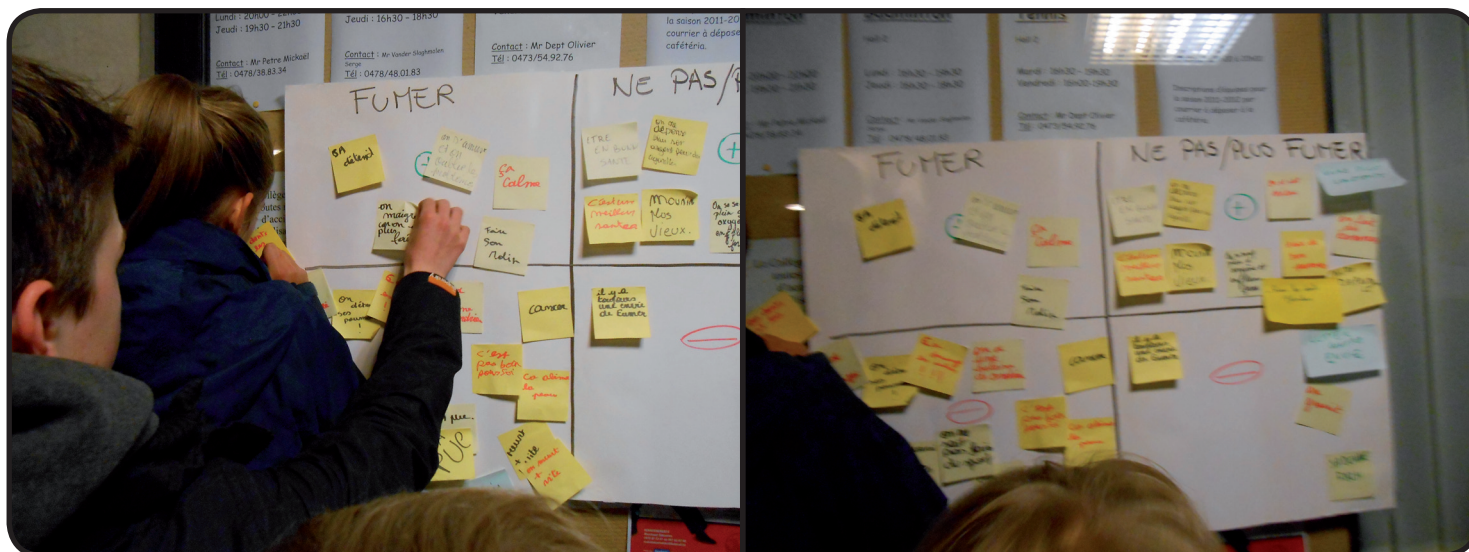
Etape 2. Chaque jeune est invité à venir compléter un ou plusieurs des 4 pôles, au choix :

- avantages de fumer
- inconvénients de fumer
- inconvénients de ne pas fumer
- avantages de ne pas fumer

Etape 3. Mise en commun en grand groupe :

- Relire les « post-its » de la case « avantages de fumer ». Si c'est nécessaire, demander des explications complémentaires aux participants. Poser des questions sur d'autres moyens possibles pour obtenir les mêmes « avantages » (par ex., comment ils font pour gérer le stress, l'ennui).
- Relire les « post-its » de la case « inconvénients de fumer » ; demander des descriptions plus détaillées, ainsi que d'autres inconvénients éventuels.
- Relire les « post-its » de la case « inconvénients de ne pas fumer » ; demander comment ils arrivent à surmonter ceux-ci.
- Relire les « post-its » de la case « avantages de ne pas fumer » ; demander des descriptions plus détaillées, ainsi que d'autres avantages.

Stand tenu par l'équipe du Centre PMS accompagnée des délégués de classe membres du conseil de participation du collège.



⁷ On utilise le support « La balance décisionnelle » issue de l'approche motivationnel, en l'adaptant à une démarche préventive avec des jeunes fumeurs et non-fumeurs.

Fumer	Ne pas fumer (ou diminuer, mieux gérer sa consommation...)
+	+
-	-

**COMMENT CLOTÛRER ET
ÉVALUER LES ESPACES DE
DIALOGUE ?**

5. COMMENT CLOTURER ET ÉVALUER LES ESPACES DE DIALOGUE ?

5.1. CLÔTURE

- Résumer les thèmes abordés
- Discuter des suites envisageables : par exemple un groupe de parole pour les jeunes qui fument déjà et qui veulent réfléchir davantage à leur consommation ; organisation régulière de l'activité sur d'autres thèmes qu'ils souhaitent aborder.
- Demander aux participants qu'ils remplissent la feuille d'évaluation, en expliquant l'importance de leurs avis pour améliorer les espaces de dialogue.

5.2. ÉVALUATION

Il est toujours nécessaire de prendre un temps pour évaluer l'activité quand elle se termine. Cela permet d'obtenir des informations sur la satisfaction des participants et de vérifier si les objectifs sont atteints. L'évaluation va également permettre de faire le bilan du projet mis en place et de mesurer son impact au niveau du groupe et également dans l'institution. C'est aussi à ce moment-là qu'on planifie la suite.

Il existe différentes manières d'évaluer une activité en promotion de la santé⁸. Ici, nous reprenons une méthode que nous utilisons fréquemment.

Il s'agit, d'une part, d'une évaluation auprès des jeunes. Celle-ci se fait, soit au moyen d'un questionnaire anonyme, soit oralement au terme de l'espace de dialogue.

D'autre part, il s'agit d'une évaluation entre co-animateurs. Celle-ci se réalise le plus souvent oralement. Lors de cet échange, nous essayons de définir les suites du projet pour éviter que l'espace de dialogue ne se réduise à une activité ponctuelle.

Exemple de questionnaire anonyme pour les élèves

Votre appréciation DE L'ATELIER

ANONYME

Votre avis nous intéresse. Nous vous remercions de répondre aux questions suivantes :

1. Qu'est-ce que vous avez apprécié le plus :

(Classer de plus apprécié – 5 – au moins apprécié -1 -) :

- Le débat entre les jeunes en grand groupe
- La discussion en sous-groupes
- L'information fournie par les animateurs
- La participation des professionnels
- La projection de la vidéo
- L'activité proposée

Autres

2. Avez-vous exprimé vos idées ?

Oui

Non

Pourquoi ?

.....

⁸ ERSP Rhône-Alpes. L'évaluation en 9 étapes. Document pratique pour l'évaluation des actions santé et social www.ersp.org/elearning/accueil.asp.
INPES. La Santé de l'homme No.390. Education pour la santé : les défis de l'évaluation. <http://www.inpes.sante.fr/SLH/pdf/sante-homme-390.pdf>

3. Une information ou une idée nouvelle que cet atelier vous a apportée ?

Exprimée par un ou une des jeunes

.....

Exprimée par un des professionnels

.....

4. Quelles sont vos suggestions pour une suite ?

Exemple de questions débattues entre co-animateurs

1. Qu'est-ce qui, selon vous, a facilité l'expression des participants ?

2. Qu'est-ce qui l'a freinée ?

3. Qu'est-ce que vous avez apprécié le plus (**plusieurs choix possibles**):

- Le débat entre les jeunes en grand groupe
 - La discussion en sous-groupes
 - L'occasion de mieux connaître les jeunes
 - Autres
-

4. Quelles sont vos suggestions pour améliorer l'atelier?

5. Quelles suites envisagez-vous ?

**QU'EN PENSENT LES JEUNES
ET LES PROFESSIONNELS QUI
ONT DÉJÀ EXPÉRIMENTÉ LES
ESPACES DE DIALOGUE ?**

6. QU'EN PENSENT LES JEUNES ET LES PROFESSIONNELS QUI ONT DÉJÀ EXPÉRIMENTÉ LES ESPACES DE DIALOGUE ?

QUELQUES RETOURS DE JEUNES

Ce qu'ils ont le plus apprécié :

- l'écoute entre nous, le fait qu'on parle sans tabou ;
- j'ai aimé que mon prof se soit intéressé à nos idées ;
- Les thèmes abordés comme : le fait que nous avons tous des idées différentes sur les risques / Que le cinéma incite les jeunes à fumer / Que l'industrie paye les acteurs pour fumer / Qu'il y a plus d'effets néfastes sur la santé, plus qu'on le croit/ Les signes qui permettent de voir quand on devient dépendant/ Qu'il devrait y avoir plus de communication parents-enfants sur ce sujet.



Ils ont le sentiment d'avoir pu exprimer leurs idées :

- Oui, pour la plupart :

Je pouvais dire ce que je pense. On n'avait pas tous les mêmes avis. Je trouvais cela intéressant de pouvoir partager nos points de vue sans devoir cacher des choses. J'ai donné mon avis dans le sous-groupe.

- Non j'étais trop timide. Je préfère écouter les autres.

Leurs suggestions pour une suite :

- Faire ce type d'activité sur l'alcool et d'autres dépendances ;
- sur les relations parents-enfants ;
- sur les relations amoureuses ;
- sur la violence ;
- sur les jeux vidéo ;
- sur l'utilisation de facebook .

QUELQUES RETOURS DE PROFESSIONNELS

Ce qui a, selon eux, facilité l'expression des jeunes :

- Le sujet concerne un grand nombre d'élèves, fumeurs et non-fumeurs ;
- problème très fort à l'école ;
- le climat du débat : les élèves étaient en confiance totale ;
- la grande liberté pour s'exprimer ;
- le fait d'être en grand cercle ;
- débat sur le sujet, sans parler de soi.

Ce qui l'a freinée :

- Timidité ;
- le temps trop court.

Ce qu'ils ont le plus apprécié :

- L'occasion de mieux connaître les jeunes ;

- le débat entre les jeunes en grand groupe ;
- l'information fournie ;
- « l'activité a augmenté la cohésion sociale au sein de l'école » ;
- « nous avons justement beaucoup parlé de vous lors de nos journées pédagogiques car mes collègues prennent maintenant tous conscience de l'importance de cette approche » ;
- cette expérience de prise de parole, en étant bien écouté, nourrit le sentiment d'estime de soi.

Leurs suggestions pour améliorer l'atelier :

- Plus de temps ;
- davantage d'activités plus concrètes.

Les suites envisagées :

- Appliquer à d'autres thèmes (par ex., d'autres assuétudes) cette manière d'aborder le sujet ;
- co-animer avec les éducateurs.

PLUS D'INFORMATION SUR DES SUPPORTS ET TECHNIQUES D'ANIMATION

- Alain Douiller et coll. 25 techniques d'animation pour promouvoir la santé. Le Coudrier, Brignais, 2012.
- Cultures&Santé asbl. Prénom'anim, une animation sur les prénoms. Bruxelles, 2013.
- La Médiathèque. Histoires sans clope. Outils audiovisuels et pédagogiques pour une prévention du tabagisme avec les jeunes. Bruxelles. 2006. http://www.lamediatheque.be/ext/thematiques/es/pub/pub_tabac.html#sthash.mE1snoiH.dpuf
- Pipsa -www.pipsa.be- Outilthèque, jeux et outils pédagogiques en promotion de la santé
- Thomas d'Ansembourg. Jeux coopératifs pour bâtir la paix. Université de Paix. Savoir communiquer. Chronique Sociale, Lyon, 2011.

