

IREPS  
BRETAGNE



[www.irepsbretagne.fr](http://www.irepsbretagne.fr)

# Atelier « Addictions »

## Des outils au service de la démarche éducative

**Le 05 juillet 2019**

Thierry Prestel

# Déroulement de l'atelier

---

- Les démarches de prévention promotion de la santé dans le champ des « addictions » (ou plus généralement des consommations)
- Echanges d'expériences sur des déroulements d'ateliers réalisés par des étudiants
- Présentation, discussion, échanges sur des démarches d'animation sur les addictions

# Travailler en prévention sur les addictions...

Ce n'est pas, c'est...

# Travailler en prévention sur les addictions ce n'est pas...

- Faire un exposé sur les produits, leurs effets, leurs dangers
  - Aucune efficacité démontrée, risque d'une incitation à l'usage
- Faire la morale (bien/pas bien)
  - Aucune efficacité démontrée, risque de stigmatiser les consommateurs, risque de n'être pas crédible (« et toi, tu n'as jamais consommé ? »)
- Accentuer – ou atténuer – les risques des produits
  - Risque de n'être pas crédible et/ ou d'inciter à l'usage (y compris par défi).

- **Travailler sur les déterminants de la consommation qui sont, en particulier avec les plus jeunes :**
  - ↳ Le manque d'estime de soi
  - ↳ Le stress
  - ↳ La difficulté à s'affirmer dans un groupe/face à ses parents
  - ↳ La difficulté à faire face à des émotions négatives
  - ↳ Etc.
- **Recommandation Mildeca en prévention primaire**
  - ↳ Renforcer les compétences psychosociales (bien vivre ses émotions et ses relations aux autres)
  - ↳ Ex.: Dossier Mildeca « Jeunes, addictions et prévention »

# Présentation d'un conducteur de séance

## Un exemple (IFSI CHGR)

- Public : 150 salariés d'un ESAT présentant des déficiences intellectuelles (20 à 60 ans)
- Durée de l'intervention : 3 interventions à l'occasion des pauses (15 mn - 1h40 - 15 mn)
- Objectif général : sensibiliser les personnes de l'ESAT sur le tabac et les drogues douces (*remarque : appellation à éviter – plutôt nommer le cannabis*).
- Objectifs spécifiques :
  - ↳ Les amener à se questionner sur leur consommation
  - ↳ Les mobiliser pour s'inscrire à la journée prévue à la clinique Saint Laurent
  - ↳ Véhiculer un message simple et non culpabilisant
  - ↳ Présenter les dispositifs d'aide

- **1<sup>ère</sup> pause** (15 mn): Pour vous le tabac, c'est quoi ?  
Les personnes doivent choisir une image parmi celles proposées et expliquer les raisons de leur choix. Leurs réponses sont notés sur des post-it
- **2<sup>ème</sup> pause** (midi – 1h40):
  - ↳ diffusion d'une vidéo réalisée par les étudiants mettant en scène des affirmations vraies ou fausses sur des préjugés concernant le tabac/les drogues douces
  - ↳ débat
- **3<sup>ème</sup> pause** (15 mn): une grande roue reprend les affirmations de la vidéo sous forme de questions
- Evaluation : les personnes sont invitées à mettre des smiley (cartonnés) dans une boîte pour évaluer l'action
- Parallèlement à ces animations, un stand propose des flyers, des affiches, des substituts... et des jus de fruit

# Présentation d'outils et techniques d'animation permettant de travailler sur les addictions

## Assume tes choix

- *Chaque élève trouve 5 mots qui représentent la liberté*
- *Puis à deux, ils se mettent d'accord sur 5 mots.*
- *Puis par 4, par 8, par 16*
- *Est-ce que chacun se retrouve dans les choix finaux ?- Echanges sur la façon dont se sont prises les décisions*
- *Echange sur la pression du groupe et la façon dont on peut réagir*

*Libre comme l'air. Saint-Maurice : SPF (Santé publique France), 2019, pp. 5-6. accessible [ici](#)*

## Le frasbee

8 affirmations. Chaque petit groupe doit déterminer 2 avec lesquelles ils ont d'accord, 2 pas d'accord, 2 plus ou moins d'accord...

- *Essayer, ça n'engage à rien*
- *Si on consomme des drogues, c'est pour le plaisir*
- *Refuser un joint ça se fait pas*

*Et toi, t'en penses quoi ? : Le frasbee. Bruxelles [Belgique] : Mutualité chrétienne Infor Santé, 2013. accessible [ici](#)*

## Taboo

Les jeunes vont de voir faire deviner un mot à leur coéquipiers, sans utiliser un certain nombre de mots

*Exemple : cannabis, sans « plante/herbe », « fumer », « illicite », « joint », « drogue »*

Puis un débat est instauré

*Taboo. Paris : Cybercrips, 2014. accessible [ici](#)*

## Forum moderator

*A partir de photos de post de forums, chaque petit groupe de jeunes va devoir répondre à la question posée en s'appuyant sur de la documentation*

*Modérateur de Forum. Paris : Cybercrips, 2020. accessible [ici](#)*

## Et bien sûr tous les outils qui permettent de développer les compétences psycho-sociales

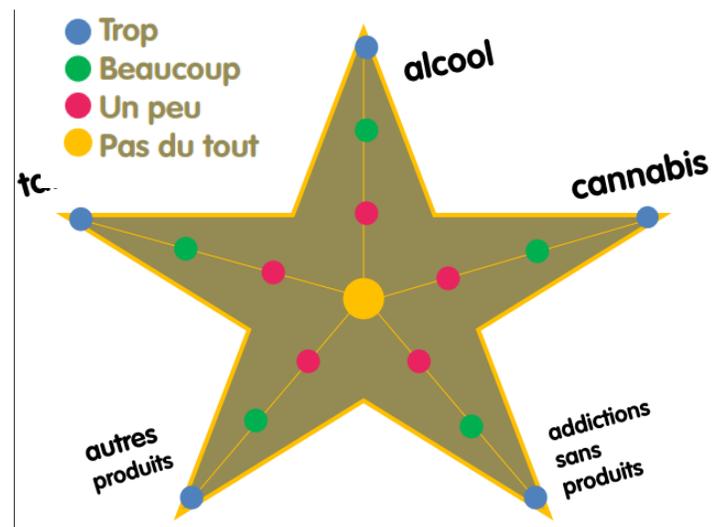
Esprit critique, relation aux autres, communication...

*Les compétences psychosociales, une approche reconnue pour améliorer la santé des populations. Rennes : Pôle ressources en promotion de la santé de Bretagne, 2019. accessible [ici](#)*

## Et toi tu en es où ?

- *Auto-évaluer son niveau de dépendance*
- *Définir ce qu'est la dépendance*

*Les drogues : et toi tu en es où ? Paris : Cybercrips, 2014. accessible [ici](#)*



# Instance régionale d'éducation et de promotion de la santé (Ireps) de Bretagne

## ANTENNES

### Côtes d'Armor

106, boulevard Hoche  
(Bâtiment CPAM 22)  
22000 Saint-Brieuc  
02 96 78 46 99  
contact22@irepsbretagne.fr

### Finistère

9, rue de l'île d'Houat  
29000 Quimper  
02 98 90 05 15  
contact29@irepsbretagne.fr

### Ille-et-Vilaine

4A, rue du Bignon  
35000 Rennes  
02 99 67 10 50  
contact35@irepsbretagne.fr

### Morbihan

24, rue Colonel Faure  
56400 Auray  
02 97 29 15 15  
contact56@irepsbretagne.fr

## SIEGE

### Ille-et-Vilaine

4A, rue du Bignon  
35000 Rennes  
02 99 50 64 33  
contact@irepsbretagne.fr

