

ÉDITO

Ce numéro de rentrée est entièrement consacré à la présentation de projets ou d'activités « de terrain ». Et deux articles sur trois sont dus à la plume de lecteurs et lectrices de Promouvoir la santé à l'école! Ils ont simplement été un peu retravaillés. Le troisième a été rédigé au départ de documents et d'une interview par e-mail. Oui, il est possible d'être partie prenante de ce petit journal non seulement en le lisant mais en contribuant à le nourrir!

Si l'idée vous tente, nous vous invitons à contacter la rédaction (Alain Cherbonnier, 02/512.41.74, alain@questionsante.org). Un dernier mot : merci aux CLPS de Liège et de Huy-Waremme, qui ont joué le rôle d'interface...



BILLET D'AMBIANCE

UN PEU DE STRESS ET BEAUCOUP DE DÉCOUVERTES

Ces 27 et 30 juin derniers, le Service PSE de la Province de Liège réunissait ses quinze équipes pour un échange de pratiques concernant la mise en place de la promotion de la santé au cours de l'année scolaire écoulée. Le D^r Myriam Lecrenier et Marie-Ève Hustin ont accepté d'écrire un billet sur cette première.

I maginez... une soixantaine de personnes (médecins, infirmières, assistantes sociales) ayant notamment pour points communs la promotion de la santé à l'école et l'appartenance à un même service de santé. Imaginez... un amphithéâtre de la Haute Ecole de la Province de Liège. Imaginez... une grande première : deux journées consacrées à l'échange de pratiques professionnelles entre les équipes PSE, la Coordination Promotion Santé et la Direction du Service PSE provincial, les Centres locaux de promotion de la santé et la formatrice du CERES qui a accompagné nos équipes durant trois ans. Ah, l'échange de pratiques, de projets, de trucs et astuces, quel enrichissement!

Notre optique ? Induire une dynamique, une culture « santé » commune, faire vivre notre projet de service afin de ne pas le laisser s'enliser dans un fond de tiroir, intégrer les



nouveaux agents, infirmières et médecins. Comment concrétiser cela ?... Dans un premier temps, réaliser un canevas PowerPoint, une trame facilitant la présentation des projets ou actions que les équipes vont choisir d'exposer devant l'assemblée. Ensuite, laisser un moment aux équipes afin qu'elles puissent travailler sur leur présentation. Et, enfin, mettre le personnel à l'honneur : ces journées d'échanges, ce sont leurs journées. Ecouter les médecins, les infirmières, découvrir la richesse de leurs expériences de terrain, poser des questions, tenter de comprendre comment transposer tel projet mené par une équipe, auprès d'une autre qui y trouverait un intérêt, une réelle utilité...

Nous avons vécu deux journées passionnantes qui auront permis aux équipes de s'enrichir, de se valoriser. Nous sommes devenus des professionnels de terrain en promotion de la

santé, et cela en partie grâce à la formation construite avec l'aide du CERES (faisant suite à une demande de subvention adressée à la Communauté française). Cela nous aura permis de grandir, de parcourir une montagne qui semblait difficilement franchissable il y a quelques années encore.

Ces journées nous ont demandé des efforts, nous avons dû dépasser certaines de nos limites : quel stress ! Stress concernant l'organisation, pour la Direction du Service et la Coordination Promotion Santé : tout allait-il bien se dérouler ? Stress pour certaines lors de la présentation des projets : prendre la parole en public, dans un amphi, avec en plus des questions-réponses... Eh bien, nous avons assuré ! De nouvelles compétences ont ainsi été travaillées : élaboration d'un PowerPoint, prise de parole en public, transmission de pratiques professionnelles, valorisation du travail effectué en équipe... La plupart d'entre nous sont sorties de ces journées motivées, dynamisées et valorisées. Comment pouvons-nous affirmer cela ? Mais parce que nous avons évalué, pardi !

Nous avons reçu, à un moment, des invités de marque comme M. le Député provincial Paul-Emile Mottard, qui a en charge notre Service de même que notre Direction Générale. Ces invités ont ainsi témoigné de leur réel intérêt pour l'organisation de ces journées. Les CLPS de Liège, de Huy-Waremme et de Verviers étaient eux aussi présents tout au long de ces journées ; ils ont pu se rendre compte des actions menées sur le terrain par nos différentes antennes. Le Centre Verviétois de Promotion de la Santé vient en outre de changer de direction et de personne « relais » sur le terrain ; ce fut donc l'occasion pour lui

LE PROGRAMME DES DEUX JOURNÉES ?

- Seraing Morchamps : Ecole-PSE, ensemble vers un même objectif...
- Herstal Puits : Devenir acteur de sa santé, projet mené avec les classes de 2^e primaire
- Welkenraedt : Promouvoir la communication pour intensifier les relations avec les partenaires directs
- Ougrée : Alimentation saine à l'école (projet Fondation Roi Baudouin)
- La Reid : PSE - PGA - ISO 14001, répétition ou complémentarité ?
- Malmedy : Enseignant en santé ou adulte *passer*
- Coordination Promotion Santé : Développer la communication, une nécessité pour la santé de notre service...
- Seraing Province : L'hygiène de vie chez les adolescents de 2^e secondaire de l'IPES de Jemeppe (voir en détail par ailleurs dans ce numéro)
- Verviers Laines : Violence à l'EP de Verviers
- Magnée : Comment faire de la visite médicale un moment santé ?
- Flémalle : Faire reconnaître le rôle de promotion santé aux écoles
- Huy : Vaccination, information données aux classes à risques
- Waremme : Notre école, une pyramide en équilibre (projet Fondation Roi Baudouin à l'école de Lincet)
- Verviers Donckier : Promotion de la vaccination en 6^e primaire
- Abée-Scry : À la découverte du pou en 3^e maternelle
- Herstal Coronmeuse : Parle à ma main - 15 projets *par la main*

d'entrer en contact avec les équipes de l'arrondissement de Verviers.

Un moment d'émotion ? Le mot de la fin, œuvre de Véronique Halbardier, du CERES, qui nous a accompagnés durant trois ans en tant que formatrice « Promotion Santé » et qui a mis en valeur l'évolution de notre travail sur un ton chaleureux et humoristique.

Notre service comptant un peu plus de soixante personnes réparties sur quinze points de la province, nous avons profité de longues pauses « découverte » pour per-

mettre aux uns et aux autres d'apprendre à se connaître ou tout simplement de rester en contact. La richesse de notre Service, ce sont les ressources qui naissent au sein des différentes antennes. Nous avons tout intérêt à utiliser cet élément facilitateur. Ainsi, l'ensemble du personnel a participé à ces journées, et rendez-vous est déjà pris pour l'année prochaine. La barre est placée haut : renforcer les liens PSE-PMS. Tout un programme... Les CLPS nous aideront dans cette tâche ! On vous en reparle l'an prochain ?



PRÉVENTION DES ASSUÉTUDES À L'ÉCOLE SECONDAIRE

La prévention des assuétudes préoccupe de plus en plus les établissements scolaires. Face aux consommations jugées problématiques des jeunes, des écoles s'organisent pour éduquer et responsabiliser... Exemple d'un projet porteur.

Une école de Liège, confrontée à des consommations abusives d'alcool de la part de certains de ses élèves, a souhaité prendre le taureau par les cornes. C'est dans ce but qu'elle a sollicité le Point d'Appui Assuétudes du Centre Liégeois de Promotion de la Santé. Comme on le sait, les Points d'Appui ont pour mission d'être les interfaces entre le monde scolaire et les services actifs en prévention des assuétudes, afin d'optimiser cette dernière.

En cherchant à mieux définir la demande, il est apparu que l'école devait encore affiner ses objectifs. Pour cela, le représentant de la direction s'est engagé à clarifier les attentes de chacune des parties prenantes : direction, enseignants, éducateurs, conseil de participation et association de parents. L'orientation du projet a pu alors se préciser. Mais inclure les acteurs de l'école n'était pas suffisant : il fallait associer le service PSE et le centre PMS à la réflexion. L'expertise de ceux-ci dans la mise en place et la réalisation de projets santé et leur connaissance du « terrain » spécifique de cette école constituaient des atouts indispensables.

Cependant, puisqu'on voulait s'inscrire dans une démarche de promotion de la santé, le public final de l'action et les acteurs proches de celui-ci devaient être impliqués. C'est pourquoi un groupe de travail a été créé, rassemblant des représentants de la direction, du corps enseignant, des éducateurs, des élèves, du centre PMS, du service PSE, de l'association de parents et du CLPS (Point d'Appui Assuétudes). C'est au sein de ce groupe qu'ont été élaborées les différentes étapes d'un processus qui, s'il n'en est qu'à ses débuts, marque déjà des développements importants.

Une demande, une réflexion, un processus, des actions

Le groupe de travail a commencé à se réunir en janvier 2008, en partant de la demande initiale concernant la consommation d'alcool. Les deux élèves présents (de 5^e année et de rhéto) ont alors expliqué qu'à leur avis des actions visant à prévenir la consommation seraient sans effet. À partir de ce constat, et grâce à des discussions très riches, le projet a été réorienté vers le bien-être en général, ciblant plus particulièrement le deuxième degré. À ce stade, on se tournait déjà vers une démarche participative intégrant les

besoins du public cible, et une démarche interdisciplinaire prenant en compte les multiples facteurs de la problématique.

Le groupe de travail était dépourvu de certitude quant à la direction que devraient prendre les actions. Il s'est donc préoccupé de savoir où en étaient les élèves au sujet de leur santé et quelles questions ils se posaient à propos des assuétudes. Le moyen le plus rapide et le plus pratique pour obtenir ces informations semblait être le questionnaire. Questionnaire dont le dépouillement pouvait en outre être facilement réparti entre les partenaires du projet. Une meilleure connaissance de l'état d'esprit des jeunes devait permettre de mieux planifier des actions pertinentes par la suite. Ces actions, ciblées sur le deuxième degré dans un premier temps, pourraient à moyen terme être étendues à l'ensemble des classes. Elles feraient suite à un sondage semblable, la séquence enquête-actions ainsi reproduite ayant certainement, d'ici 4 ans, un impact au niveau du projet d'établissement.

De la construction du projet à une première analyse

Ce sont les travailleurs du PMS, du PSE et du CLPS qui se sont penchés sur la rédaction du questionnaire. Pour le construire, ils sont partis des déterminants de la santé et des facteurs susceptibles de conduire le jeune à choisir entre consommer ou non. Dans un deuxième temps, les questions ont été soumises au groupe de travail afin de tester leur formulation et de s'assurer qu'elles cadreraient avec les attentes des différents partenaires. La mise au point s'est révélée ardue. Le questionnaire devait : être facile à dépouiller ; aborder tous les facteurs recensés ; pouvoir être complété en une demi-heure environ ; être accessible quant au vocabulaire ; amener le jeune à s'interroger sur lui-même, à prendre position ; aborder les consommations ; et se baser notamment sur des situations concrètes... Rien de moins !

Le groupe de travail a commenté et amendé à plusieurs reprises le document. Mais c'est grâce à ce processus qu'il a pu s'approprier l'outil du début à la fin. Le questionnaire comprenait des thèmes aussi variés que les représentations par rapport aux assuétudes, la confiance en soi, l'affirmation de soi, le bien-être dans différentes circonstances, ainsi que des mises en situation. Une fois fin prêt, il a été soumis aux

élèves de 3^e et 4^e années. La présentation était faite durant une heure de titulariat par les deux élèves membres du groupe de travail. Pendant ce temps, une base de données était construite en vue du dépouillement.

Après une semaine, les quelque 500 formulaires recueillis ont été répartis entre les partenaires externes (PMS, PSE, CLPS) pour l'encodage et l'analyse. Cette décentration par rapport à l'école avait pour but d'éviter que les élèves ressentent un sentiment de pression de la part de l'équipe éducative, et de favoriser ainsi leur libre expression. Le rapport d'analyse a ensuite été présenté au groupe de travail, ce qui a permis d'ajuster la lisibilité du document et des graphiques. En fin d'année scolaire, il a été présenté à la direction collégiale. Ces résultats – qui, au demeurant, se montrent rassurants – guideront la suite des actions, construites sur le même mode collaboratif et participatif.

Un projet transposable dans d'autres écoles

Ce projet de promotion de la santé est réellement adaptable par d'autres écoles. Tout canevas méthodologique doit certes être adapté aux réalités locales et aux spécificités de chaque établissement, mais le processus en soi est susceptible de s'appliquer ailleurs. En effet, plusieurs caractéristiques du travail entamé (l'interdisciplinarité, les partenariats, l'action à partir des besoins des jeunes, la logique de processus...) en font une démarche dont les bénéfices pour l'école sont potentiellement élevés. Il ne s'agit plus de réaliser une animation ponctuelle pour tenter de répondre à un problème, mais bien d'entamer un travail global et profond de développement du bien-être des jeunes. Certains se demanderont peut-être s'il est bien du ressort de l'école de se lancer dans ce champ d'action. Pourtant, le milieu scolaire est un des principaux milieux de vie des jeunes de 12 à 18 voire 20 ans. C'est là que ce genre d'action prend toute sa pertinence.

**Martine DE WASSEIGE, Marie-Pierre
DUCHATEAU et Geoffroy MELEN**

Pour toute information :
Centre Liégeois de Promotion de la Santé,
19 boulevard de la Constitution, 4020 Liège.
Tél. : 04/349.51.44 - Fax : 04/349.51.30
E-mail : promotion.sante@clps.be

HYGIENE DE VIE ET ESTIME DE SOI EN 2^E SECONDAIRE

Ce projet a été mené de l'automne 2007 au printemps 2008 à l'Institut Provincial d'Enseignement Secondaire de Jemeppe. Les maîtres d'œuvre en sont le D^r Dominique Guillaume et les infirmières de l'équipe PSE de Seraing 1 – Marie-Jeanne Boulanger, Sophie Mahin et Chantal Vanmolkot – avec la participation de Brigitte Lespagnard, infirmière au Centre PMS. Au point de départ du projet : un manque d'hygiène constaté chez les élèves de 2^e année lors des bilans de santé. L'hygiène de vie est alors choisie comme sujet d'un sondage auprès des élèves de cet âge. Un questionnaire baptisé « Bien dans sa tête, bien dans son corps » est mis au point entre octobre et décembre avec l'aide de la coordination du Service PSE provincial – Marie-Ève Hustin, assistée d'une stagiaire – qui propose également une grille de dépouillement.

Après avoir été pré-testé, le questionnaire est soumis en janvier aux six classes de 2^e secondaire pendant les cours, les professeurs acceptant de concéder 10' pour le compléter. En quelques mots, quels étaient les résultats de ce sondage ? « La majorité des élèves trouvent qu'il est important de se laver les mains. Cependant, un peu moins de la moitié ne se lavent pas avant les repas ! Les uns incriminent le manque de savon et d'essuies dans les toilettes, les autres un manque de temps... Les trois quarts des élèves se lavent tous les jours, la majorité pour éprouver un bien-être, une sensation agréable, quelques-uns par habitude ou obligation... Les deux tiers pensent que leur comportement change ; deux élèves sur trois pensent également que leur corps change. Ce qu'ils n'aiment pas, c'est (sans trop de surprise) la transpiration, l'acné, les poils, la voix qui mue... Et, quand ils se regardent dans un miroir, ils peuvent se trouver beau ou fort, mais aussi trop mince, moche, grosse ou affreuse ! »

Suite à cela, les objectifs de l'action sont définis. Ils ne se limitent pas à des conseils d'hygiène corporelle mais envisagent la question dans le cadre de l'estime de soi lors des changements intervenant dans la vie des jeunes à cet âge-charnière. Il s'agit en effet de :

- cerner les habitudes d'hygiène corporelle des élèves ;
- leur faire prendre conscience de l'importance d'une bonne hygiène de vie ;
- recueillir le ressenti de chacun par rapport aux changements corporels et comportementaux liés à l'adolescence ;
- susciter des échanges entre les étudiants autour de l'hygiène de vie.

En avril, une rencontre est organisée avec le directeur de l'établissement pour lui communiquer les résultats du sondage, lui soumettre les objectifs et lui demander l'autorisation de rencontrer les élèves par groupe-classe. S'ensuit au mois de mai une série d'animations de 50'. Lors de ces animations, de nombreux élèves mentionnent notamment l'accès difficile aux sanitaires dans certaines circonstances : les toilettes pendant les récréations et les douches après une heure de gymnastique.

Mais qu'en est-il des aspects plus personnels, qu'est-ce qui a favorisé l'expression des élèves à propos d'un sujet qui relève de l'intime ? « Si les échanges ont été fructueux, si la liberté d'expression a été possible, nous pensons que cela tient à plusieurs raisons : d'abord, leur professeur n'était pas présent ; ensuite, il s'agit d'un sujet qui les concerne et les préoccupe ; enfin, nous l'avons abordé simplement. Nous nous sommes présentées et avons dit quelques mots à propos des représentations de l'hygiène telles qu'elles apparaissent à travers le sondage. Ensuite, nous avons projeté le DVD « A fleur de peau » et demandé aux élèves de commenter les habitudes des adolescents dans le film. Suite à leurs réponses, nous avons parlé de leurs habitudes personnelles quant aux soins de toilette : bain, douche, brossage des dents, soin des cheveux, vêtements... Nous avons également abordé l'hygiène de vie en général : l'alimentation, le sommeil... »

L'équipe a bénéficié d'autres atouts, parmi lesquels les collaborations ont une grande place : l'aide apportée par la coordination du PSE provincial, l'attitude de la Direction de l'IPES, qui a donné son feu vert, les outils mis à disposition par le Centre Local de Promotion de la Santé (le DVD) et les Mutualités Libres (une brochure sur la puberté) et, last but not least, la collaboration avec le CPMS. Une collaboration qui, on le sait, ne va pas toujours de soi. Qu'est-ce qui a donc joué ici ? « En fait, c'est tout simple : depuis quinze ans, le Service PSE et le Centre PMS se situent dans le même bâtiment, le premier au rez-de-chaussée et le second à l'étage. Nous connaissons donc bien les personnes qui travaillent au CPMS et nous discutons souvent ensemble. De plus, l'infirmière du PMS était intéressée par le thème proposé. » Cette bonne ambiance a même permis de sauter un petit obstacle financier : le Centre PMS a pris en charge l'envoi des brochures...

Et maintenant, la question à 100 € : quels sont les liens avec le projet de service ? « Tout d'abord, dans notre projet de service qui

concerne l'enseignement secondaire, il est prévu de réaliser un sondage tous les trois ans afin de dégager des priorités en matière de santé. Après avoir recueilli les données et en avoir fait l'analyse, il nous a donc paru important de sensibiliser les étudiants à l'intérêt d'une bonne hygiène de vie. Le projet de service prévoit également des visites d'établissement, qui sont en lien direct avec ce projet-ci et qui, de plus, permettent de confirmer les résultats obtenus lors du sondage ou des animations. Lors de la visite d'établissement, nous avons pu formuler des remarques au pouvoir organisateur à propos de l'hygiène des toilettes, de la présence de savon et de papier pour s'essuyer les mains, de l'ouverture des toilettes pendant les récréations et le temps de midi. Et de l'hygiène des douches : les élèves doivent pouvoir prendre une douche après une heure comme après deux heures de gymnastique... Enfin, le projet de service prévoit de mettre à la disposition des élèves des informations santé sous forme écrite, dont les élèves ont pu bénéficier ici via la brochure sur la puberté qui a été diffusée. »

Une conclusion bien concrète ? « Ce projet a permis de remettre à l'ordre du jour des problèmes déjà identifiés auparavant par le médecin lors des visites d'établissement, notamment la présence de moisissures dans les douches. Un budget est maintenant dégagé par les responsables provinciaux pour la réfection des installations. Nous espérons que, pour l'an prochain, les travaux seront réalisés. »

« Promouvoir la santé à l'école » est réalisé par le Service communautaire de promotion de la santé / Question Santé asbl, 72 rue du Viaduc, 1050 Bruxelles.
Tél.: 02 512 41 74 – Fax : 02 512 54 36
Courriel : question.sante@skynet.be
Site : www.questionsante.org
Secrétaire de rédaction : A. Cherbonnier
Conseil de rédaction : D^r Ph. Demoulin, D^r F. Henry, D^r N. Lambion, M. M. Lejeune, D^r R. Lonfils, D^r R. Moriaux, D^r P. Trefois
Maquette : Muriel Logist
Les articles non signés sont de la rédaction. Les articles signés n'engagent que leur auteur.
Editeur responsable : D^r Ph. Demoulin, 44 boulevard Léopold II, 1080 Bruxelles.

