

1 Enjeu :

Dans le contexte socio-économique et sanitaire du Département des Ardennes, les Centres Sociaux structures de proximité peuvent jouer un véritable rôle dans l'amélioration de la santé des habitants, de par leur implantation même, leur mission de renforcement du lien social et leur capacité à mobiliser et accompagner les personnes. D'où l'intérêt de rendre plus efficaces les actions de prévention et d'information qu'elles proposent sur les thèmes tels que:

- Equilibre alimentaire,
- Activité physique,
- Sensibilisation aux campagnes nationales (cancer du sein, VIH, diabète, maladies cardio vasculaires, nutrition santé.....)
- La question du bien-être, des souffrances psychologiques,
- Les addictions,
- Accompagnement vers le centre d'examen de santé

Le présent projet vise à définir un cadre de référence et d'intervention permettant de proposer aux personnes fréquentant les Centres Sociaux des ateliers, des actions qui associent les thématiques citées ci-dessus dans une démarche participative et collective et qui prennent en compte :

- les spécificités socio-économiques et culturelles des personnes,
- leurs lieux et réalités de vie, en particulier leur environnement social et familial,
- le temps nécessaire à leur mobilisation
- les ressources partenariales locales et leurs contraintes,
- la nécessité d'intégrer, dans une approche globale et positive de la santé, les notions de plaisir et de partage.

2 Objectifs :

Objectif général :

Améliorer la qualité de vie et augmenter le bien-être des personnes fréquentant et/ou dans l'environnement les centres sociaux en leur donnant envie d'adopter des comportements favorables à la santé, en particulier dans des domaines :

- Nutrition,
- Cancer,
- Bien vieillir,

- Addiction,
- Souffrance Psychologique,
- Santé Scolaire,
- Sexualité,

A terme, on peut espérer que la participation des Centres Sociaux pourra contribuer à réduire la prévalence des pathologies associées à une alimentation déséquilibrée et à la sédentarité. A garantir une meilleure information auprès des publics.

Objectif opérationnel :

Mettre en place un programme d'actions structurées et cohérentes autour des thématiques suivantes :

1. Thématique Addiction,
2. Thématique nutrition et activités physiques,
3. P.R.A.P.S,
4. P.R.S.P Santé,

en combinant l'apport de savoirs, savoir-faire et savoir-être sous forme d'ateliers participatifs.

Objectifs pédagogiques :

La mise en place d'un programme devra reposer sur une démarche pédagogique construite :

- En tenant compte des conditions de vie des habitants,
- En partant de leurs représentations mentales sur la santé, l'alimentation et l'activité physique,
- En s'appuyant sur leur parole et en favorisant les échanges entre eux,
- En faisant émerger et en valorisant leurs connaissances et leurs savoir-faire,
- Dans une articulation judicieuse entre les apports théoriques et les apports pratiques,
- En insistant sur les notions de plaisir, solidarité, qualité de vie et bien-être,
- En transmettant des messages concrets, pragmatiques et réalisables,

- En tenant compte des ressources locales disponibles et des partenariats locaux,
- En utilisant et en s'appuyant sur des outils pédagogiques et techniques d'animation diversifiés et adaptés : expositions, théâtre forum, photographies, support audio et vidéo, sorties,....
- Dans une approche non moralisatrice ni culpabilisante, sans injonction, ni interdit, ni stigmatisation.

Les activités (ateliers, ...) pédagogiques proposées par les centres sociaux devront tenir compte de la diversité culturelle des participants et respecter les règles éthiques de fonctionnement du groupe (accepter les différences collectives et individuelles, être à l'écoute des autres, permettre la réciprocité pour favoriser des échanges enrichissants,...).

L'innovation et la création sont souhaitables.

Les objectifs pédagogiques listés ci-dessous sont à considérer comme des « outils » pour la préparation des ateliers : (exemple Nutrition – Activité Physiques)

Dans le domaine du savoir :

Faire en sorte que les personnes connaissent les principes de l'alimentation équilibrée et les bienfaits de l'activité physique régulière (voir les repères du PNNS2)

Faire en sorte que les personnes identifient les déterminants de santé (environnementaux, économiques, socioculturels, éducatifs...) en lien avec l'alimentation et l'activité physique

- Identifier les besoins humains auxquels répond l'alimentation,
- Identifier les déterminants du comportement alimentaire,
- Comprendre le rôle physiologique de l'alimentation et de l'activité physique,
- Connaitre les principes de la balance énergétique,
- Comprendre le lien entre surcharge pondérale et certaines maladies (maladies cardio vasculaires, diabète, certains cancer,...)
- Comprendre l'intérêt de l'activité physique régulière dans la réduction des maladies.

Dans le domaine du savoir-faire :

Faire en sorte que les personnes identifient ce qui fait obstacle dans leur quotidien à une alimentation équilibrée et la pratique d'une activité physique régulière.

Faire en sorte que les personnes aient envie d'avoir une alimentation plus équilibrée et une activité physique plus régulière au quotidien

- Partager leur vécu sur les habitudes alimentaires
- Construire un programme d'activité physique personnalisé hebdomadaire,
- Construire un plan alimentaire hebdomadaire équilibré,
- Préparer un repas équilibré adapté,
- Lire et comprendre les étiquettes alimentaires,
- Choisir des produits en fonction des saisons,
- Comprendre le rôle de la publicité dans nos modes de consommation et décrypter une publicité,
- Identifier et visiter les structures proposant une activité physique dans le quartier et se renseigner sur leur accessibilité (horaires, coût)
- Découvrir des moyens de pratiquer une activité physique chez soi,

Dans le domaine du savoir-être :

Faire en sorte que les personnes puissent expliquer à leur entourage les bienfaits d'une alimentation équilibrée associée à une pratique d'activité physique.

Faire prendre conscience qu'une alimentation équilibrée et la pratique d'une activité physique quotidienne permettent de développer un mieux-être en diminuant les risques d'apparition de maladie).

- Réfléchir à nos représentations de la santé et de l'alimentation,
- Réfléchir sur les difficultés rencontrées pour adopter une alimentation équilibrée et pratiquer une activité physique régulière,
- Réfléchir sur nos représentations du « risque » à court et moyen et long terme
- Réfléchir sur nos représentations de la prévention

3 - Les publics bénéficiaires et zones géographiques :

Le programme s'adresse prioritairement aux enfants - aux adultes - familles en situation de précarité, tout en préservant l'approche d'une mixité sociale. Il concerne les territoires d'implantation d'un centre social engagé dans la démarche d'information - prévention action santé et peut s'appuyer sur les dispositifs d'accueil de la jeunesse. Il n'exclut personne.

4 - Les partenaires :

Le partenariat est à définir par chaque centre social, en fonction des spécificités locales et des dynamiques préexistantes.

Ces partenaires sont divers et variés. Cependant on repère des acteurs communs à toutes les démarches engagées sur les territoires :

- La CPAM08
- Le CODES08
- La Société Ardennaise de Cancérologie
- Le Centre d'Examen de Santé
- L'Association Nationale Prévention Addiction Alcoologie

Ils devront être associés dès l'élaboration du projet, même s'ils n'interviennent qu'à certaines étapes de celui-ci.

L'articulation avec les interventions préexistantes telles que Ateliers Santé Ville - autres dispositif devra être précisée.

5 L'organisation :

Le programme devrait présenter un ensemble d'actions proposées par les Centres Sociaux. La mise en œuvre du programme devra être validée par un comité de pilotage « santé » par territoire.

6 Financement :

Pour mettre en place le programme d'actions proposées par les Centres Sociaux, la Fédération Départementale des Centres sociaux sollicite des moyens financiers auprès du GRSP dans le cadre du dépôt du présent projet Unique.

7 L'évaluation :

Elle sera menée avec l'ensemble des Centres Sociaux et les partenaires impliqués dans le programme d'action.