

COMPETENCES PSYCHOSOCIALES - Ateliers d'échanges de pratiques et de présentation d'outils

JEUDI 13 JUIN 2024

Contacts



**CoDES 05 - Comité Départemental d'Education pour la Santé des
Hautes-Alpes**

6 Impasse de Bonne - 05000 Gap - 04 92 53 58 72 - codes05@codes05.org

Notre site internet : **www.codes05.org**

Suivez-nous sur les réseaux sociaux !

 Sur Facebook : <http://www.facebook.com/codes05/>

 Sur Twitter : http://twitter.com/CoDES_05

 Sur Instagram : http://www.instagram.com/codes_05/

CoDES 05

NOS ACTIVITES – NOS MISSIONS

2

LE RESEAU CoDES: PROMOTION DE LA SANTÉ AU QUOTIDIEN

Développer une politique publique saine

- En sensibilisant les décideurs aux impacts que leurs actions peuvent avoir sur la santé, et ce dans tous les secteurs.

Créer des milieux favorables à la santé

- En sensibilisant les publics à l'importance que les conditions de vie peuvent avoir sur la santé.
- En leur proposant des conditions d'accueil et d'échange qui favorisent leur bien-être.

Renforcer l'action communautaire

- En encourageant la participation effective et concrète de la population à la définition des stratégies et aux décisions qui les concernent.

Soutenir le développement des aptitudes personnelles et sociales

- En mettant à disposition de l'information et de la documentation.
- En proposant des formations et des animations éducatives.
- En proposant un accompagnement.

Réformer les services de santé

- En contribuant à développer une vision participative, pluridisciplinaire et globale de la santé.
- En incitant les professionnels à prendre en compte les besoins de l'individu dans sa globalité.

CoDES 05

NOS ACTIVITES – NOS MISSIONS

3



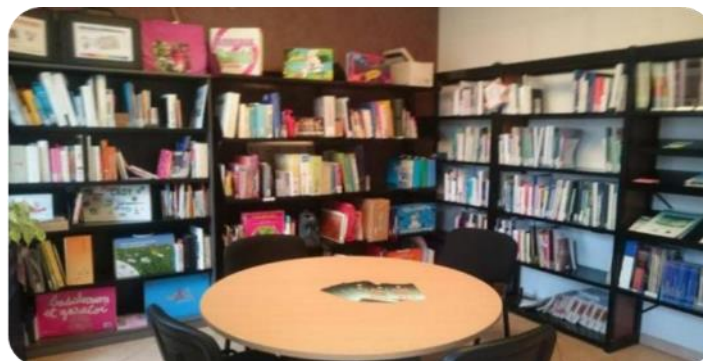
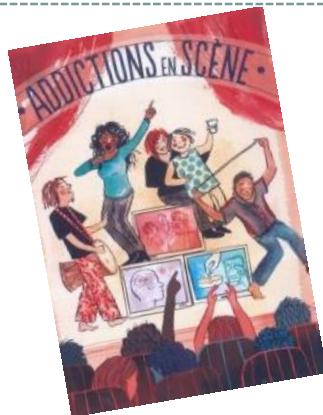
CoDES 05 NOS ACTIVITES – NOS MISSIONS

4

BIB BOP

Base de données en éducation et promotion de la santé

INFORMATION



BIB BOP

Base de données en éducation et promotion de la santé

BIB

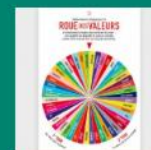
Base de données bibliographiques

Recherche avancée

BOP

Base des outils pédagogiques

Recherche avancée



II

Nouveautés BIB



Dépression post-partum. La face cachée de la maternité
BEDOJET Chloé, MARCENDE Elise
Larousse, 2022



Surpoids et obésité chez les enfants et les adolescents. Caractéristiques, contraintes et bénéfices de l'activité physique
REY Olivier, MAIANO Christophe
Presses de l'Université du Québec, 2022



En finir avec les idées fausses sur la psychiatrie et la santé mentale
CHEVANCE Astrid
Editions de l'Abolix, 2022



Réparer la santé. Démocratie, éthique, prévention
DESSIOLES Alice
Rue de l'Échiquier, 2023

Nouveautés BOP



La princesse qui se prenait les pieds dans tous les tapis
DE LIVRON Gabrielle, DE LIVRON Marguerite, LERAY Emmanuelle
Hypée éditions, 2023



L'environnement en s'amusant. 40 activités en classe pour comprendre l'environnement et apprendre à le protéger
ASPID Camille, MULLER Catherine, MULLER Clément
De Boeck supérieur, 2021



Respire !
MINUCCI Lola, SIX Mehdi, SENNY-BILANY Marc
Insarm, 2023



Info Intox Tabac. Version illustrée
CRIPS Ile-de-France, 2022

La production du réseau



Territoires Nutrition n° 2 : PNNS et santé-environnement, l'accord parfait

Où sommes-nous ?

Bib-Bop est une base de données spécialisée en éducation et promotion de la santé. Bib-Bop est partagé et alimenté par les centres de ressources en éducation et promotion de la santé des régions suivantes :



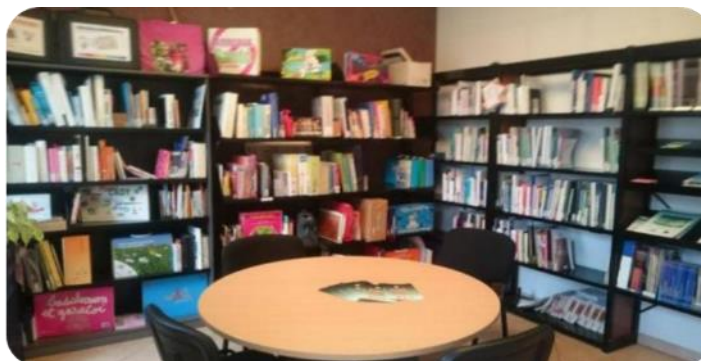
CoDES 05 NOS ACTIVITES – NOS MISSIONS

6

DIF en **LIGNE**

Le catalogue des documents de diffusion des comités de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur

INFORMATION



Documents à la diffusion : résultat de la recherche

29 résultats

1



Problème de jeu ?
Commençons par en parler.
Pour être aidé, pour
s'informer Joueurs Info
Service

Affiche - INPES - 2015

Affiche indiquant les coordonnées
téléphoniques et internet du site
Joueurs Info Service (site de
prévention et d'aide à distance du
groupement d'intérêt public Adalis
(Addictions Drogues Alcool Info
Service).

30 X 40 cm ou 60 x 40 cm

[Voir ce document](#)

Thème(s) : Addiction
Public(s) : Tout public

🕒 3 juillet 2020



"Ce que le haschisch te
donne d'un côté, il te le
retire de l'autre... Il te donne
le pouvoir de l'imagination
mais t'enlève la possibilité
d'en profiter." Charles
Baudelaire - 1860

Affiche - INPES - 2016

Affiche pour la prévention du cannabis
reprenant une phrase de Charles
Baudelaire : "Ce que le haschisch te
donne d'un côté, il te le retire de
l'autre... Il te donne le pouvoir de
l'imagination mais t'enlève la
possibilité d'en profiter" et rappelant
le n° de Drogues Info Service.

40 x 60 cm

Thème(s) : Addiction
Public(s) : Tout public



Problème d'alcool ?
Commençons par en parler.
Pour être aidé, pour
s'informer Alcool Info
Service

Affiche - INPES - 2015

Affiche de présentation d'Alcool Info
Service, site de prévention et d'aide à
distance du groupement d'intérêt
public Adalis (Addictions Drogues
Alcool Info Service). Coordonnées
téléphoniques (0 980 980 930) et
internet.

30 x 40 cm ou 60 x 40 cm

[Voir ce document](#)

Thème(s) : Alcool, Addiction
Public(s) : Tout public

🕒 29 juin 2020



Problème de cannabis ?

Affiche - INPES - 2015

Affiche de présentation d'Écoute
Cannabis (0 980 980 940) et de
Drogues Info Service, site de
prévention et d'aide à distance du
groupement d'intérêt public Adalis
(Addictions Drogues Alcool Info
Service).

30 x 40 cm ou 60 x 40 cm

[Voir ce document](#)

Thème(s) : Addiction
Public(s) : Tout public

🕒 29 juin 2020

DIF en LIGNE

Le catalogue des documents de diffusion des comités de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur

Rechercher un document

Type de document

Public

Thème

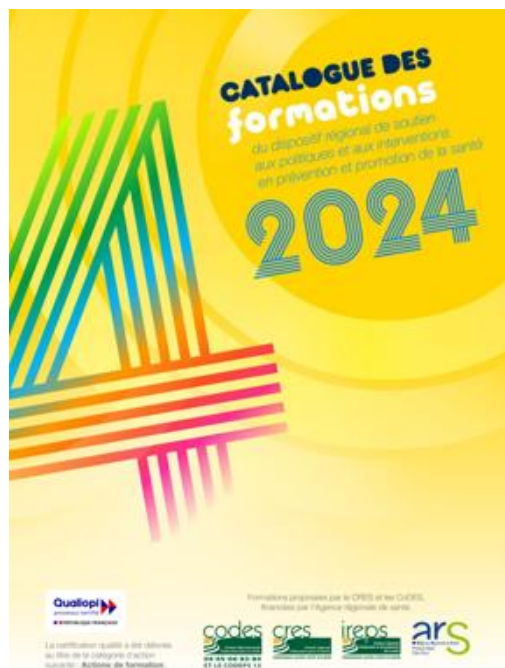
Éditeur

Date

Rechercher

CoDES 05 NOS ACTIVITES – NOS MISSIONS

8



FORMATION

Qualiopi
processus certifié

 **RÉPUBLIQUE FRANÇAISE**

La certification qualité a été délivrée
au titre de la catégorie d'action suivante :
ACTIONS DE FORMATION



CoDES 05 NOS ACTIVITES – NOS MISSIONS

9



ACTION

Projet
Conseil
Accompagnement
Méthodologie

Universités
Médico.social
Collectivités locales
Milieu pénitentiaire
Education nationale

Stress
Alimentation
Estime de soi
Santé mentale
Vie affective et sexuelle
Addictions
Activité physique
Environnement

COMMUNICATION...

Comité départemental d'éducation pour la santé **Hautes-Alpes**

PRÉSENTATION ACTIONS DOCUMENTATION FORMATION ACCOMPAGNEMENT ACTUALITÉS

Comité départemental d'éducation pour la santé des **Hautes-Alpes**

La promotion de la santé a pour but de donner aux individus davantage de maîtrise de leur propre santé et davantage de moyens de l'améliorer. Charte d'Ottawa, 1986

Emission "Public Santé"
Diffusée par RAM 05
Cette émission, diffusée par RAM 05, est réalisée en partenariat avec le CoDES 05. Elle traite de l'éducation et de la promotion de la santé, pour "donner aux individus davantage de maîtrise de leur propre santé et davantage de moyens de l'améliorer" (Charte d'Ottawa, 1986).

Formation

Documentation

Newsletter

Adhérer

CoDES 05
@codes05 - Organisation à but non lucratif

+ Ajouter un bouton

Accueil À propos Plus

Promouvoir Voir en tant que visiteur

Comment fonctionnent les publicités Facebook ?
Attribuez les boîtes personnelles à l'endroit où elles sont activées et engagées.

En savoir plus

Créer une publication

Photo/Vidéo Je suis le Humour/Actualité

Créer en direct Événement

Insights

29 derniers jours : 19 309 - 12 oct

Twitter

Accueil Explorer Notifications Messages Signets Listes Profil Plus

Rechercher

CoDES 05
@codes05

Association chargée de soutenir le développement de la promotion de la santé dans les Hauts-Alpes.

120 abonnés 110 abonnés

Twitter Tweets et réponses Médias Films

SantépubliqueFrance @SantepubliqueFrance

CoDES 05 - supports d'information grand public

Vous pourriez aimer

Excelia @ExceliaGroup

MISFautrejeu @MISFautrejeu

Emmanuelle Vendant @EmmanuelleV541

Tendances pour vous

1918 Tweets

#DessinsDifférence

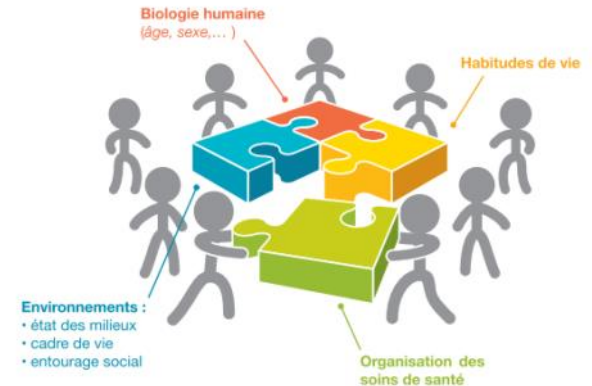
OBJECTIFS DE LA JOURNEE



- Favoriser la réflexion collective et les échanges d'expériences, en pluridisciplinarité, sur des thématiques de santé publique d'une part mais également sur la méthodologie, la mise en œuvre et l'évaluation de projets en éducation et promotion de la santé.
- Etre en capacité de choisir et d'utiliser le(s) outil(s) proposé(s) dans le cadre de leurs pratiques professionnelles ou dans la mise en place d'actions en éducation et promotion de la santé.

LE CONCEPT DE SANTÉ

LA SANTE



- Avant 1945

C'est l'absence de maladie

- 1946 – OMS (Préambule à la Constitution de l'Organisation Mondiale de la Santé)

« La santé est un état de complet bien être physique, mental et social, et ne consiste pas en l'absence de maladie ou d'infirmité »

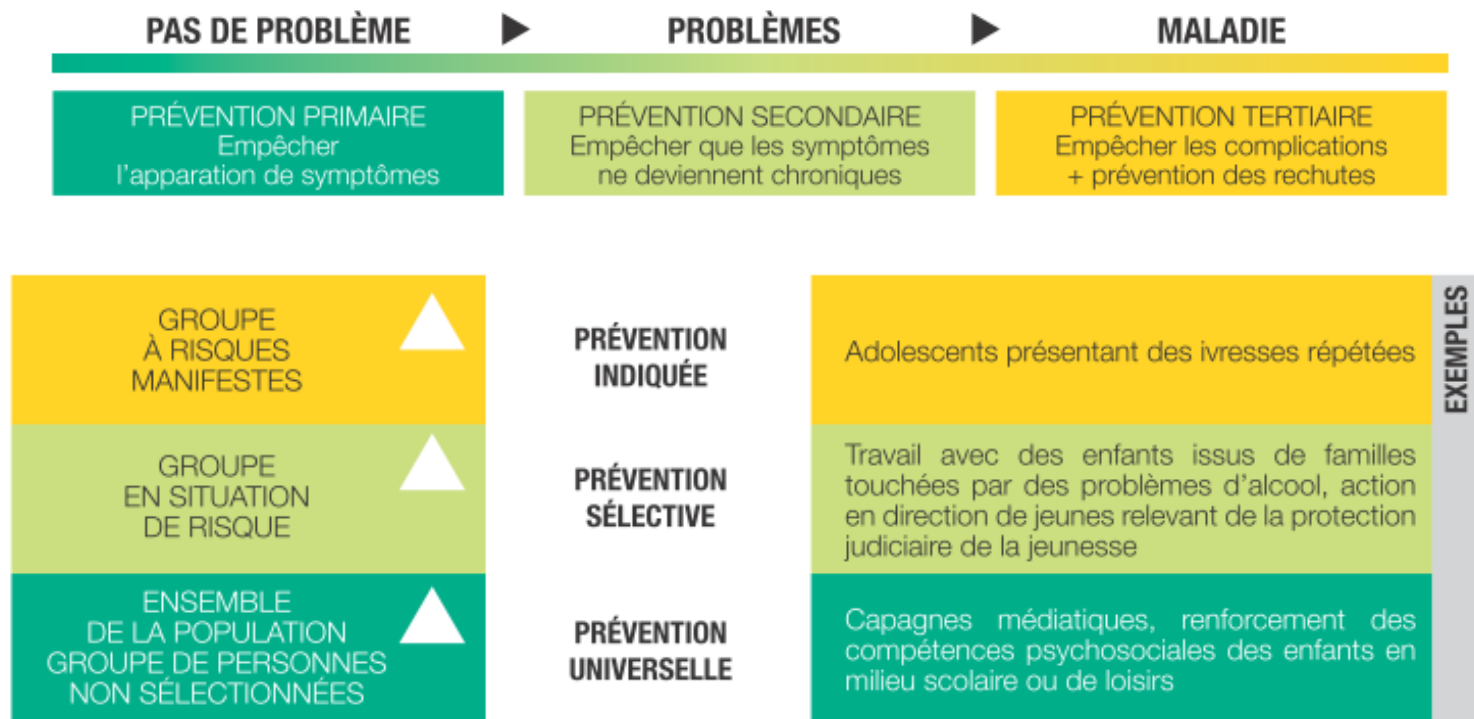
- 1986 – OMS (Charte Ottawa)

« La santé c'est la mesure dans laquelle un groupe ou un individu peut d'une part, réaliser ses ambitions et satisfaire ses besoins et, d'autre part, évoluer avec le milieu ou s'adapter à celui-ci »

« La santé est donc perçue comme une ressource de la vie quotidienne, et non comme le but de la vie, « le pouvoir d'identifier et de réaliser ses ambitions, satisfaire ses besoins, et évoluer avec son milieu ou s'y adapter » ; il s'agit d'un concept positif mettant en valeur les ressources sociales et individuelles, ainsi que les capacités physiques »

LE CONCEPT DE PRÉVENTION

Ensemble des actions qui tendent à promouvoir la santé individuelle et collective, elle a pour but de permettre à chaque individu d'entretenir et développer son capital santé



LE CONCEPT DE PROMOTION DE LA SANTÉ



« La Promotion de la Santé est le processus qui confère aux populations les moyens d'assurer un plus grand contrôle sur leur propre santé, et d'améliorer celle-ci »

Charte d'Ottawa, 1986

Processus apportant aux individus et aux communautés la capacité d'accroître leur contrôle sur les déterminants de la santé et donc d'améliorer leur santé

LE CONCEPT D'ÉDUCATION POUR LA SANTÉ

Pour agir sur l'ensemble des déterminants de la santé

Elaborer une politique publique saine

Créer des milieux favorables

Renforcer l'action communautaire

Acquérir des aptitudes individuelles

Réorienter les services de santé

QU'EST QUE L'ÉDUCATION À LA SANTÉ ?

Développement de « *compétences humaines et relationnelles utiles au développement de comportements favorables à la santé* »
(M.DEMARTEAU)

Les **actions** d'éducation pour la santé visent l'adaptation des attitudes et des comportements influençant la santé. Pour être efficaces, elles interviennent simultanément sur trois déterminants du comportement accessibles à l'éducation : le **savoir**, le **savoir-faire** et le **savoir-être**.



EDUCATION À LA SANTÉ : PRINCIPES CLÉS

Approche globale

Prendre en compte les dimensions physique, psychologique et sociale de la santé

Approche positive

Favoriser la mobilisation et le développement des compétences psychosociales et de l'estime de soi, la valorisation

Approche réflexive

Inciter à la réflexion

Approche participative

Favoriser la participation active en tenant compte des connaissances, attitudes, valeurs, pratiques et expériences des personnes

UNE STRATÉGIE CLÉ EN ÉDUCATION POUR LA SANTÉ



Définition OMS – 1993 :

« La capacité d'une personne à répondre avec efficacité aux exigences et aux épreuves de la vie quotidienne. C'est l'aptitude d'une personne à maintenir un état de bien-être mental, en adoptant un comportement approprié et positif à l'occasion des relations entretenues avec les autres, sa propre culture et son environnement. »

« Les compétences psychosociales ont un rôle important à jouer dans la promotion de la santé.../, en termes de bien-être physique, mental et social.../, quand les problèmes de santé sont liés à un comportement, et quand le comportement est lié à une incapacité à répondre efficacement au stress et aux pressions de la vie. »

« L'amélioration de la compétence psychosociale pourrait être un élément important dans la promotion de la santé et du bien-être, puisque les comportements sont de plus en plus impliqués dans l'origine des problèmes de santé. »

COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES - CPS...

UNE STRATÉGIE CLÉ EN ÉDUCATION POUR LA SANTÉ... ET PREVENTION DU HARCELEMENT

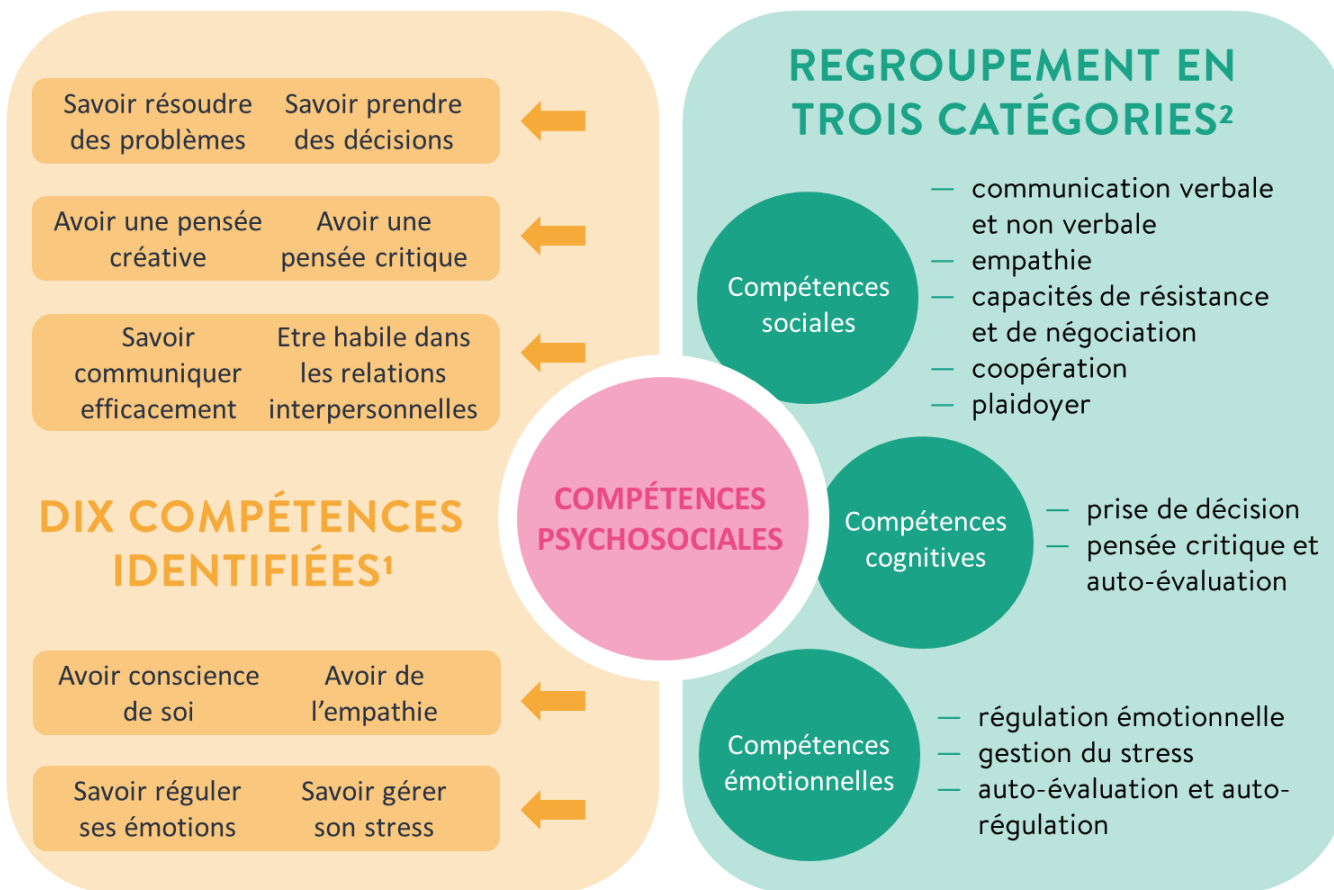
Définition actualisée Santé Publique France 2022 :

Les compétences psychosociales constituent un ensemble cohérent et interrelié de capacités psychologiques (cognitives, émotionnelles et sociales), impliquant des connaissances, des processus intrapsychiques et des comportements spécifiques, qui permettent d'augmenter l'autonomisation et le pouvoir d'agir (empowerment), de maintenir un état de bien-être psychique, de favoriser un fonctionnement individuel optimal et de développer des interactions constructives.

COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES - CPS...

UNE STRATÉGIE CLÉ EN ÉDUCATION POUR LA SANTÉ

Définition OMS – 2001 :



1. OMS, UNESCO. 1993

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

COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES - CPS...

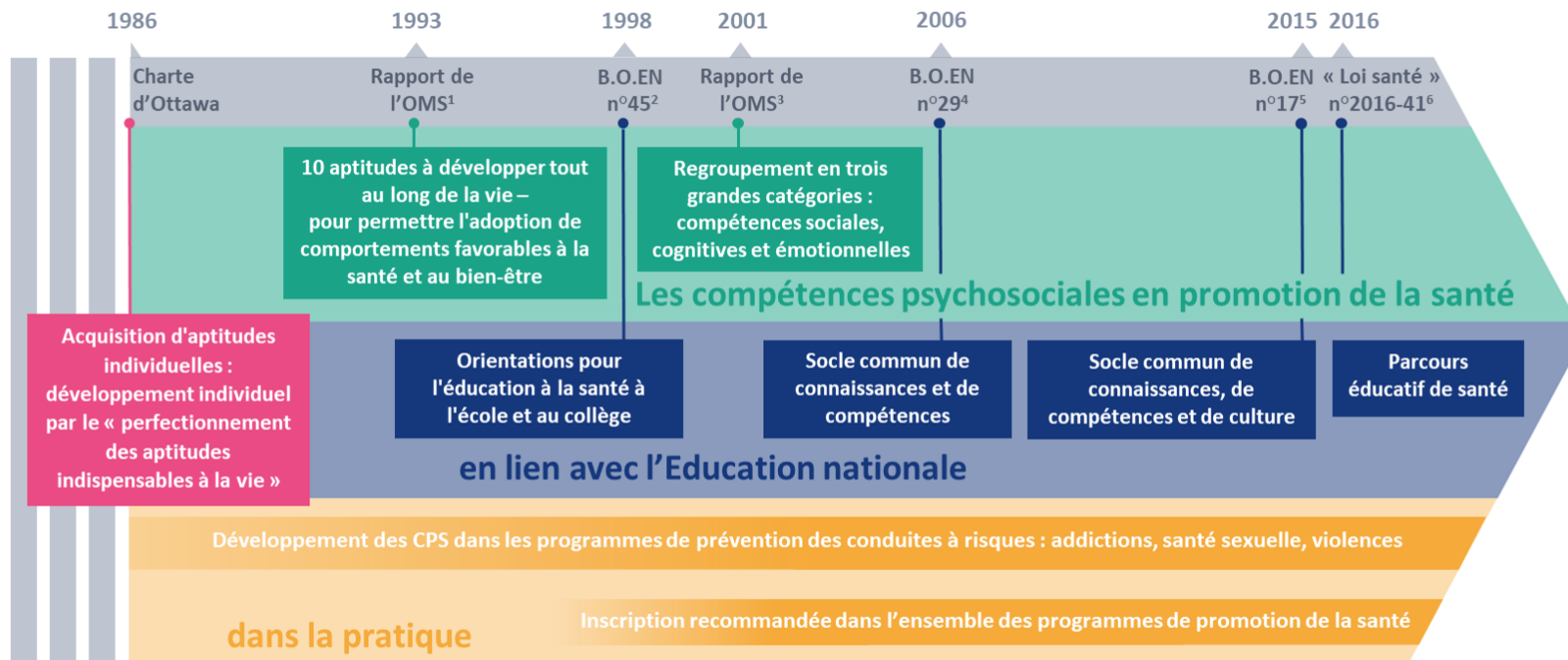
UNE STRATÉGIE CLÉ EN ÉDUCATION POUR LA SANTÉ

Catégories	CPS générales	CPS spécifiques
Compétences cognitives	Avoir conscience de soi	Connaissance de soi (forces et limites, buts, valeurs, discours interne...)
		Savoir penser de façon critique (biais, influences...)
		Capacité d'auto-évaluation positive
		Capacité d'attention à soi (ou pleine conscience)
	Capacité de maîtrise de soi	Capacité à gérer ses impulsions
		Capacité à atteindre ses buts (définition, planification...)
	Prendre des décisions constructives	Capacité à faire des choix responsables
		Capacité à résoudre des problèmes de façon créative
Compétences émotionnelles	Avoir conscience de ses émotions et de son stress	Comprendre les émotions et le stress
		Identifier ses émotions et son stress
	Réguler ses émotions	Exprimer ses émotions de façon positive
		Gérer ses émotions (notamment les émotions difficiles : colère, anxiété, tristesse...)
	Gérer son stress	Réguler son stress au quotidien
		Capacité à faire face (coping) en situation d'adversité
Compétences sociales	Communiquer de façon constructive	Capacité d'écoute empathique
		Communication efficace (valorisation, formulations claires...)
	Développer des relations constructives	Développer des liens sociaux (aller vers l'autre, entrer en relation, nouer des amitiés...)
		Développer des attitudes et comportements prosociaux (acceptation, collaboration, coopération, entraide...)
	Résoudre des difficultés	Savoir demander de l'aide
		Capacité d'assertivité et de refus
		Résoudre des conflits de façon constructive

COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES - CPS...

UNE STRATÉGIE CLÉ EN ÉDUCATION POUR LA SANTÉ

Les compétences psychosociales, théorie et pratique au cours du temps



1. OMS, 1993
2. Bulletin officiel de l'Education nationale n°45 du 3 décembre 1998
3. MANGRULKAR L., WHITMAN C.V. et POSNER M. 2001

4. Bulletin officiel de l'Education nationale n° 29 du 20 juillet 2006
5. Bulletin officiel de l'Education nationale n°17 du 23 avril 2015
6. Loi n° 2016-41 du 26 janvier 2016 de modernisation de notre système de santé

COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES & PROMOTION DE LA SANTÉ... QUELS LIENS ?

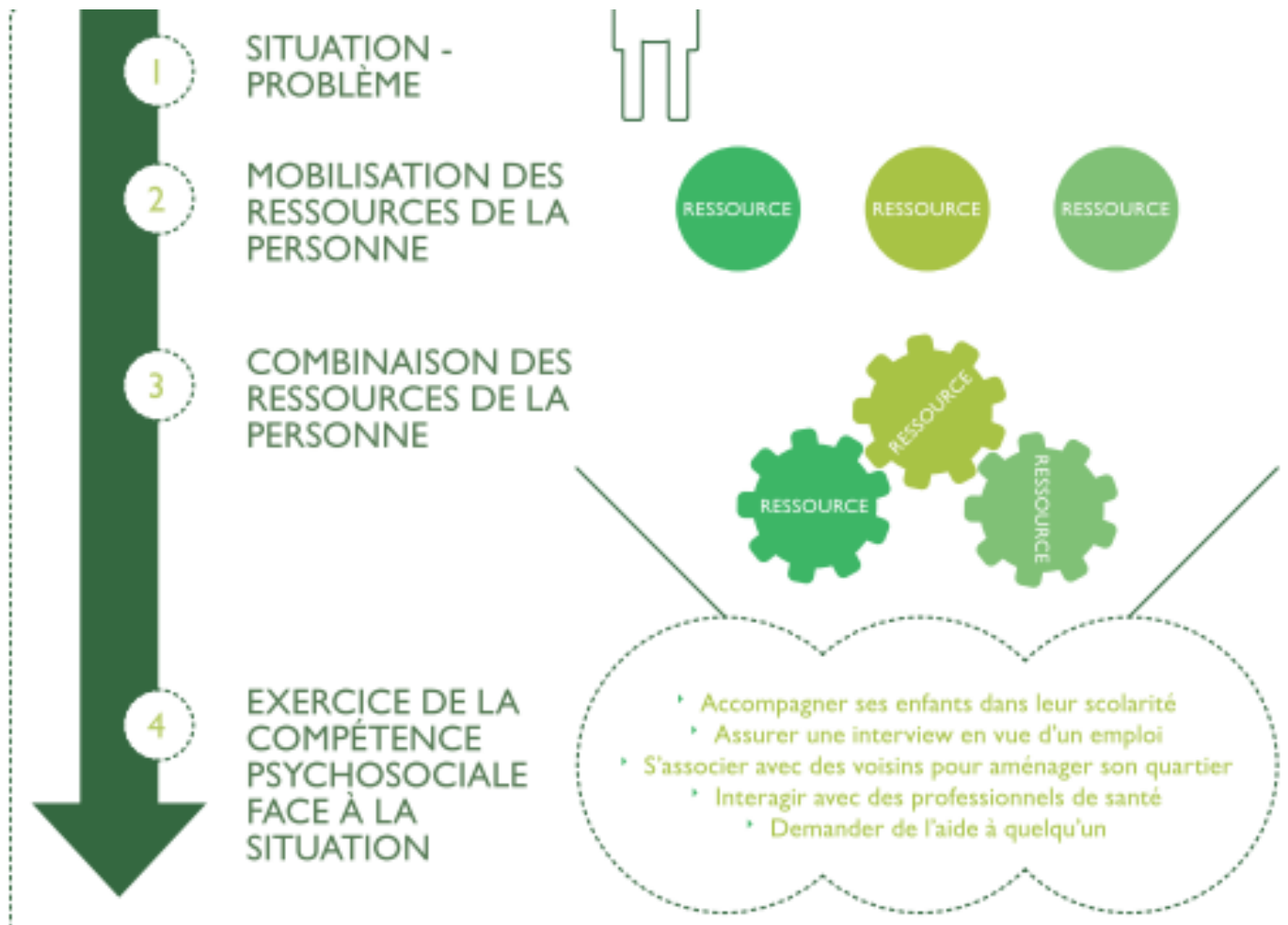
Une **courroie de transmission** entre :

- Les connaissances de l'individu, ses valeurs et ses attitudes,
- Et la mise en place de comportements adaptés.



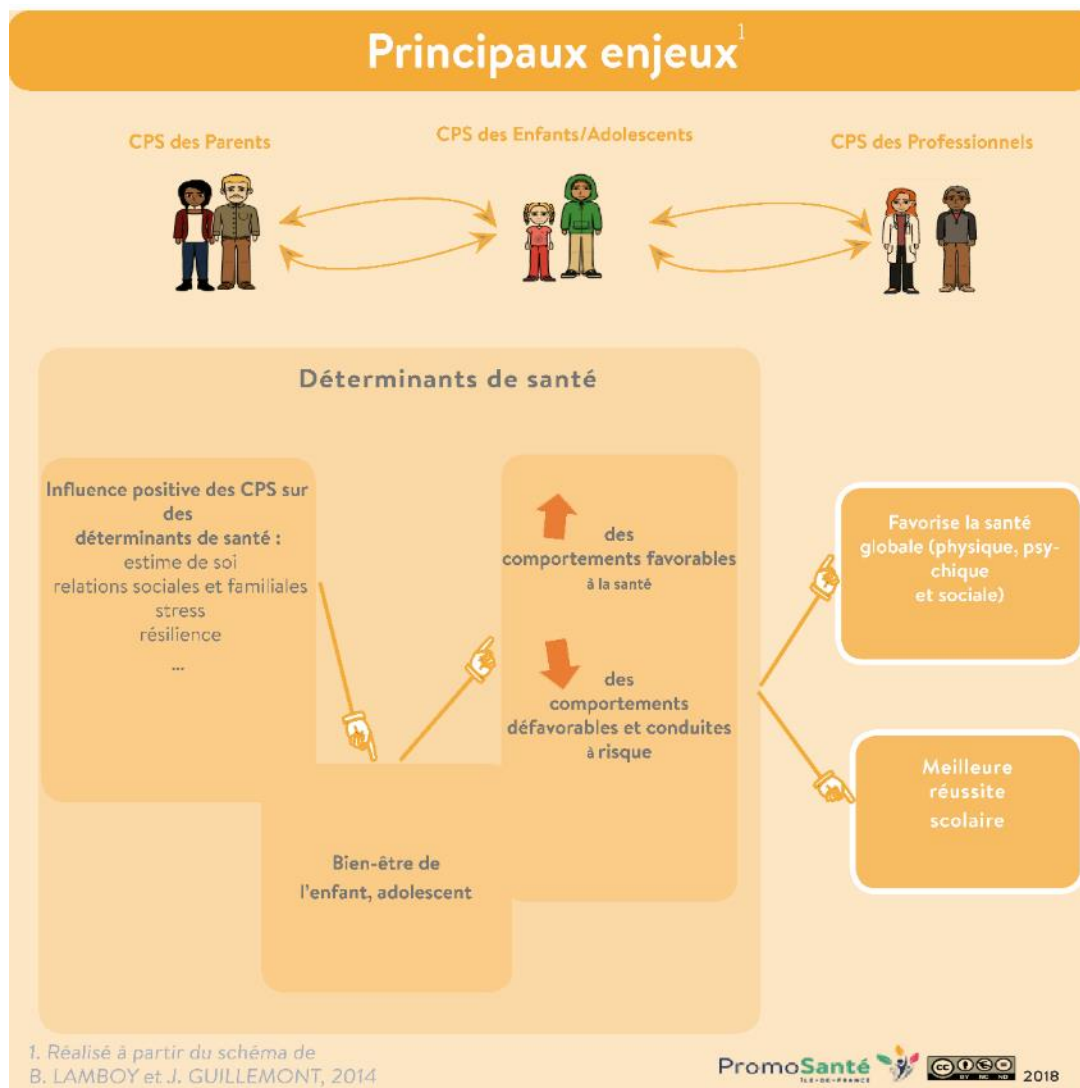
COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES & PROMOTION DE LA SANTÉ...

QUELS LIENS ?



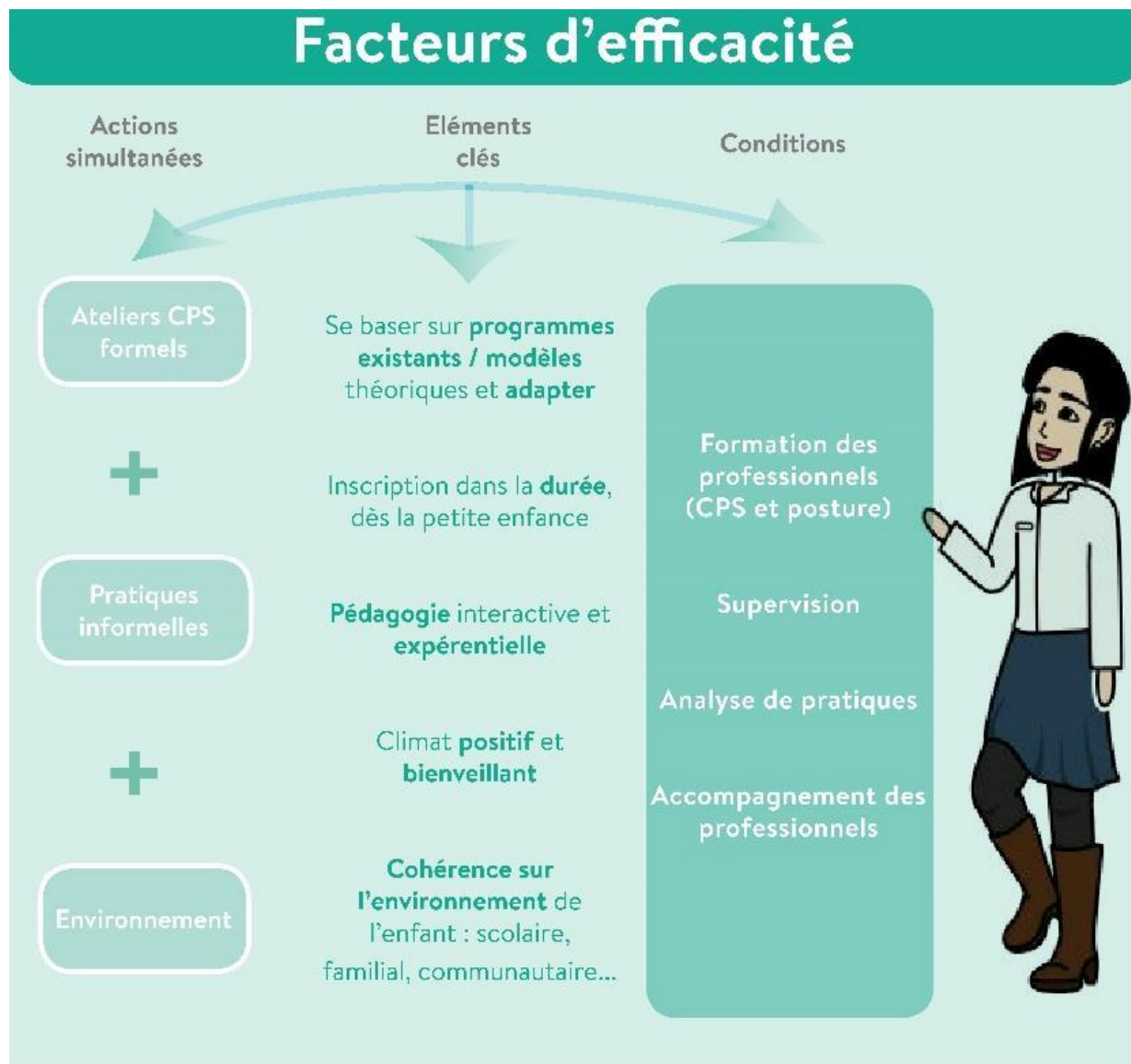
ENJEUX DES CPS

DES DÉTERMINANTS DE DÉTERMINANTS POUR UNE PRÉVENTION EFFICACE...

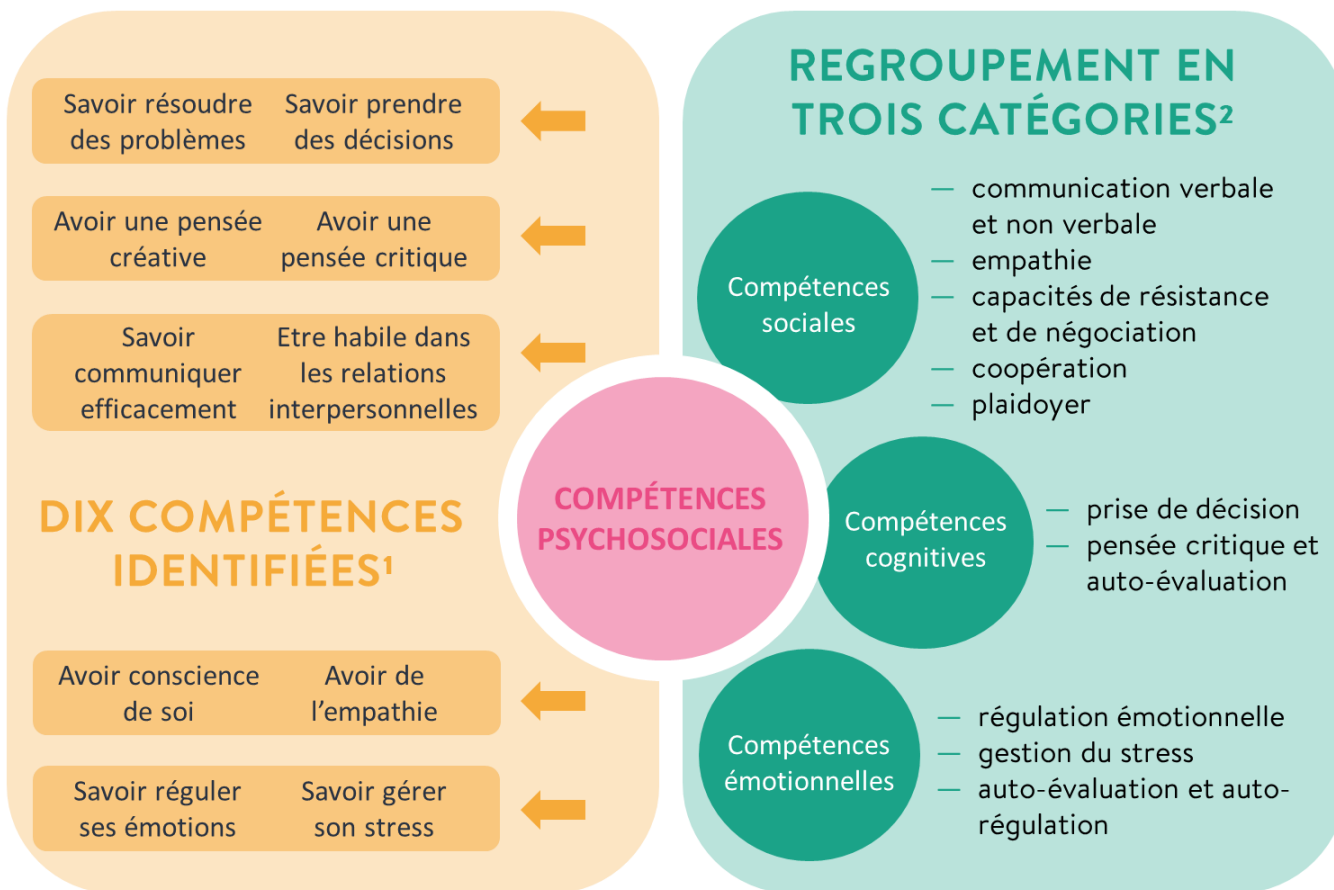


ENJEUX DES CPS

DES FACTEURS D'EFFICACITE...



LES 10 COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES...



1. OMS, UNESCO. 1993

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

RESSOURCES SOCIALES

Elles concernent la relation
avec les autres et notre
capacité à communiquer

- S'investir dans une collectivité
 - Écouter activement
- Prendre en compte l'avis d'autrui
 - Coopérer, négocier
 - Exprimer des difficultés,
des fragilités

RESSOURCES COGNITIVES

Elles ont trait aux connais-
sances et aux opérations
intellectuelles

- Argumenter sa pensée,
porter un regard critique
- Restituer des connaissances
- Synthétiser un texte, une discussion
 - Lire, écrire
- Pouvoir comparer des
informations émanant de
sources différentes

RESSOURCES AFFECTIVES

Elles touchent aux émo-
tions, à notre vécu, à notre
manière propre de perce-
voir les choses

- Gérer son stress ou sa colère
- Avoir conscience de ses émotions
 - Prendre du recul sur son propre ressenti
- Faire face à un traumatisme
 - Gérer son anxiété



Renforcer les CPS au quotidien par des attitudes éducatives...

Autour du sentiment de sécurité psychique

- Poser un cadre et des règles claires, concrètes, conséquentes
- Etre cohérent avec les règles posées, en être garant
- Etre constant dans leur application
- Etre empathique et soutenant
- Aider à la résolution de problèmes en particulier relationnels
- Informar ou accompagner vers des personnes ressources lors d'évènements particuliers

Autour du sentiment de réussite et de compétence

- Porter un regard positif
- Donner des signes de reconnaissance personnalisés, argumentés, appropriés
- Mobiliser et reconnaître les qualités et compétences notamment sociales
- Encourager à participer, rappeler les succès précédents, les bénéfices potentiels
- Nommer et apprécier les efforts
- Permettre d'expérimenter sans crainte
- Offrir des occasions de réussir
- Confier des responsabilités

Renforcer les CPS au quotidien par des attitudes éducatives...

Autour du sentiment d'appartenance, de la communication et des relations interpersonnelles

Encourager l'entraide, la coopération

Promouvoir des activités collectives

Valoriser la complémentarité des talents

Veiller aux situations de marginalisation par les pairs

Aider à gérer les conflits par la mise en pratique de stratégies de résolution de conflits

Encourager l'expression individuelle : des idées, des ressentis et émotions, des besoins

Autour des émotions et sentiments

Nommer les émotions vécues quand elles ne peuvent être exprimées

Accueillir les émotions et sentiments

Répondre aux besoins liés aux émotions

Autour de la résolution de problème, de la prise de décision, de la pensée créative et critique

Donner des occasions de choisir

Prendre appui sur des faits du quotidien pour débattre, permettre l'expression des arguments...

Recherche des solutions à un problème

Aider l'individu à se fixer des objectifs, des buts personnels stimulants

Faire référence aux valeurs mises en œuvre dans le projet éducatif de la structure

DES RESSOURCES...

PromoSanté **Les compétences psychosociales des enfants et adolescents**

Les compétences psychosociales (CPS) sont la « capacité d'une personne à maintenir un état de bien-être subjectif lui permettant de répondre de façon positive et efficace aux exigences et aux épreuves de la vie quotidienne. »
Lutis & Lombay, 2015

Un concept avec deux classifications pour agir

9 couples depuis 1993

- Savoir résoudre des problèmes
- Avoir une pensée créative
- Savoir communiquer efficacement
- Avoir conscience de soi
- Savoir réguler ses émotions
- Savoir prendre des décisions
- Avoir une pensée critique
- Être habile dans des relations interpersonnelles
- Avoir de l'empathie
- Savoir gérer son stress

3 catégories depuis 2022

- Compétences cognitives**
 - 1. Avoir conscience de soi
 - 2. Capacité de maîtrise de soi
 - 3. Prendre des décisions constructives
- Compétences émotionnelles**
 - 4. Avoir conscience de ses émotions et de son stress
 - 5. Réguler ses émotions
 - 6. Gérer son stress
- Compétences sociales**
 - 7. Communiquer de façon constructive
 - 8. Développer des relations constructives
 - 9. Résoudre des difficultés

Déterminants et bénéfices des CPS sur la santé des enfants et adolescents

Facteurs d'efficacité pour renforcer les CPS des enfants et adolescents

3 éléments indispensables à la mise en place d'une intervention CPS

- 1. Développement des CPS originales, innovantes et nouvelles
- 2. Méthodes pédagogiques interactives et participatives
- 3. Compétences fondées sur les données probantes en santé des populations cibles

7 facteurs d'efficacité principaux

- 1. Intervention structurée et fondée sur les données CPS
- 2. Mise en œuvre d'interventions CPS de qualité

6 facteurs complémentaires

- 1. Contexte fondé sur des connaissances scientifiques de santé
- 2. Méthodes qui s'inscrivent dans le temps
- 3. Adultes attentifs et capotants aux besoins des enfants
- 4. Pédagogie expérimentale et positive
- 5. Programme éducatif qui tient le développement des CPS
- 6. Environnement éducatif favorable (soutien institutionnel et accompagnement des familles)

ANNÉE UNIVERSITAIRE 2023-2024

GUIDE PRATIQUE SSES SERVICE SANITAIRE DES ÉTUDIANT.E.S EN SANTÉ

The poster features a group of diverse university students smiling and holding hands in a circle. Below them are eight circular icons representing various aspects of student health and well-being: a speech bubble, two hearts, a pill, a fork and knife, a laptop, a leaf, a moon, and a water drop.

LES 10 COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES...

« COMPÉTENCES
PSYCHOSOCIALES »



Unplugged : un programme de prévention des conduites addictives en milieu scolaire

- qui agit sur les influences sociales
- encourage le développement des compétences psychosociales
- facilite la gestion de groupe pour les enseignants !



Unplugged : un programme de prévention des conduites addictives en milieu scolaire



Unplugged, c'est quoi ?

Un programme de **prévention des conduites addictives**

- en milieu scolaire
- destiné aux adolescents de 12 à 14 ans
- abordant notamment la question de l'alcool, du tabac, du cannabis et des écrans

Les objectifs

- Favoriser la confiance en soi, l'expression de soi et le respect des autres,
- Décrypter les attitudes positives et négatives à l'égard des produits, les influences et attentes du groupe, les croyances sur les produits et leurs effets,
- Apporter un regard critique sur ces influences et ces croyances,
- Développer les habiletés de communication, d'affirmation, de conciliation.

Les compétences psychosociales

« Les compétences psychosociales sont toutes les aptitudes de vie qui permettent d'adopter un comportement approprié et positif à l'occasion des relations entretenues avec les autres, sa propre culture et son environnement »

OMS



Par exemple, **savoir prendre une décision ou avoir de l'empathie** sont des compétences psychosociales.



Les programmes de prévention les plus efficaces sont ceux - comme Unplugged - qui favorisent le développement de ces compétences !

Unplugged : un programme efficace, preuves à l'appui !

- Mis en oeuvre et évalué comme efficace, dans 8 pays d'Europe
- Mis en oeuvre en France et évalué en 2018 par Santé publique France :
 - **Effets bénéfiques sur les expérimentations** de tabac, de cannabis et les épisodes d'ivresse.
 - **Effets bénéfiques sur les croyances normatives**, les attitudes vis-à-vis des drogues, la résistance à la pression des pairs et plus globalement sur le développement des compétences psychosociales.

Quel déroulement du programme ?

- **12 séquences** d'1 heure conçues pour être données pendant les horaires scolaires réguliers
- **Dont 3 séquences** « conduites addictives »
(Ces séquences seront toujours menées par un intervenant spécialisé, en lien avec les enseignants)

Les séquences Unplugged sont menées en co-animation avec un enseignant et un professionnel de la prévention



Après la première année, les enseignants deviennent plus autonomes. Ils sont amenés à encadrer la plupart des séances seuls !



Ce programme est développé dans les Hautes-Alpes
par le **CODES 05**, si vous êtes intéressés,
merci de nous contacter au 04 92 53 58 72,
ou par mail codes05@codes05.org

Avec le soutien de
**FÉDÉRATION
ADDICTION**
Prévenir | Réduire les risques | Soigner



Financé par



CoDES 05 - Comité Départemental d'Education pour
la Santé des Hautes-Alpes
6 Impasse De Bonne, 05 000 Gap - Tél. 04 92 53 58 72
www.codes05.org - codes05@codes05.org



LES CRITÈRES DE QUALITÉ DES OUTILS D'INTERVENTION EN ÉDUCATION POUR LA SANTÉ

Qualité du contenu

Qualité pédagogique

Qualité du support

Qualité de la conception

Appréciation d'ensemble

III RÉFÉRENTIELS III

Référentiel de bonnes pratiques

**Outils d'intervention en
éducation pour la santé :
critères de qualité**

FABIENNE LEMONNIER
JULIE BOTTÉRO
DR ISABELLE VINCENT
CHRISTINE FERRON



PHOTO-EXPRESSION

ESTIME DE SOI



Objectifs pédagogiques :

Permettre l'expression émotionnelle, faciliter la connaissance de soi, l'expression personnelle et l'écoute des autres

Ateliers collectifs, séances individuelles, en couple ou en famille

40 photographies en noir et blanc

ROBBY ONE



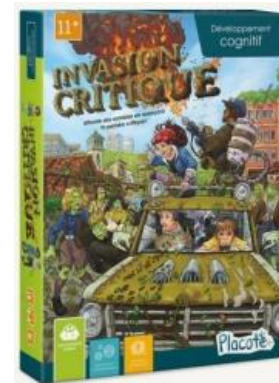
Objectifs pédagogiques :

Favoriser le lien entre les participants et de développer des habiletés sociales

Chaque participant joue le rôle d'un robot et doit fabriquer un autre robot. Pour cela, il doit être piloté par son voisin et piloter celui de l'autre côté, le tout sans parole

Plusieurs modes de jeux sont possibles : coopératif, compétitif ou en équipe, jusqu'à 12 joueurs

INVASION CRITIQUE



Objectifs pédagogiques :

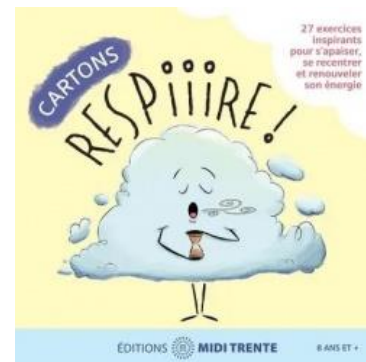
Développer l'habileté à penser de façon critique

Questions de réflexion et mises en situation du quotidien

Combattre des zombies et de s'enfuir de la ville avant qu'elle soit envahie

Jeu de plateau avec cartes question

CARTONS RESPIIIRE !



Objectifs pédagogiques :

Permettre une meilleure gestion du stress et l'anxiété

27 exercices de respiration inspirés des techniques de cohérence cardiaque, du yoga et de la méditation en pleine conscience

Comité départemental d'éducation pour la Santé des Hautes-Alpes

Merci de votre attention

Rejoignez-nous !



6, Impasse De Bonne
05000 GAP

Tél. 04 92 53 58 72

Courriel codes05@codes05.org

www.codes05.org

