



Les  
Semeurs  
de  
Santé

# Guide pratique



à destination de toute personne souhaitant développer une  
dynamique collective de promotion de la santé sur sa commune



# Sommaire

page

## **3 Présentation**

## **4 Méthodologie**

- 4 L'accompagnement des facilitatrices**
- 6 Les formations à la coopération**
- 7 Le panel d'actions**
- 8 L'évaluation**

## **9 Boîte à outils**

- 10 La charte d'engagement**
- 11 La fiche de poste de facilitatrice**
- 12 Les outils d'animation**
- 16 Les enquêtes**
- 24 L'atelier "Confiance en soi et prise de décisions"**
- 28 Le flyer de présentation des Semeurs**
- 30 Synthèse du rapport d'évaluation**

## **40 Bibliographie**

### **Note rédactionnelle**

*Notre équipe étant composée uniquement de femmes, nous avons choisi d'appliquer la règle de l'accord de majorité et d'utiliser le mot "facilitatrice" pour évoquer toute personne en charge de la facilitation et de la coordination des Semeurs de Santé, femme ou homme.*





# Présentation

Les “*Semeurs de Santé*” est un projet qui a été retenu par le ministère de la Santé et l'Agence Régionale de Santé (ARS) Bretagne dans le cadre d'un appel à projet national relatif à l'accompagnement à l'autonomie en santé de 2016.

**L'ambition était de proposer de nouvelles manières de réduire les inégalités sociales et territoriales de santé à travers une approche collective.**

Portée par un collectif constitué d'habitants, de professionnels, d'associations et d'acteurs publics, le projet a été déployé pendant cinq ans sur des **communes considérées comme plus fragiles** que les autres en raison de leur isolement géographique et de l'état de santé de leur population.

Il convient de rappeler que l'état de santé des individus repose à 80 % sur des paramètres externes (le logement, l'alimentation, les relations sociales etc.). Ce sont ces paramètres qui déterminent en grande partie notre état de santé.

Les habitants doivent pouvoir connaître ces paramètres, appelés “déterminants de santé”, et s'en saisir, aussi bien individuellement que collectivement. C'est ce qui caractérise les dispositifs de “**promotion de la santé**”. La dimension collective est d'autant plus importante que de nombreux déterminants reposent sur le vivre-ensemble.

**L'objectif des *Semeurs de Santé* était donc de développer des dynamiques collectives en promotion de la santé au sein de territoires considérés comme vulnérables.**

Plusieurs étapes ont été identifiées pour atteindre cet objectif : permettre aux habitants de mieux se connaître, susciter entre eux un sentiment d'appartenance pour se structurer en collectif, leur donner les moyens de se réapproprier les savoirs en matière de santé, et, enfin, mobiliser ce collectif pour porter une action collective.

Afin de faciliter le déploiement de ces différentes étapes, nous avons développé une **méthodologie** basée sur quatre composantes : un accompagnement humain, des formations à la coopération, un panel d'actions et une évaluation.

Le présent Guide pratique a pour objectif de partager notre méthodologie, qui est le socle de notre démarche. Il présente les compétences requises à un accompagnement réussi et les outils d'animations utilisés. Toutes **les formations et les actions** proposées dans le cadre de cette méthodologie sont co-construites avec les habitants et adaptées aux besoins du territoire. Elles ont lieu sur la commune, sont gratuites et ouvertes à tous.

Enfin, un extrait du plaidoyer et la synthèse du rapport d'évaluation sont également joints au Guide pratique.

En espérant que ces éléments vous soient utiles pour créer votre propre dynamique locale, nous vous souhaitons une très bonne lecture.

**L'équipe des *Semeurs de Santé***



# Méthodologie

Cette partie présente la méthodologie des *Semeurs de Santé*. Quatre composantes permettent d'impulser une dynamique collective en santé : l'accompagnement proposé par les facilitatrices, les formations à la coopération, le panel d'actions et l'évaluation.

## 1. L'accompagnement des facilitatrices

### 1.1. De quoi parle-t-on ?

L'accompagnement proposé par les facilitatrices vise à mettre en mouvement puis, à soutenir **une dynamique collective en santé**.

L'accompagnement proposé s'adresse aux habitants, associations, élus et professionnels d'une même commune. Les facilitatrices vont tout d'abord appuyer **la mobilisation de tous ces acteurs** puis, les soutenir dans la structuration d'**un collectif au niveau local**. Le collectif est ensuite piloté par ses membres.

Les facilitatrices accompagnent ces derniers dans **l'appropriation des sujets de santé** et les encouragent à se saisir des déterminants de santé.

Les temps communs, animés par les facilitatrices, ont pour objectif **la co-construction d'une action collective** au niveau local et sa mise en œuvre.



## 1.2. Quelles sont les 10 étapes de l'accompagnement ?

**Pour mobiliser les acteurs et créer un collectif**

**1** Présenter *Les Semeurs de Santé* aux élus locaux et obtenir un soutien politique

**2** Aller-vers les habitants, associations, professionnels et acteurs institutionnels de façon individuelle. Leur présenter l'initiative et les inviter à constituer un collectif

**3** Cibler en particulier les leaders communautaires<sup>1</sup>

**4** Organiser, planifier et animer les temps collectifs

**5** Favoriser l'interconnaissance entre les différents acteurs de la commune et susciter entre eux un sentiment d'appartenance

**Pour s'approprier les sujets de santé**

**6** Transmettre une méthodologie coopérative : formation à la coopération, réflexion collective et ingénierie de projet

**7** Élaborer avec les membres du collectif un diagnostic partagé des ressources et des besoins à l'échelle de la commune

**8** Sensibiliser aux paramètres qui déterminent notre état de santé (logement, accès à la culture etc.), souligner le rôle du bien-vivre ensemble et développer une approche positive, collective et mobilisatrice de la santé

**Pour co-construire une action collective**

**9** Accompagner l'identification d'un objectif commun et l'élaboration d'une action collective

**10** Mettre en œuvre un plan opérationnel pour organiser, planifier et réaliser l'action collective (lieu, date, communication, financement, personnes organisatrices...)

<sup>1</sup>Acteurs du territoire engagés pour la communauté et reconnus par leurs pairs



### **1.3. Comment fait-on ?**

**L'accompagnement se fait sur le long terme.** La temporalité est un point clé de l'accompagnement. La régularité des interventions et un appui sur plusieurs années sont nécessaires pour initier un changement durable.

Notre expérience auprès de trois communes différentes nous montre que **trois ans d'accompagnement** sont nécessaires entre le début du projet et la mise en œuvre d'une action collective au niveau local.

Nous recommandons de consacrer, *a minima*, un **0,3 équivalent temps plein (etp) par commune** pour pouvoir dérouler toutes les étapes de l'accompagnement. La rencontre et la mobilisation des acteurs étant une phase importante et particulièrement dense, un 0.4 etp permet de faciliter le déploiement du projet la première année.

À mesure que les collectifs développent leurs compétences et gagnent en autonomie, le temps d'accompagnement des facilitatrices peut être réduit à 0.2 etp. Elles exercent ensuite un suivi de l'activité des collectifs afin de s'assurer de la pérennité de la dynamique et conforter les changements opérés.

### **1.4. Quels sont les fondamentaux de la posture d'accompagnement ?**

La fiche de poste de facilitatrice (page 11) présente les fondamentaux de la posture d'accompagnement, ce "savoir être-avec" qui permet de fédérer un collectif et soutenir la co-construction d'actions collectives.

## **2. Les formations à la coopération**

### **2.1. Pourquoi faire ?**

Pensées et animées par **l'Escargot Migrateur**, les formations à la coopération s'inspirent des pédagogies de Paulo Freire, Augusto Boal et Saul Alinsky, qui s'appuient sur des principes de solidarité et d'intelligence collective.

Véritable outil de mobilisation sur des projets communs, ces formations fournissent des apports méthodologiques qui concourent à la prise de conscience du pouvoir collectif d'agir, à l'apprentissage d'une réflexion collective et à la mise en œuvre de projets de transformation sociale.

Ces formations contribuent également à la montée en compétences et à l'émancipation des individus. Formés à l'utilisation d'outils participatifs, ils sont ensuite capables de les réutiliser et d'intervenir en complémentarité avec les facilitatrices.

Les formations sont ouvertes aux membres des collectifs et aux acteurs du territoire souhaitant s'investir dans une dynamique collaborative. Elles sont proposées une fois par an sur chaque commune et sont gratuites pour les participants. Elles poursuivent plusieurs objectifs:

- 🕒 **Identifier les mécanismes et les freins de la coopération**
- 🕒 **Appréhender les enjeux de la mobilisation collective**
- 🕒 **Alimenter les dynamiques participatives**
- 🕒 **Construire et partager de l'analyse politique**
- 🕒 **Accompagner une action de transformation sociale**



## 2.1. Comment fait-on ?

Les facilitatrices peuvent faire appel à l'Escargot Migrateur ou à toute autre association d'éducation populaire, basée sur les mêmes fondements pédagogiques, et qui s'inscrit en adéquation avec les valeurs des *Semeurs de Santé*. Ensemble, ils élaborent un programme de stage sur trois jours, qui peut être complété de temps complémentaires si le collectif l'estime nécessaire.

*NB : Pour plus d'informations, vous pouvez consulter le site de l'association L'Escargot Migrateur : <https://www.escargotmigrateur.org>*

## 3. Le panel d'actions

Il faut un certain temps pour que les habitants d'une même commune apprennent à se connaître et à se faire confiance, pour qu'ils découvrent l'étendue de leurs savoirs en matière de santé, se structurent en collectif et soient capables *in fine* de porter une action collective.

C'est pourquoi les Semeurs proposent un panel d'actions à mettre en place dès le départ. Les différentes actions proposées permettent d'accompagner la mobilisation des habitants, de recueillir leurs représentations et leurs besoins en matière de santé et les aident à s'appropriier les sujets de santé.

Les collectifs locaux sont **libres** de s'en saisir selon leurs besoins. Les actions sont toujours mises en œuvre **gratuitement** à l'échelle de la commune.

Pour garantir le respect des valeurs du projet, nous conseillons de partager la Charte d'engagement *Les Semeurs de Santé* (page 10) avec toutes les personnes qui co-réaliseront ces actions.

### 3.1. L'enquête

L'enquête a pour objectif de recueillir la parole des habitants sur leurs besoins.

Elle permet d'amorcer une première mobilisation du collectif et invite à la prise de conscience sur les sujets de santé. Une fois réalisée, elle permet de disposer d'un diagnostic de territoire affiné.

#### Comment réaliser cette action ?

**Il existe deux types d'enquêtes.**

- Le premier prend la forme d'un questionnaire qui peut être distribué dans la rue, dans les boîtes aux lettres, mis à disposition dans des lieux d'accueil du public ou encore envoyé par courriel. Il permet de recueillir un grand nombre de réponses. Vous en trouverez un exemple page 17.
- Le second consiste en un entretien, qui est plus engageant mais aussi plus mobilisateur. Les membres du collectif s'approprient la trame de questions et la fiche d'information sur la santé et ses déterminantes et sont invités à aller échanger avec les autres habitants de la commune. Vous trouverez un modèle d'entretien page 20 et la fiche d'information sur la santé et ses déterminants page 22.

### 3.2. L'atelier "Confiance en soi et prise de décisions"

L'atelier "Confiance en soi et prise de décisions" a pour objectif de permettre à chacun des participants d'identifier les ressources personnelles dont il dispose, de **développer sa capacité à s'affirmer et à prendre une décision**.

L'atelier, qui dure deux heures, soutient le développement des compétences psychosociales et met à disposition des stratégies concrètes à réutiliser.



#### Comment réaliser cette action ?

- La facilitatrice peut se référer au déroulé d'atelier en page 24. Elle peut aussi contacter la plateforme d'Éducation Thérapeutique de son territoire pour identifier un animateur formé en éducation thérapeutique du patient ou en entretien motivationnel.

### 3.3. Le théâtre-forum

Le théâtre-forum a pour objectif d'inviter le public à réfléchir à certaines thématiques et à proposer des solutions en prenant part à la représentation. Le choix des thématiques abordées lors de la représentation théâtrale peut être directement inspiré des résultats de l'enquête (cf. ci-dessus).

Le théâtre-forum permet donc **une réflexion et une mobilisation collectives** sur des problématiques de santé. Un débat a lieu et des solutions collectives apparaissent.

#### Comment réaliser cette action ?

- La facilitatrice peut faire appel à une compagnie de théâtre locale qui maîtrise les techniques du théâtre-forum. Cette compagnie s'engage à solliciter les acteurs locaux pour co-construire des saynètes représentatives des problématiques de terrain.

### 3.4. La réunion "Droits et accès à la santé"

Élaborée et animée par France Assos Santé Bretagne, la réunion "Droits et accès à la santé" propose un temps d'échange de deux heures sur les droits des usagers et aborde différentes thématiques : le droit à l'information, la personne de confiance, les directives anticipées et les représentants des usagers.

Elle a pour objectif de **faire connaître et permettre l'exercice des droits** en santé des usagers.

#### Comment réaliser cette action ?

- La facilitatrice peut contacter France Assos Santé<sup>2</sup> dans sa région pour identifier les représentants locaux en mesure d'animer la réunion sur la commune.

## 4. L'évaluation

L'évaluation permet d'identifier les effets produits par le projet et de comprendre son fonctionnement. Elle permet d'adapter le plus finement possible le déploiement des *Semeurs de Santé* aux besoins des territoires et de valoriser les actions collectives. Dans cette perspective, nous recommandons de créer des espaces collectifs de réflexion et de planifier des temps d'évaluation tout au long du projet.

#### Comment réaliser cette action ?

- L'Institut Renaudot propose un guide pratique **Guide pratique d'auto-évaluation des effets de votre démarche communautaire en santé** disponible sur :  
<https://www.institut-renaudot.fr/download/Guide-pratique-d%E2%80%99auto-evaluation.pdf>
- L'Instance Régionale d'Éducation et de Promotion de la Santé et l'Observatoire Régional de la Santé Auvergne-Rhône-Alpes proposent un guide d'évaluation commun disponible sur :  
<https://evaluation7etapes.fr>

<sup>2</sup> Les contacts des antennes régionales sont disponibles ici :  
<https://www.france-assos-sante.org/reseau/unions-regionales-des-associations-agrees/>

# La boîte à outils les Semeurs de Santé

page

- 10 La charte d'engagement**
- 11 La fiche de poste de facilitatrice**
- 12 Les outils d'animation de réunion**
  - 14 Déroulé de réunion
  - 15 Fiche action
- 16 Les enquêtes**
  - 17 Questionnaire
  - 20 Déroulé de l'entretien
  - 22 Fiche d'informations sur la santé et ses déterminants
- 24 L'atelier "Confiance en soi et prise de décisions"**
  - 26 Liste des qualités
  - 27 Fiche d'évaluation
- 28 Le flyer de présentation des Semeurs**
- 30 Synthèse du rapport d'évaluation**





# La Charte d'engagement

**La réussite des “Semeurs de Santé” tient à la création d’un climat de confiance entre tous les acteurs et d’un environnement favorable à l’exercice du droit de parole. Le relationnel, la dimension humaine et les valeurs occupent une place essentielle. La Charte d'engagement s'inscrit en complémentarité de la fiche de poste de facilitatrice.**

**Les facilitatrices et les membres des collectifs locaux s'engagent à la respecter et à la faire vivre. Ils s'engagent notamment à incarner et faire respecter les cinq piliers suivants :**

## **1. Écoute et respect des besoins des personnes**

Les facilitatrices sont garantes du cadre et de sa neutralité. Elles sont dans une posture de médiation relationnelle, de facilitation et de disponibilité. Elles veillent à ce que les membres des collectifs locaux soient également, à terme, garants de ce cadre.

## **2. Participation citoyenne et pouvoir d'agir**

Les facilitatrices n'agissent pas “à la place de” mais “avec”. Elles redonnent aux individus une place d'acteur à part entière en valorisant ce qui existe déjà chez eux. Confortés dans leurs compétences et leur légitimité en matière de santé, les habitants sont prêts à s'engager et à porter une action collective. Ils sont accompagnés dans cette dynamique par les facilitatrices.

## **3. Égalité, dignité et justice**

Chaque habitant doit pouvoir être en mesure d'accéder à une offre de santé et de formation sans discrimination liée à son niveau de revenu, son genre ou son lieu de vie. Agir sur les inégalités sociales et territoriales de santé consiste donc à porter une attention particulière aux besoins de ceux qui sont vulnérables.

## **4. Partenariat, solidarité et joie**

La création de partenariats associant des représentants de la société civile et d'autres acteurs est l'une des clés de la réussite des *Semeurs de Santé*. Travailler dans le respect de chacun permet de tisser des liens durables et sincères entre individus. La convivialité et la joie deviennent alors de puissants facteurs de mobilisation et de réussite.

## **5. Accompagnement de proximité et de longue durée**

Le temps long permet de renforcer la relation de confiance entre tous les acteurs du projet et laisse le temps aux individus de se développer en tant que collectif, de faire émerger une dynamique et de se positionner sur des projets pérennes. La présence des facilitatrices sur le terrain et la mise en place d'actions au sein même des communes est également l'une des clés de réussite du projet.

# La fiche de poste de facilitateur-trice

Écoute et respect des besoins des personnes

Participation citoyenne et pouvoir d'agir



Les Semeurs de Santé

Égalité, dignité et justice

Partenariat, solidarité et joie

Accompagnement de proximité et de longue durée

## 1. Implication

Le-la facilitateur-trice a pour objectif de développer des dynamiques collectives en promotion de la santé au sein de territoires considérés comme "vulnérables". Elle accompagne la création d'un collectif au niveau local et soutient la co-construction et la mise en œuvre d'une action collective. Elle concourt à renforcer la capacité collective d'agir. Le-la facilitateur-trice permet aux habitants de mieux se connaître, suscite entre eux un sentiment d'appartenance, leur donne les moyens de se réapproprier les savoirs en matière de santé, et enfin, mobilise ce collectif pour porter une action collective.

## 2. Missions générales

- Déploiement opérationnel des *Semeurs de Santé*
- Création et animation d'un collectif local
- Accompagnement de la montée en compétences des acteurs locaux et des membres du collectif (si celui-ci est constitué) : coopération, ingénierie de projet, constitution d'un budget, animation etc.
- Organisation et animation de formations et d'ateliers
- Supervision de l'avancement du projet et de l'évaluation
- Gestion administrative et budgétaire

## 3. Posture d'accompagnement

- Soutenir l'accessibilité géographique et relationnelle : agir au sein de la commune, aller-vers, développer une relation de proximité avec les acteurs locaux
- Créer un climat de confiance, promouvoir la convivialité et développer l'interconnaissance
- Valoriser les compétences et ressources des individus et des territoires accompagnés pour renforcer la légitimité du collectif
- Incarner un leadership participatif : favoriser l'expression des membres du collectif local, garantir un cadre sécurisant favorable à l'exercice du droit de parole et encourager l'intelligence collective
- Encourager l'expérimentation, soutenir la liberté d'action et accompagner les acteurs locaux dans l'exercice de leur citoyenneté en santé

## 4. Compétences et qualités requises

- Connaissances du tissu sanitaire, social et médico-social et de son organisation
- Connaissances en démocratie en santé, littératie en santé, compétences psychosociales et en promotion de la santé
- Maîtrise des outils d'animation participatifs
- Expérience souhaitée en gestion de projet en promotion de la santé
- Sensibilité au processus d'évaluation
- Aptitude à la communication écrite et orale
- Maîtrise de l'outil informatique
- Disponibilité
- Sens de l'organisation
- Autonomie, prise d'initiative et dynamisme
- Appétence pour le travail en équipe

# Les outils d'animation de réunion



**Pour accompagner les échanges et animer les rencontres des collectifs locaux (réunions ou ateliers), nous utilisons des outils d'animations participatives qui permettent d'inclure, et de faire participer, l'ensemble des membres. Ces outils sont issus des formations de l'Escargot Migrateur et des méthodes de l'éducation thérapeutique. Ils sont à destination des facilitatrices et des membres du collectif.**

**Ainsi, pour chaque rencontre, il s'agit d'interroger les objectifs de la rencontre et de choisir les outils d'animation en tenant compte de la taille du groupe, de son profil et de son vécu, de l'espace dans lequel a lieu la rencontre, du temps imparti etc.**

## **1. Quelles sont les règles de base d'une animation de réunion réussie ?**

- **Construire un déroulé pour tout atelier ou réunion** (page 14). Une rencontre est composée de plusieurs temps : la présentation du cadre (temps/objectifs), un temps d'interconnaissance, puis des séquences pour aborder les différents thèmes et enfin un relevé de décisions.
- **Déterminer un objectif précis et trois messages clés maximum** En effet, il est difficile de définir à la fois une vision commune, des actions à mettre œuvre et de construire les étapes au cours d'une même réunion ou d'un même atelier. Les Semeurs se pensent par étape, et les objectifs du collectif doivent être clarifiés régulièrement.
- **Penser son dispositif d'animation** Il est nécessaire de sécuriser les participants sur la méthode utilisée et de répartir les temps de parole de façon équitable.
- **Réfléchir aux outils d'animation** La facilitatrice doit avoir des outils interactifs et participatifs pour maintenir la mobilisation du collectif. Les membres du collectif peuvent aussi, à cette occasion, découvrir des méthodes d'animations qu'ils peuvent réinvestir dans d'autres cadres. Un collectif est fort, et reste ensemble, s'il apprend.
- **Cultiver la convivialité et célébrer les victoires** Quand on apprend et qu'on s'amuse, on reste ! Afin que les participants ne se lassent pas, il est conseillé de diversifier les outils d'animation. Il est également important de célébrer les réussites (quelles soient petites ou grandes).

## **2. Comment bien choisir ses outils ?**

### **2.1. "Plus un groupe se connaît, plus il est fort" : les outils pour l'interconnaissance**

#### **Pourquoi faire ?**

Les temps d'interconnaissances sont essentiels car ils permettent aux membres de se connaître. Cela permet d'instaurer un climat de confiance, de favoriser l'écoute de chacun et de renforcer la cohésion du groupe. Nous recommandons de prévoir un temps d'interconnaissance à chaque rencontre du collectif.

### **Comment faire ?**

Pour les premières réunions, nous recommandons d'utiliser des outils qui permettent d'identifier qui sont les membres du collectif et ce qui les pousse agir.

Si les membres du collectif se connaissent déjà, nous recommandons d'utiliser des outils qui renforcent la cohésion du collectif et mettent en valeur les compétences du groupe. Il est également possible d'utiliser les temps d'interconnaissance pour dynamiser le groupe, instaurer des temps de respirations pendant les réunions ou se (re)mettre en mouvement après le repas.

### **Quels sont les outils à utiliser ?**

- La carte du monde
- Le jeu du pense, écoute
- Un jour, j'ai fait

## **2.2. “Si on m'écoute, je reste dans ce groupe” : les outils pour favoriser l'expression et faire vivre le collectif**

### **Pourquoi faire ?**

Le collectif agit ensemble vers un objectif commun, une action commune. Les membres du collectif ont des statuts (habitant, bénévole, élu, professionnel), des stratégies (interne, politique) et des vécus différents. Le rôle de la facilitatrice est de les accompagner pour construire un projet commun, tout en tenant compte de ces diversités.

### **Comment faire ?**

Plusieurs étapes sont nécessaires. La première est de poser ensemble une situation et les besoins qui en découlent, de partager un constat. Une fois que l'analyse de la situation est posée et partagée, le collectif peut passer à la deuxième étape : générer des idées d'actions autour de la situation.

Il arrive souvent que les idées soient multiples. Il est alors nécessaire de prioriser les actions à mettre en place. Au début, il ne faut pas hésiter à choisir des petites actions, facilement réalisables, car plus le collectif aura des victoires à son actif, plus il sera renforcé dans sa légitimité.

### **Quels sont les outils à utiliser ?**

- La boule de neige (aussi appelée la boulette) ou les chapeaux de Bono
- L'entretien (page 20)

## **2.3. “Transformer des idées en actions” : les outils pour clarifier les actions**

### **Pourquoi faire ?**

Pour se lancer dans l'action, il est recommandé d'utiliser une fiche action (page 15). En effet, il est nécessaire de décrire en amont, et de manière précise, comment l'action va se dérouler à chaque étape, et d'anticiper ainsi les écueils éventuels. C'est l'occasion de se mettre d'accord sur le choix des mots et de construire un vocabulaire commun. La formalisation à l'écrit permet aussi de garder trace, et donc d'y revenir, de relire. Par ailleurs, elle permet d'être réactif pour chercher des financements.

### **Comment faire ?**

Il est important de pouvoir se projeter dans l'action de manière concrète et donc de définir ce qui est nécessaire au groupe pour réaliser l'action (moyens humains, logistiques ou encore financiers). Il est aussi important de définir la façon chacun souhaite s'impliquer et de prévoir la répartition des rôles (par exemple, une personne est responsable de la réservation de la salle, une autre de l'achat du matériel, une autre se charge de l'accueil etc.).

### **Quels sont les outils à utiliser ?**

- Le QQQQCP : qui, quoi, où, quand, comment et pourquoi ?
- La fiche action (page 15)

# Déroulé de réunion

Ce support s'intègre aux **outils d'animation de réunion**.

HORAIRES	DESCRIPTIF	MATÉRIEL
Réunion du... à ...	<b>Objectif</b> Faire le bilan d'une action / Construire ensemble des axes de travail / Valider une action mettre en place / Élaborer la mise en œuvre opérationnelle d'une action etc.	
10H00 - 10H10	<b>Accueil</b> Prévoir un temps pour accueillir les participants. Pour ajouter un cadre chaleureux, convivial, pensez à amener café, thé et biscuits.	Cafetière, gobelets
10H10 - 10H15	<b>Mot d'introduction</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Rappel du contexte de la réunion</li> <li>● Les objectifs de la rencontre</li> <li>● Les horaires de la réunion</li> <li>● Le déroulé de la réunion</li> </ul>	Feuille d'émergence
10H15 - 10H30	<b>Temps d'interconnaissance</b>	Outil d'animation participatif
10H30 - 11H30	<b>Animation</b> Rappel des objectifs du temps de travail et présentation de la technique d'animation utilisée. Prendre le temps d'expliquer les consignes, ce que l'on va faire et ce que l'on cherche à produire collectivement. Ne pas hésiter à passer voir les personnes en groupes ou individuellement et à s'assurer que les consignes sont bien comprises. Reformuler si nécessaire S'assurer que le groupe est à l'aise avec la méthode d'animation proposée.	Outil d'animation participatif
11H30 - 11H45	<b>Synthèse des échanges et choix des actions prioritaires à mettre en place</b>	
11H45 - 12H00	<b>Conclusion et calendrier des prochaines étapes</b>	

# Fiche action

Ce support s'intègre aux **outils d'animation de réunion**.

La rédaction d'une fiche action permet de préciser comment transformer une idée en action.

## L'exemple des Café papotes

### Intitulé de l'action

#### Cafés Papote

### Contexte

L'isolement des habitants est identifié comme une problématique prioritaire pour la commune.

### Description de l'action

Projet de lutte contre l'isolement social :  
"Aller-vers" les habitants via l'organisation de temps conviviaux dans les hameaux de la commune avec café et crêpes.

### Porteurs de l'action

- Équipe communication
- Équipe course
- Équipe installation
- Équipe crêpes
- Équipe jeux
- Équipe boissons
- Équipe papote, rencontre et échanges
- Équipe désinstallation

### Calendrier

- **Février** : contacter le comité de chapelle pour le prêt de la salle, les bancs et les tables et valider avec la mairie le prêt du barnum
- **Mars** : création du flyer et impression, communication dans les journaux locaux
- **19 avril** : récupérer les clefs et les courses
- **20 avril** : 1<sup>er</sup> "Café Papote" 10h30 installation / 14h : mise en route crêpes et café / 14h30 : accueil des habitants / 19h : désinstallation

### Financement

- Subventions du conseil départemental et de la CPAM
- Appels à projets sur le lien intergénérationnel

### Évaluation

Réunion le 27 avril avec le collectif pour faire le bilan de la journée avec l'outil des Chapeaux de Bono

# Les enquêtes



## 1. Quel est l'objectif ?

Les enquêtes ont pour objectif de **recueillir la parole des habitants**. Elles leur permettent ainsi d'exprimer leur vécu et leurs attentes. En leur faisant prendre conscience des ressources dont ils disposent déjà, elle les encourage à la **prise de conscience** sur les sujets de santé.

Elles permettent aussi d'expliquer ce que sont les *Semeurs de Santé*, d'impliquer les habitants dans un collectif et d'initier ainsi une **première mobilisation**. Enfin, une fois l'enquête réalisée, elle permet de disposer d'un **diagnostic de territoire affiné**. Elles peuvent être réalisées grâce à la distribution d'un questionnaire écrit ou la réalisation d'un entretien à deux.

## 2. Par qui sont-elles menées ?

Elles sont menées par des **"enquêteurs"** : membres du collectif local ou facilitatrice. Lors du démarrage, les enquêteurs peuvent tout d'abord investir leurs réseaux personnels (amis, collègues, voisins, connaissances).

## 3. De quoi s'agit-il ?

Les enquêtes permettent d'élargir notre regard sur la santé en explorant les expériences de chacun. Les échanges impliquent la recherche commune de solutions et de pistes d'actions. Deux modèles d'enquêtes sont proposés pour recueillir la parole des habitants : le questionnaire et l'entretien.

### **Les spécificités du questionnaire :**

Il peut être distribué sous format papier, par voie numérique ou encore exploité sous forme de sondage dans les espaces publics. Facile à mettre en œuvre, il permet d'interroger un grand nombre de participants pour élaborer un diagnostic.

-Le questionnaire propose dix questions pour explorer les représentations en santé et l'envie d'agir des participants (page suivante).

### **Les spécificités de l'entretien :**

Il s'agit de mettre en place un dialogue, une conversation basée sur le vécu et le ressenti de chacun. L'entretien est un mouvement qui s'initie à partir de ses propres expériences pour aller vers les expériences de l'autre.

L'entretien n'est pas un moment où l'enquêteur énumère des questions sans s'investir dans les échanges. Il nécessite de préparer en amont ce que l'on souhaite partager, de réfléchir à ce qui nous anime et aux expériences qui nous ont marqués. Il implique aussi que le temps de parole soit réparti de manière égale, c'est-à-dire que l'enquêteur réponde de façon égale aux questions qu'il pose. Il nécessite donc plus d'implication mais favorise la mobilisation. Nous conseillons les lieux au sein desquels les personnes interrogées sont à l'aise et au calme (leur domicile, un café dans lequel elles ont leurs habitudes etc.).

## 4. Quelle posture doit-on adopter ?

- Mener l'enquête à la première personne : "je", "nous".
- Se livrer, parler de soi pour rentrer en relation (une personne face à une personne).
- Prendre le temps et être disponible pour favoriser une discussion sincère et riche de sens.
- Favoriser le dialogue en utilisant des questions ouvertes (Qu'est ce... ? En quoi... ?).
- Essayer de percevoir si les personnes seraient d'accord pour se mobiliser au sein des collectifs.
- Faire se rencontrer les savoirs chauds et les savoirs froids<sup>3</sup>.

⊙ **Le déroulé d'entretien** met à disposition un support de discussion en quatre étapes. Il vous est proposé afin de s'approprier la méthode mais c'est l'implication personnelle qui en est l'essence (page 20).

⊙ **La fiche d'informations** sur la santé et ses déterminants met à disposition un ensemble d'arguments sur la santé et des exemples de pistes d'action pour enrichir votre conversation (page 22).

*NB : Si les personnes ne souhaitent pas aller jusqu'à la mobilisation, ce n'est pas un échec. Chaque information recueillie est précieuse. L'ensemble des réponses apportées constituera une base d'informations pour mener de futures actions.*

Contributeurs : **Anne Helaouet et Tanguy Hoanen**

<sup>3</sup> **Savoirs chauds** : connaissances fondées sur l'expérience et le vécu.

**Savoirs froids** : connaissances théoriques et académiques reconnues par la science.



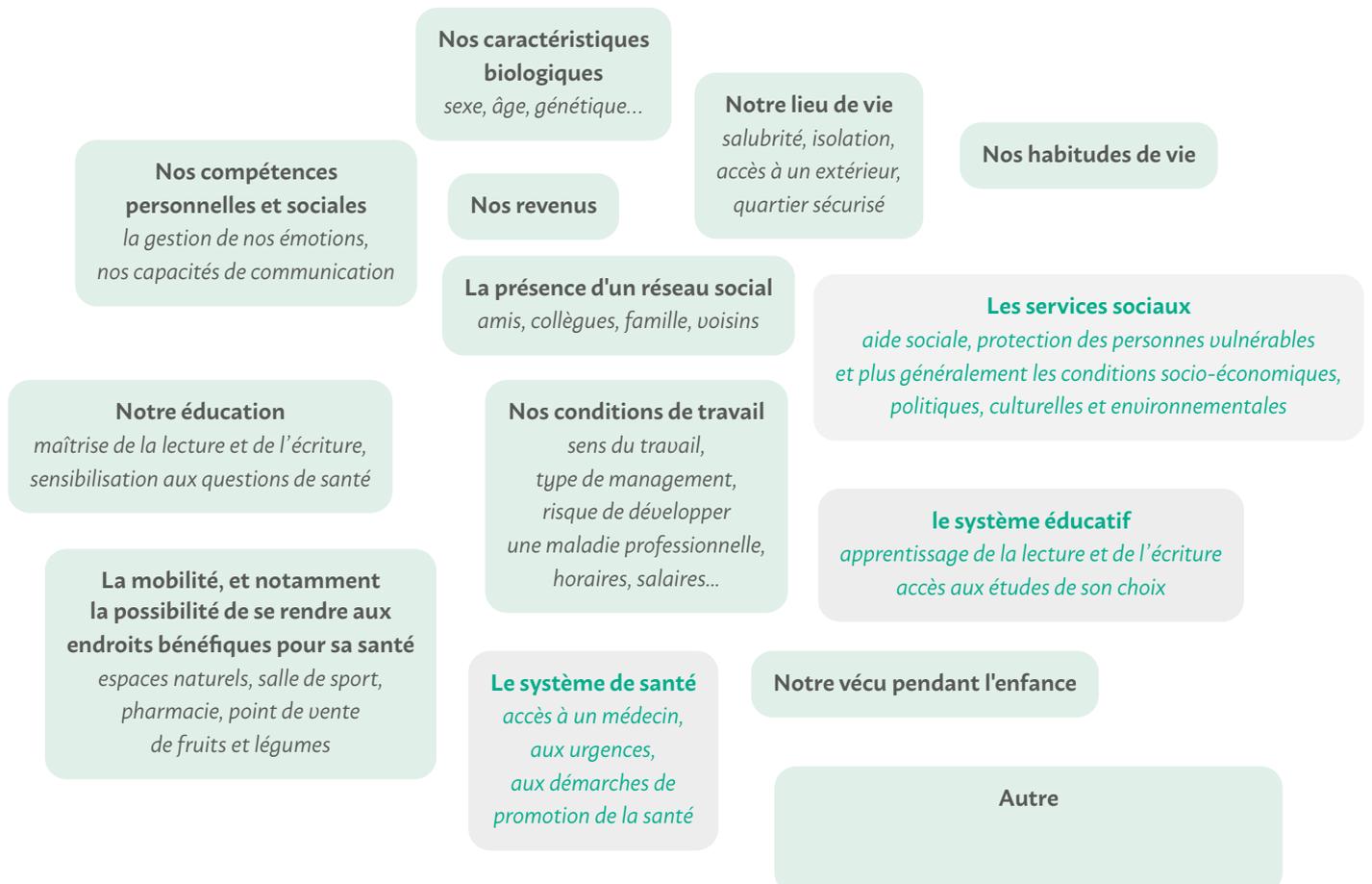
# Questionnaire

Ce support s'intègre à l'outil **Les enquêtes**.

*Les Semeurs de santé* est un collectif qui développe des dynamiques en promotion de la santé, sur les communes rurales et insulaires. Pour nous, les personnes qui vivent au sein de ces territoires sont les plus à même de parler de leur santé et de proposer leurs propres solutions.

## 1. Qu'est-ce qui est important dans votre vie quotidienne pour votre bien-être ?

## 2. D'après vous, quels éléments influencent notre santé ?



**3. Quels éléments influencent le plus votre santé et votre bien-être ?**

**4. À quelles problématiques sont confrontés les habitants de votre commune ?**

**5. Sur quels sujets est-t-il important d'agir pour améliorer la santé des habitants ?**

**6. Est-ce que vous avez une idée de la manière dont nous pourrions améliorer notre santé ?**





## 7. Sur la commune, qui agit sur les questions de santé ?

⇒ *Au sein du collectif les Semeurs de Santé, nous recherchons comment améliorer notre santé et celle des personnes qui nous entourent. On réfléchit entre voisins, entre citoyens et nous mettons en œuvre des actions.*

## 8. Souhaitez-vous vous investir avec nous ?

oui       non

## 9. Qu'aimeriez-vous que l'on fasse de vos réponses ?

## 10. Souhaitez-vous que nous restions en relation ?

oui       non

Vous êtes :       un homme       une femme

Votre âge :

Vos activités (actif/retraité/...) :

Téléphone ou adresse mail pour être contacté :

# Déroulé de l'entretien

Ce support s'intègre à l'outil **Les enquêtes**.

## Étape 1

### Se présenter et rentrer en relation

- Bonjour, je suis...
- Je fais partie du collectif *Les Semeurs de Santé*. Dans ce collectif, nous recherchons **comment améliorer notre santé et celle des gens qui nous entourent**. On réfléchit entre voisins, entre citoyens, et ensuite on met en œuvre des actions. Aujourd'hui, j'aimerais bien réfléchir avec vous. Est-ce que ça vous intéresse ?
- Pour commencer je vais vous parler de mon expérience avec la santé et ensuite ça m'intéresserait de connaître la vôtre.
- Pour moi, jusqu'à il y a quelques années, la santé c'était...
- Et puis, il s'est passé...
- Ce que je trouve vraiment important, c'est...
- Est-ce que vous avez vécu des choses similaires ? Est-ce que vous connaissez des personnes qui ont vécu des choses similaires ?

## Étape 2

### Identifier les problématiques

- Avec *Les Semeurs de Santé*, on dit que **la santé c'est être bien dans sa tête, bien dans ses baskets et bien dans ses relations avec les autres**. On a l'impression que lorsque ces trois bases sont réunies, on peut vraiment se réaliser en tant que personne et pouvoir faire des projets. Quand on regarde les définitions de la santé, on voit bien que la santé ce n'est pas un objectif à atteindre mais une ressource pour réaliser ses aspirations.
- Moi, je vis à...
- Je sens bien que chez moi il y a ce problème...

**Ex :** *Dans mon quartier on est une centaine de voisins et j'ai l'impression que personne ne se connaît. On ne se parle que lorsqu'il y a des problèmes : "Vous faites trop de bruit... Il y a une fuite chez vous et ça coule chez moi". C'est quand même dommage.*

*Ma grand-mère, quand elle devenue veuve, elle a quitté sa région, elle venue vivre ici et elle n'a rencontré personne, juste une voisine avec qui elle discutait de temps en temps sur le palier. Je sais que ça lui changeait ses journées de croiser cette voisine.*

- Près de chez moi, j'ai la chance de...
- Ex :** *J'ai accès à beaucoup d'espaces verts, pour moi c'est très ressourçant d'accéder à la nature. Je crois que j'ai besoin de calme et de verdure pour recharger mes batteries.*
- Pour moi ça c'est un élément important parce que...
- Qu'est-ce que vous en pensez ?
- Comment ça se passe chez vous ?



- Qu'est-ce qu'il y a de particulier ?
- Est-ce que vous avez une idée de pourquoi ça se passe comme ça ?
- Je me questionne parce que je sais qu'on peut agir pour améliorer notre santé, J'ai regardé les statistiques et on sait que **80% de notre état de santé est déterminé par notre environnement physique, social, nos habitudes et nos conditions de vie.** Si on agit sur l'un de ces éléments, on peut améliorer son bien-être et sa santé.

## Étape 3

### Dégager des pistes d'action et développer le pouvoir d'agir

- Il a beaucoup d'endroit où ce sont les citoyens, des petits groupes de voisins qui font bouger les choses.

**Ex :** À Groix, il y a un groupe de personnes qui s'est réuni. Elles ont fait le constat qu'un certain nombre d'entre elles s'étaient retrouvées vraiment seules dans un contexte de deuil, après avoir perdu leur conjoint.

Il y avait plusieurs témoignages qui relataient le fait que les soins de fin de vie étaient assez compliqués, par manque de présence de structures adaptées. Il y aussi l'absence de morgue qui complique un peu les choses. Et donc, une fois par mois, elles organisent des soirées au bistrot où chaque personne vient partager son expérience et se retrouver en tant qu'humain pour partager un moment convivial autour de cette thématique.

- Que pensez-vous de ces groupes de citoyens ?
- Est-ce que vous pensez qu'il y a des choses qui pourraient être améliorées dans notre commune ? Lesquelles ?
- Sur la commune, à votre avis qui agit là-dessus ?
- Est – ce que vous avez une idée de la manière dont vous pourriez améliorer votre santé ?
- Qu'est-ce vous aimeriez qu'on fasse de vos réponses ?

## Étape 4

### Accompagner la mobilisation collective

- Une idée de la manière dont vous pourriez améliorer votre santé ?
- Connaissez-vous quelqu'un qui s'intéresse à ces questions ?
- Est- ce que les personnes que vous connaissez seraient prêtes à réfléchir à plusieurs ?

**Ex :** Personnellement, je participe au collectif des Semeurs sur la commune et ça me permet de participer à un projet qui correspond à mes valeurs de partage, de solidarité, à mon envie d'agir pour améliorer les choses. Je rencontre des personnes qui partagent ces valeurs et ensemble on peut développer des actions, ce que je n'ai pas pu faire seul jusqu'à présent.

- On aimerait bien agir avec vous, on aimerait bien agir entre voisins et citoyens, est-ce que vous êtes ok pour qu'on agisse ensemble ?
- Souhaitez-vous que nous restions en relation ?



# Fiche d'informations sur la santé et ses déterminants

Ce support s'intègre à l'outil **Les enquêtes**.

**La santé est une ressource de la vie quotidienne qui permet de satisfaire ses besoins et de réaliser ses désirs. Elle est influencée par de nombreux éléments :**

**Nos caractéristiques personnelles**, c'est-à-dire notre âge, notre sexe, notre génétique, nos compétences personnelles et sociales (par exemple, notre habileté à communiquer, à gérer nos émotions), notre revenu et nos habitudes de vie. On imagine souvent que la santé dépend principalement de nos choix individuels (par exemple, le sport, le tabagisme ou l'alimentation) mais elle est en réalité influencée par de nombreux autres facteurs, et notamment nos conditions de vie.

**Nos conditions de vie** sont multiples. C'est la présence d'un réseau social (présence d'amis, de collègues, d'une famille, de voisins), notre lieu de vie (salubrité, isolation, accès à un extérieur, quartier sécurisé...), nos conditions de travail (sens du travail, type de management, risque de développer une maladie professionnelle, horaires, salaires...), notre éducation (maîtrise de la lecture et de l'écriture, sensibilisation aux questions de santé) et notre vécu pendant l'enfance. Ces conditions de vie influencent notre bien-être et notre santé. La question de la mobilité est, elle aussi, importante. Pouvoir se rendre facilement aux endroits bénéfiques pour sa santé (espaces naturels, salle de sport, pharmacie, point de vente de fruits et légumes etc.) est essentiel.

**Les systèmes dans lesquels nous évoluons**, c'est-à-dire le système éducatif (accès aux études de son choix), le système de santé (accès à un médecin, aux urgences, aux démarches de promotion de la santé), les services sociaux (aide sociale, protection des personnes vulnérables) conditionnent eux aussi notre santé. De façon générale, les conditions socio-économiques, politiques, culturelles et environnementales ont un impact important.

## Quelques exemples d'inégalités en santé

- *En France, l'espérance de vie est globalement en augmentation mais tous les Français ne sont pas égaux en matière de santé. Ainsi, un ouvrier vit sept ans de moins qu'un cadre supérieur.*
- *Les personnes avec un meilleur salaire ont une alimentation plus saine.*
- *Plus le revenu d'une personne est élevé, plus son activité physique est fréquente.*
- *Les enfants d'ouvriers consomment plus de sucre, font moins de sport, passent plus de temps devant les écrans et sont plus souvent en surpoids.*
- *72 % des maladies professionnelles touchent les ouvriers.*
- *36 % des personnes âgées ont un sentiment de solitude et un étudiant sur quatre souffre d'isolement.*
- *Une personne sur cinq éprouve des difficultés à accomplir les démarches administratives courantes.*
- *Les personnes les plus modestes rencontrent des difficultés à accéder à la culture (théâtre, concert, visite de site culturel).*
- *80 % des personnes les plus aisées partent en vacances. C'est moitié moins (40%) chez les plus modestes.*

## Des pistes d'action

- Angers** Des jardins aux pieds des immeubles ont été aménagés et mis à disposition des habitants des quartiers les plus sensibles. Un accompagnement est proposé pour y développer une agriculture vivrière. Cette initiative favorise le lien social, contribue à améliorer le cadre de vie et encourage l'activité physique, ainsi que la consommation de fruits et légumes.
- Brest** Des ateliers de fabrication de produits ménagers écologiques et économiques sont proposés pour valoriser les compétences des habitants et favoriser la bonne hygiène des logements.
- Corbeil-Essones** Des expositions d'artistes locaux (professionnels ou amateurs) sont mis en place dans les structures de soin pour démocratiser la culture et rendre l'accueil plus chaleureux dans les lieux de santé.
- Amiens** Une Ambassadrice santé-alimentation propose la réalisation et la dégustation collectives de plats dans les points d'aide alimentaire pour promouvoir la consommation de légumes.
- Groix** Tous les mois, les habitants organisent des Cafés Mortels dans un espace convivial pour libérer la parole sur le thème de la mort.
- Scaër** Des Cafés Papote sont organisés au sein des hameaux de la commune pour lutter contre l'isolement des habitants.
- Gourin** Un temps festif, gratuit et ouvert à tous, aborde la santé de manière positive sous le prisme de la culture, de l'activité sportive et artistique.



# Atelier



# Confiance en soi et prise de décisions

## Public

6 à 12 participants

## Matériel

- Des crayons

## Objectif

- Identifier ses ressources et ses forces
- Identifier les stratégies pour résoudre des problèmes

## Supports remis en séance à chaque participant

- Une feuille avec une maison dessinée
- Carton vert
- Carton rouge
- Liste des qualités
- Fiche d'évaluation

## Conducteur

### TIMING DÉROULEMENT

18H00

#### Accueil

Feuille d'évaluation mise sur les chaises

18H05

#### Présentation des *Semeurs de Santé* et contexte de la réunion

Projet de promotion de santé

18H10

#### Débat mouvant sur la confiance

##### Consigne

Nous vous proposons de commencer par un débat pour répondre à cette question : "C'est quoi la confiance et comment naît-elle?". Pour ce faire, vous disposez de cartons verts et rouges. Je vais lire des phrases et en fonction de votre avis, vous pouvez choisir :

Le **carton vert "d'accord"** ou le **carton rouge "pas d'accord"**.

À tour de rôle, les personnes pourront argumenter.

Il est possible de changer d'avis et donc de carton à tout moment.

##### Phrases affirmatives

- La confiance, c'est dans la tête, c'est le mental.
- La confiance est déterminée par notre passé.
- La confiance, on naît avec.
- Le regard des autres a un impact sur la confiance en soi.

##### Phases pour les facilitatrices

- Des chercheurs canadiens ont montré qu'avoir recours à la pensée positive peut avoir un effet bénéfique lorsqu'on a déjà une bonne estime de soi. Mais si ce n'est pas le cas, l'autosuggestion pourrait aggraver l'état d'esprit dans lequel on se trouve.
- Le manque de confiance en soi est donc une croyance limitante. On ne peut pas transformer le passé. Il est ce qu'il est. Mais on peut se libérer des histoires et des croyances que l'on se raconte à propos de notre passé.
- L'être humain est un animal social et à moins de vivre isolé dans la nature, le regard des autres nous touche.

QUI ?

MATÉRIEL


18H35

**Confiance en soi : mes forces : nous avons tous des ressources****D'abord en individuel**

Une feuille avec la maison dessinée et une liste de qualités sont remises à chaque personne (cf. support page suivante).

**Consigne**

- Je vous propose de noter sur le dessin de la maison les qualités que vous possédez. Il y a une liste pour vous aider si besoin.
- Si vous avez du mal, imaginez ce que dirait de vous quelqu'un qui vous aime beaucoup. Vous pouvez aussi penser à la dernière fois que vous avez réussi quelque chose et dont vous êtes fier : quelles qualités avez-vous mobilisées pour y arriver ? Cette maison est la vôtre. Vous pouvez y faire des étages ou des pièces, des fondations et y mettre les ressources de votre choix.
- Après le temps de travail, demandez aux participants : "En quoi cela peut-il être utile pour vous de connaître vos forces et qualités personnelles ?"

**Conclusion**

Prendre conscience de ses forces est un des fondements de la confiance en soi et de la motivation. Cela permet aussi d'identifier les ressources extérieures, comme le réseau social sur lequel on peut compter. Bien sûr cela peut se faire de manière diverse, avec ou sans outils.

18H50

**Possibilité de travailler à deux : mes réussites****Un jour, j'ai fais**

"Raconter une expérience réussie à la personne qui se trouve à coté de vous. À son tour, elle va essayer de nommer les qualités qu'elles vous trouvent"  
Et/ou

**Le jeu du miroir – boîte magique**

- Dans une boîte mettre un miroir. Dites aux personnes que vous avez une boîte magique (ne leur dites rien à propos du miroir à l'intérieur) et que cette boîte va leur montrer quelqu'un de très important, intelligent, qui compte mais qu'ils ne doivent pas dévoiler aux autres la personne qu'ils aperçoivent au fond de la boîte.
- Chacun son tour, vous leur demandez de regarder dans la boîte qui est cette personne très spéciale et importante et de décrire ce qu'ils voient (sans dire qui c'est).

Une fois que le tour est passé, demandez aux personnes leurs impressions : "Savaient-ils qu'ils étaient importants, qu'ils comptaient ? Qu'est-ce que cela leur fait de le savoir ?"

**Conclusion**

Entendre les qualités nommées par une personne extérieure est une chose puissante.

19H10

**Comment peut-on la développer sa confiance : trucs et astuces**

Le carnet des qualités : écrire une expérience réussie par jour qui met en avant les qualités intrinsèques de la personne.

19H20

**Pac man géant : développer ma prise de décisions**

Une feuille avec la maison dessinée et une liste de qualités sont remises à chaque personne.

**Matériel**

Autant de chaises que de participants (minimum 6), laisser un espace de circulation entre chaque chaise.

**Règle du jeu**

Un participant "Le Pac-Man" cherche à s'asseoir sur la chaise vide, dans cet objectif il marche lentement entre les participants. Il n'est pas possible de circuler à l'extérieur du périmètre des chaises, imaginez- vous qu'un mur vous entoure.

Les autres participants sont chacun assis sur une chaise, leur but est d'empêcher le Pac-Man de s'asseoir sur la chaise vide. Ils doivent pour cela changer de place en se déplaçant d'une chaise à une autre et se coordonner.

Si le Pac-Man réussit à s'asseoir, la personne ayant libéré la chaise devient Pac-Man.

19H40

**Conclusion**

- Vous avez des ressources personnelles dont vous avez conscience et certaines que vous ignorez encore
- Évaluation (cf. fiche d'évaluation page 27)

Boîte en carton  
avec miroir

# Liste des qualités

Ce support s'intègre à l'atelier **Confiance en soi et prise de décisions**.

- Accueillant(e) Aidant(e) Aimable Ambitieux(euse) Appliqué(e) Astucieux(euse)
- Audacieux(euse) Autonome Aventureux(euse) Calme Combatif(ive) Communicatif(ive)
- Conciliant(e) Confiant(e) Coopératif(ive) Courageux(euse) Créatif(ive) Curieux(euse)
- Débrouillard(e) Déterminé(e) Digne de confiance Discipliné(e) Compréhensif(ive) Droit(e)
- Dynamique Efficace Endurant(e) Energique Esprit d'équipe Extraverti(e) Fidèle
- Flexible Fort(e) Franc(he) Habile Honnête Imaginatif(ive) Impliqué(e) Indépendant(e)
- Ingénieur(euse) Innovateur(trice) Intuitif(ive) Inventif(ive) Logique Loyal(e) Lucide
- Maître de soi Méthodique Minutieux(euse) Motivé(e) Objectif(ive) Observateur(trice)
- Obstiné(e) Optimiste Organisé(e) Ouvert(e) d'esprit Patient(e) Persévérant(e)
- Philosophe Passionné(e) Polyvalent(e) Pondéré(e) Posé(e) Positif(ive) Prudent(e)
- Pugnace Raisonnable Réaliste Réfléchi(e) Résistant(e) Respectueux(euse)
- Responsable Rationnel(le) Rigoureux(euse) Serein(e) Sérieux(euse) Soigneux(euse)
- Solide Souple Sûr(e) de soi Tenace Vigilant(e) Volontaire

Et plein d'autres !



# Fiche d'évaluation

Ce support s'intègre à l'atelier **Confiance en soi et prise de décisions**.

Nom et Prénom :

PAS DU TOUT

ABSOLUMENT

*J'ai appris de nouvelles informations*

*J'ai trouvé l'atelier concret*

*Les contenus m'ont paru utiles*

*J'ai appris de nouvelles informations*

*J'ai l'intention de mettre en pratique les apports de l'atelier*

*Je vais parler de cet atelier autour de moi*

**Remarques :**



Les  
**Semeurs**  
de  
Santé

**J'agis**  
pour ma  
**santé**  
et celle de mon  
**entourage**



## De réaliser mes idées, mes souhaits

Je partage mes idées, mes souhaits avec des personnes de la commune. Je transforme mon idée en action.



## Une réunion d'information sur mes droits en santé

Comment récupérer mon dossier médical ? Qu'est-ce qu'une personne de confiance ?

# Les semeurs de santé me proposent :



## Un théâtre forum

Une pièce de théâtre où je modifie le cours de l'histoire en tant que spectateur ou acteur !



## Des ateliers

Comment développer ma confiance en moi ?

Mes questions sur ma santé, comment et avec qui en parler ?



## Des journées ouvertes à tous

Plusieurs sujets sont proposés comme : Comment coopérer autour d'une action ? Comment développer la solidarité ?

**J'ai une question ?  
Je souhaite participer ?**

**Je contacte l'équipe des Semeurs de Santé :  
Hélène Denoual, Claire Cornelissen et Peggy Caclin.  
coordination-etp@capautonomiesante.bzh • 02 97 87 70 33**



# Synthèse du rapport d'évaluation

**Les pages suivantes sont extraites du rapport d'évaluation des *Semeurs de Santé*. Elles peuvent être utilisées pour présenter les apports de l'expérimentation.**

## **Auteurs/Contributeurs :**

- ⊙ **Plateforme d'Éducation Thérapeutique du Patient de Lorient (CAPAS) :**  
Astier Camille, Denoual Hélène, Cornelissen Claire, Caclin Peggy, Le Dévéhat Claire, Rio Manon
- ⊙ **L'Escargot Migrateur :** Hoanen Tanguy
- ⊙ **Agence Régionale de Santé Bretagne :** Lerouvreur Claire
- ⊙ **France Assos Santé Bretagne :** Le Ridant Maud
- ⊙ **École des Hautes Etudes en Santé Publique :** Guével Marie-Renée
- ⊙ **Relecture :** Birault Charline , Tanguy Anaïs
- ⊙ **Date :** Décembre 2022

## **Introduction**

L'article 92 de la loi n°2016-41 du 26 janvier 2016 de modernisation de notre système de santé prévoit l'expérimentation de projets d'accompagnement à l'autonomie en santé. *Les Semeurs de Santé* est l'un d'entre eux.

Porté par la plateforme d'Éducation Thérapeutique du Patient (ETP) du territoire de Lorient-Quimperlé, au sein de Cap Autonomie Santé, ce projet imagine de nouvelles manières de **réduire les inégalités sociales et territoriales de santé à travers une approche collective de ce sujet.**

L'objectif principal est de développer **des dynamiques collectives en promotion de la santé, au sein de territoires considérés comme vulnérables.**

Les objectifs secondaires visent à favoriser l'interconnaissance entre les habitants, la création d'un sentiment d'appartenance, l'appropriation des savoirs en matière de santé et la mobilisation des habitants pour porter des actions communes.

*Les Semeurs de Santé* se déploient sur **le territoire de "démocratie en santé" de Lorient-Quimperlé.**<sup>1</sup> Ce territoire présente **des indicateurs de vulnérabilité sanitaire.**<sup>2</sup> Les taux de chômage, de mortalité prématurée et de mortalité prématurée évitable y sont plus élevés que dans les autres territoires bretons et sont supérieurs à la moyenne nationale. L'expérimentation a été menée entre 2018 et 2022 au sein de trois **communes rurales et insulaires**, considérées comme vulnérables en raison de leur isolement géographique et de l'état de santé de leur population : Gourin, Scaër et Groix.

La présente synthèse rend compte des résultats de l'expérimentation et des changements qui se sont opérés sur ces communes.

<sup>1</sup> **ARS Bretagne**, "Les territoires de démocratie en santé en Bretagne", Agence Régionale de Santé Bretagne - Agir ensemble pour la santé des Bretons, 24 janvier 2018.

<sup>2</sup> **ORS et ARS Bretagne**, "Portrait du territoire de démocratie en santé : Lorient-Quimperlé", Projet régional de santé de Bretagne 2018-2022, mars 2018.



## Description du projet

Déployé sur le territoire de Lorient-Quimperlé, *Les Semeurs de Santé* mobilisent de nombreux acteurs et reposent sur une méthodologie précise.

### Les acteurs

**Le comité de pilotage (COPI)** est constitué d'un "noyau dur" de partenaires représentant les institutions suivantes : la plateforme d'Éducation Thérapeutique du Patient de Lorient-Quimperlé (via Cap Autonomie Santé), France Assos Santé Bretagne, l'École des hautes études en santé publique (EHESP), l'Escargot Migrateur et l'Agence Régionale de Santé (ARS) Bretagne. Afin de garantir la dimension participative du comité de pilotage, celui-ci est ouvert à tous les acteurs du projet (collectifs locaux notamment). Ses membres mènent une réflexion collective autour des décisions stratégiques du projet, de sa mise en œuvre et de son évaluation.

**La cellule d'évaluation** documente l'implantation des *Semeurs de santé* sur les différentes communes. Elle est composée d'une enseignante-chercheuse, responsable du suivi du processus évaluatif, et d'une chargée d'évaluation.

**La cellule de coordination** est composée de deux facilitatrices qui coordonnent les opérations et déploient *Les Semeurs de Santé* sur les différentes communes.

**Les collectifs locaux** sont présents dans chaque commune d'intervention. Ils mobilisent professionnels, associations, habitants, élus et acteurs publics de la commune. Ils participent au diagnostic du territoire, communiquent pour promouvoir le projet localement, définissent et co-pilotent des actions collectives en santé.

### La méthodologie des Semeurs de Santé

La méthodologie des *Semeurs de Santé* repose sur trois composantes : un accompagnement, assuré par la cellule de coordination, des formations sur le thème de la coopération et un panel d'actions en santé. L'évaluation a également été pensée comme partie intégrante des *Semeurs de Santé* (cf. partie dédiée).

#### **L'accompagnement assuré par la cellule de coordination**

L'accompagnement, assuré par l'une des facilitatrices sur chacune des communes, se compose de quatre étapes distinctes :

- **la mobilisation des acteurs locaux,**
- **l'appropriation des sujets de santé,**
- **l'identification d'un objectif commun,**
- **la co-construction et la mise en œuvre d'actions collectives.**

L'objectif poursuivi est la mise en mouvement et le soutien d'une dynamique locale en santé. Le pilotage du collectif local est assuré par les acteurs de la commune qui ont choisi de s'impliquer dans le projet. Les facilitatrices les accompagnent dans le renforcement de leur sentiment de légitimité et leur capacité collective d'agir, et ce dans une perspective d'amélioration de la qualité de vie et de promotion de la santé.



## Les deux dimensions de l'accompagnement

### La dimension relationnelle

- Instaurer une relation de confiance
- Favoriser l'interconnaissance
- Créer un environnement convivial
- Préserver les valeurs du projet
- Renforcer la légitimité du groupe dans un processus de transformation sociale
- Développer la capacité d'agir du collectif
- Positionner la cellule de coordination comme une ressource pour les communes
- Mise en œuvre d'un projet collectif, au niveau local, par les habitants d'un territoire

### La dimension opérationnelle

- Obtenir un soutien politique
- Développer l'accessibilité de l'intervention
- Amorcer la mobilisation
- Créer une alliance avec les leaders communautaires
- Impulser une dynamique collaborative
- Mettre en œuvre des espaces de concertation
- Élaborer un diagnostic communautaire
- Développer la capacité d'agir et de l'autonomie du collectif
- Déployer des actions collectives de santé au niveau local
- Développer un modèle de santé communautaire

## Les formations à la coopération

Les formations à la coopération sont mises à disposition pour favoriser la création de dynamiques collectives. Pensées et animées par les accompagnateurs de l'association L'Escargot Migrateur, elles sont le fruit des enseignements de l'éducation populaire et de l'animation du débat public<sup>3</sup>.

Les formations sont ouvertes à tous : membres des collectifs locaux et habitants du territoire intéressés par les questions de santé et les dynamiques coopératives. Elles permettent de renforcer les acteurs locaux dans leur posture relationnelle et de consolider leurs compétences en coopération et en analyse politique. Elles **accompagnent** ainsi la prise de conscience du pouvoir d'action collectif.

L'Escargot Migrateur contribue à la diffusion des principes de solidarité et d'intelligence collective, qui font partie intégrante de sa philosophie. Il apporte également son soutien à la cellule de coordination pour mobiliser les acteurs locaux.

<sup>3</sup> L'Escargot Migrateur s'appuie en particulier sur les travaux d'auteurs comme Nicanor Perlas, Saul Alinsky, Paulo Freire et Augusto Boal.



## Le panel d'actions en santé

Les *Semeurs de Santé* mettent à disposition des collectifs locaux un panel d'actions en santé. Quatre actions ont été créées afin d'amorcer la dynamique collective. Les collectifs s'en saisissent en fonction de leurs besoins.

- **Les enquêtes de santé à destination des habitants** sont proposées pour affiner un diagnostic de territoire.
- **L'atelier "Confiance en soi et prise de décisions"** a pour objectif l'identification des ressources personnelles, l'appropriation d'outils et de stratégies pour développer l'affirmation de soi et la prise de décision. Il est animé par la plateforme d'Éducation Thérapeutique.
- **Le théâtre-forum** permet une mobilisation et une réflexion collective sur des problématiques de santé. Il est animé par la compagnie du Théâtre de l'Opprimé.
- **La réunion "Droits et accès à la santé"** propose un temps d'échange sur les droits des usagers du système de santé. Elle est animée par France Assos Santé Bretagne.

Ces quatre actions permettent aux habitants de mieux se connaître et de susciter entre eux un sentiment d'appartenance. Elles leur donnent aussi les moyens de se réapproprier les savoirs en matière de santé et de se mobiliser pour porter une action collective au niveau local.

Mises en œuvre au sein des communes, ces actions sont gratuites, ouvertes à tous et constituent un premier pas vers le renforcement du pouvoir d'agir des citoyens.

## Les enjeux du panel d'actions

Actions	Enjeux
Enquête de santé	<ul style="list-style-type: none"><li>→ Prendre en considération les représentations de la santé de la population.</li><li>→ Construire un diagnostic partagé entre les habitants pour alimenter la réflexion collective</li></ul>
Théâtre-forum	<ul style="list-style-type: none"><li>→ Animer une réflexion collective sur les problématiques locales : analyse de situations et recherche collective de solutions</li></ul>
Réunion "Droit et accès à la santé"	<ul style="list-style-type: none"><li>→ Faire connaître aux usagers du système de santé leurs droits en santé pour favoriser leur exercice</li><li>→ Communiquer sur les actions et les ressources proposées par France Assos Santé Bretagne</li></ul>
Atelier "Confiance en soi et prise de décisions"	<ul style="list-style-type: none"><li>→ Accompagner le développement des compétences psychosociales</li><li>→ Intégrer les partenaires formés à l'éducation thérapeutique dans l'animation des ateliers</li><li>→ Élargir le champ d'action des professionnels impliqués</li></ul>





## Des exemples de réalisations sur le territoire de Lorient-Quimperlé

Sur les trois communes accompagnées, des collectifs locaux se sont organisés et portent des actions en santé. Par exemple :

**À Scaër** Le collectif local a élaboré un projet de lutte contre l'isolement social ("Les Cafés Papote") qui propose des espaces de convivialité dans différents hameaux de la commune. Ce projet "d'allers-vers" permet de développer l'interconnaissance et les liens entre les habitants et encourage ainsi les solidarités de voisinage. Il s'appuie sur le savoir-faire des habitants et les initiatives existantes.

**À Gourin** Le collectif local a organisé un temps fort festif pour aborder la thématique de la santé de manière positive, en la considérant comme une ressource dont il faut prendre soin et qui concerne tous les aspects de la vie, à commencer par le vivre-ensemble. Au-delà du temps de partage entre acteurs associatifs et habitants qui a été proposé, il s'agissait d'inciter les Gourinois à s'investir dans une pratique artistique, culturelle ou sportive afin de créer plus de liens pérennes entre eux.

**À Groix** Le collectif "Cafés Mortels" a rassemblé les acteurs locaux autour du thème de la mort. Il organise des rencontres mensuelles pour sortir la mort du silence et donner aux habitants l'occasion de partager leurs expériences respectives.

## La méthodologie de l'évaluation

L'évaluation a été pensée pour assurer un retour sur le déploiement du projet en identifiant les changements opérés et en produisant des connaissances.

À cette fin, la cellule d'évaluation a été intégrée au comité de pilotage et poursuit quatre objectifs, en lien étroit avec la cellule de coordination :

- **documenter la mise en œuvre du projet,**
- **identifier les changements attribuables au déploiement des Semeurs de Santé,**
- **documenter les processus susceptibles d'expliquer ces changements,**
- **identifier les facteurs d'influence dans une perspective de transférabilité.**

Le dispositif évaluatif s'inscrit dans une approche participative de l'évaluation. Plusieurs sources de données qualitatives ont été mobilisées : les documents écrits, produits dans le cadre du projet ; la réalisation d'entretiens avec les membres du comité de pilotage et les acteurs impliqués sur chaque commune ; les notes d'observation de la chargée d'évaluation.

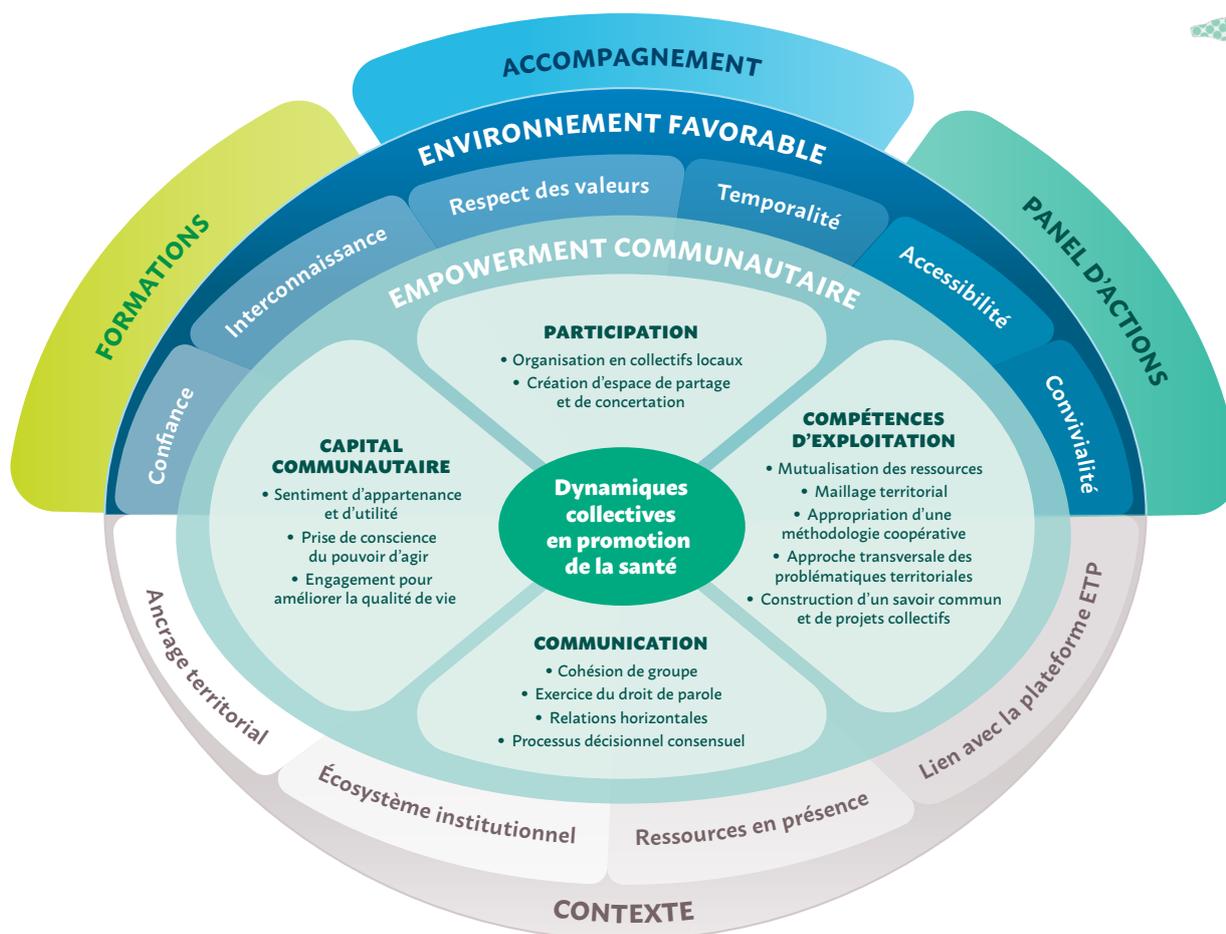
L'analyse de ces données qualitatives a été guidée par la construction d'une matrice d'évaluation. Cette dernière a été pensée afin d'intégrer l'émergence de dimensions non envisagées initialement. La construction du jugement évaluatif et la formulation des recommandations ont fait l'objet d'un travail commun avec le comité de pilotage et la cellule de coordination.

Quatre questions évaluatives ont été explorées :

- ⊙ **Comment les différentes composantes du projet ont-elles été articulées entre elles pour mobiliser les membres des collectifs locaux ? Quelles fonctions ont-elles jouées ?**
- ⊙ **Dans quelle mesure Les Semeurs de Santé ont permis le développement de l'empowerment communautaire<sup>4</sup> dans les communes impliquées ?**
- ⊙ **Quels sont les facteurs qui ont influencé le déploiement des Semeurs de Santé ?**
- ⊙ **Quel a été le retentissement des Semeurs de Santé au niveau des membres du comité de pilotage ?**

<sup>4</sup> **Empowerment** : "processus d'action sociale par lequel les individus, les communautés et les organisations acquièrent la maîtrise de leurs vies en changeant leur environnement social et politique pour accroître l'équité et améliorer la qualité de la vie" Wallerstein, Nina. 2006.

Le schéma suivant synthétise les réponses à ces questions :



Modélisation de l'intervention Les Semeurs de Santé 2022

## La création d'un environnement favorable

Les Semeurs de Santé proposent une méthodologie qui inclut l'identification des besoins en santé, un processus participatif à toutes les étapes du projet et la co-construction d'une action collective à partir des ressources locales. Les trois composantes de la méthodologie (accompagnement, formations à la coopération et panel d'actions) contribuent à développer un environnement favorable qui repose sur les six dimensions suivantes :

- **Le climat de confiance**
- **L'interconnaissance des acteurs**
- **Le respect des valeurs**
- **La temporalité longue**
- **L'accessibilité du projet**
- **La convivialité**

Cet environnement favorable contribue à l'émergence et au renforcement du pouvoir d'agir des collectifs : **"l'empowerment communautaire"**. Il est identifié comme "une étape intermédiaire vers une amélioration de l'équité en matière sociale et de santé" et comme l'un des résultats de l'expérimentation.<sup>5</sup>

<sup>5</sup> Nina Wallerstein et Noelle Wiggins, "L'empowerment améliore l'état de santé de la population", *La Santé en Action*, n° 446 (décembre 2018): page 10.

## Le développement de l'empowerment communautaire

L'**empowerment** est défini comme le "processus d'action sociale par lequel les individus, les communautés et les organisations acquièrent la maîtrise de leurs vies en changeant leur environnement social et politique pour accroître l'équité et améliorer la qualité de la vie"<sup>6</sup>. Le développement de l'empowerment a été mesuré à l'échelle des collectifs locaux à travers quatre dimensions :<sup>7</sup>.

**La participation communautaire** implique la création d'espaces de ressources favorables à la participation des membres d'une communauté aux systèmes dans lesquels ils évoluent.

Sur chaque commune, les acteurs locaux s'organisent sous la forme de **collectifs**. Les temps communs sont vécus comme une **opportunité pour se rencontrer**. Ils sont **sources de créativité et d'amélioration des pratiques**. Les déroulés des rencontres (réunions, ateliers) intègrent des outils d'animation qui favorisent **l'interconnaissance, l'expression de chacun et la construction d'une vision partagée**.

**Les compétences d'exploitation** correspondent à la capacité des groupes à tisser des liens, à définir des objectifs communs et à renforcer leurs capacités individuelles et collectives.

Au sein des collectifs, les membres se **solidarisent autour d'un projet commun, mutualisent leurs ressources** et développent **une approche transversale des sujets de santé**. Les collectifs identifient une **problématique territoriale prioritaire**, élaborent un objectif commun, un plan opérationnel et mettent en œuvre une action collective. Ils s'approprient la méthodologie de projet et le **pilotage d'une action collective**. Progressivement, la place de la facilitatrice évolue, son objectif n'est plus de mobiliser les acteurs locaux mais d'appuyer la mise en œuvre d'une action co-construite.

**La communication** se traduit par une libre circulation des informations, la création d'un climat de confiance et un processus décisionnel transparent.

Ainsi, les facilitatrices déploient **une stratégie d'"aller-vers"** les acteurs du territoire pour mobiliser et faire connaître les Semeurs. Les temps communs s'établissent dans la **convivialité**. Un climat de "sécurité émotionnelle" soutient **l'exercice du droit de parole** et la dynamique collective. Les temps d'interconnaissance favorisent la cohésion de groupe et **la construction de relations horizontales** au sein du collectif. Le **consensus** est établi comme le mode de délibération privilégié par les collectifs.

**Le capital communautaire** comprend l'histoire collective, le sentiment d'appartenance à la communauté et la conscience de la citoyenneté.

La dimension relationnelle des *Semeurs de Santé* est particulièrement mobilisatrice pour les membres des collectifs souhaitant améliorer leurs conditions de vie. Les membres prennent **conscience de leur pouvoir d'agir collectif** et identifient **les bénéfices de leurs actions** pour le territoire. Ce **sentiment d'utilité** encourage les collectifs à poursuivre leurs actions et renforce l'engagement de leurs membres.

<sup>6</sup> Nina Wallerstein, "What Is the Evidence on Effectiveness of Empowerment to Improve Health?" (Copenhagen: WHO Regional Office for Europe (**Health Evidence Network report**), 2006), Christine Ferron, "La preuve est faite : l'empowerment et la participation, ça marche!", **La santé de l'Homme**, n° 406 (avril 2010): 4-7.

<sup>7</sup> William A. Ninacs, Empowerment et intervention : *Développement de la capacité d'agir et de la solidarité*, **Les presses de l'Université Laval**, Travail social, 2008.



## Les facteurs d'influence

Six facteurs ont influencé le déploiement du projet et son intégration dans le paysage local. Les quatre premiers sont d'ordre contextuel, les deux derniers sont intrinsèques au projet.

### L'ancrage territorial

Le territoire se définit à travers l'espace géographique auquel les membres des collectifs s'identifient<sup>8</sup>. L'ancrage territorial du projet est identifié comme un facteur favorisant son appropriation.

### L'intégration dans l'écosystème institutionnel

Le soutien politique local, l'articulation avec les dynamiques antérieures et la coordination avec les dispositifs territoriaux existants favorisent la mise en œuvre d'un processus coopératif entre les institutions et les citoyens du territoire.

### Les ressources en présence

La présence d'habitants au sein des collectifs, l'interconnaissance et la construction d'une identité commune renforcent la capacité collective d'agir.

L'implication d'un leader communautaire, engagé pour son territoire et reconnu par les habitants, est identifiée comme un levier pour la dynamique des collectifs<sup>9</sup>.

À l'inverse, l'implication d'un élu local, s'il peut représenter un appui, peut aussi susciter des interrogations, voire des réticences. En effet, les membres du collectif ont des statuts (élu, professionnel, association, habitant) et des stratégies politiques qui leur sont propres et susceptibles de s'inscrire en dissonance de la dynamique collective.

### Les liens avec la plateforme d'Éducation Thérapeutique du Patient

L'expertise méthodologique en ETP structure le déploiement des *Semeurs de Santé*. La préexistence d'un réseau de partenaires de ce secteur facilite son implantation. De plus, une sensibilité des facilitatrices aux problématiques d'isolement permet d'accompagner les collectifs désireux d'investir cette problématique.

### La temporalité

Plusieurs années sont consacrées au déploiement de l'accompagnement. La mise en œuvre d'actions co-construites nécessite trois ans de suivi afin de stabiliser la composition des collectifs, d'élaborer collectivement un diagnostic du territoire et de développer un plan opérationnel.

### L'accessibilité du projet

L'accessibilité dans ses dimensions géographique, humaine et financière est identifiée comme l'un des leviers de l'intervention. L'accessibilité géographique intègre le caractère local des formations et des actions. L'accessibilité humaine comprend la construction d'une relation de confiance et la disponibilité des facilitatrices. L'accessibilité financière intègre la gratuité de l'ensemble des composantes et la montée en compétences des acteurs locaux sur la recherche de subventions.

<sup>8</sup> INSPQ, "La santé des communautés : perspectives pour la contribution de la santé publique au développement social et au développement des communautés" (Institut national de santé publique Québec, 2002); Andrée-Anne Parent et al., "Organisateurs communautaires et développement des communautés. Une pratique d'intervention sociale territoriale qui mérite réflexion", *Nouvelles pratiques sociales* 26, n° 1 (8 mai 2014): 118-32.

<sup>9</sup> Nina Wallerstein, "What Is the Evidence on Effectiveness of Empowerment to Improve Health?" (WHO Regional Office for Europe (Health Evidence Network report), 2006).



## Les retentissements au niveau de la plateforme d'ETP et du territoire

Après cinq ans d'expérimentation, l'influence des *Semeurs de Santé* est perceptible au niveau de la plateforme d'ETP et des dynamiques territoriales.

### Les retentissements pour la plateforme

#### **Le développement des pratiques d'accompagnement**

Les stratégies et les valeurs partagées au sein des *Semeurs de Santé* ont imprégné la manière dont la plateforme d'ETP accompagne ses autres programmes. L'identification des besoins et des ressources locales est encouragée de manière systématique.

#### **L'évolution de la posture des professionnelles**

La reconnaissance de la dimension relationnelle de l'accompagnement renforce la légitimité des facilitatrices à incarner les valeurs qui les animent.

#### **L'apparition de nouveaux champs d'action**

**Le plaidoyer pour la santé :** les facilitatrices interviennent auprès des acteurs locaux et des financeurs pour soutenir l'idée que "la santé est le résultat dynamique des interactions entre les individus et leurs environnements"<sup>10</sup>.

**La production de connaissances :** l'expérimentation a permis de construire une relation partenariale entre acteurs de terrain et chercheurs. Ces derniers s'investissent depuis, sur certains temps d'animation du territoire. De nouveaux programmes de recherche sont en cours d'élaboration.

#### **L'importance de l'environnement structurel et organisationnel**

La plateforme d'ETP applique la philosophie inhérente aux *Semeurs de Santé* dans son processus organisationnel. Le poids de ces valeurs met en lumière l'importance de privilégier une structure engagée dans les démarches de promotion de la santé pour le portage administratif des *Semeurs de Santé*.

### Les retentissements pour le territoire

#### **La participation des usagers**

La plateforme d'ETP favorise le développement des compétences des acteurs locaux pour pérenniser ses actions. L'expérimentation a apporté des réflexions complémentaires aux modes de gouvernance des projets d'ETP. Elle veille à ce que chaque partie prenante bénéficie du même pouvoir décisionnel.

#### **L'essaimage sur le territoire**

D'autres communes et structures du territoire se sont saisies des outils des *Semeurs de santé* pour développer des actions locales. Par exemple, les Cafés Mortels ont été déployés sur la commune d'Inzinzac fin 2022. Une collaboration s'est établie entre la compagnie de théâtre-forum de Lorient et les structures de santé des communes d'Hennebont et Kervignac.

#### **Le croisement des thématiques**

##### **La contribution à la lutte contre l'isolement social en complémentarité d'autres dispositifs**

Plusieurs passerelles se sont dessinées entre *Les Semeurs de Santé* et le mouvement national *Mona Lisa*. L'articulation des dispositifs favorise la mise en œuvre d'actions porteuses de lien social.

##### **Le développement des projets intégrant culture et santé**

L'intervention de la plateforme d'ETP s'établit comme un gage de confiance et de qualité pour les financeurs et les porteurs de projet. Une augmentation des demandes d'accompagnement et de des subventions accordées a été identifiée, notamment en faveur de projets associant la culture et la santé.

<sup>10</sup> Blake D. Poland, Lawrence W. Green, et Irving Rootman, *Settings for Health Promotion: Linking Theory and Practice* (SAGE Publications, 1999).



## Recommandations

Les composantes du projet *Les Semeurs de Santé* (accompagnement, formations et panel d'actions) favorisent le développement de dynamiques collectives en santé. Il apparaît indispensable de les déployer simultanément pour créer une synergie. Les recommandations suivantes sont formulées dans une perspective de pérennisation et de transférabilité.

### 1. Porter attention à l'existant

- **S'appuyer sur les partenaires institutionnels et associatifs**  
La coordination avec les politiques existantes de santé et de développement local facilite l'ancrage de l'intervention dans le paysage institutionnel. La mobilisation du tissu associatif favorise le décloisonnement des réflexions ainsi que l'intégration d'acteurs engagés et producteurs d'actions sociales.
- **Cibler les leaders communautaires**  
Les leaders communautaires exercent un rôle fédérateur au sein des collectifs et représentent une ressource pour la mobilisation et la mise en œuvre d'actions collectives.
- **Respecter la singularité de chaque territoire**  
Une attention particulière portée à la singularité de chaque territoire permet de poser les fondements d'un projet ascendant et la co-construction d'une action collective attractive, adaptée aux besoins du territoire.

### 2. S'engager dans la mise en œuvre

- **Incarner une posture favorable à l'empowerment des collectifs**  
Les facilitatrices mettent en œuvre un savoir "être avec" et construisent un cadre sécurisant, favorable à la prise de confiance et à la montée en compétences des acteurs.
- **Développer l'"aller-vers"**  
La création d'une alliance avec les acteurs du territoire est indispensable à l'amorçage d'une mobilisation.
- **Promouvoir l'interconnaissance et la convivialité**  
L'interconnaissance est un élément fondamental de la coopération. La convivialité est un facteur favorisant l'investissement des acteurs locaux.
- **Considérer l'implication des habitants comme nécessaire pour construire une action collective**  
La participation des habitants est nécessaire à la construction d'un projet ascendant. Elle est aussi garante d'une action en phase avec les besoins du territoire.
- **Accompagner la montée en compétences des acteurs locaux**  
Les formations suscitent une prise de conscience collective et renforcent le pouvoir d'agir. Elles favorisent une posture relationnelle adaptée aux pratiques coopératives et accélèrent les dynamiques collectives en santé sur les communes impliquées.
- **Soutenir la créativité**  
Les facilitatrices soutiennent le droit à l'expérimentation. Cette liberté d'action sécurise les acteurs et favorise la mise en œuvre d'actions innovantes.

### 3. Prendre en considération l'aspect organisationnel

- **Accorder du temps**  
Dans une perspective de lutte contre les inégalités sociales en santé, un accompagnement sur le long terme doit être envisagé pour atteindre des objectifs de transformation sociale.
- **Poursuivre les financements**  
Afin de maintenir les dynamiques enclenchées, il est nécessaire de continuer à solliciter des subventions et à accompagner les communes impliquées jusqu'à maturité financière et opérationnelle des collectifs.
- **Organiser des espaces d'échanges de pratiques**  
Pour sécuriser les facilitatrices dans leur exercice et développer une identité commune, l'organisation d'espaces d'échanges et la création d'une communauté de pratiques est préconisée. Dans cette perspective, la cellule d'évaluation accompagne la production de connaissances autour de la santé communautaire, clarifie les enjeux et contribue à la capitalisation d'expérience.



# Bibliographie

## Pour s'approprier les concepts de la santé et de ses déterminants, et ouvrir les réflexions sur la santé :

- **La santé c'est aussi :**  
Outil pour appréhender la santé dans une approche globale et positive, développé par Culture et Santé, en ligne : <https://www.cultures-sante.be/nos-outils/outils-promotion-sante/item/62-la-sante-cest-aussi.html>
- **Organisation mondiale de la santé (OMS),**  
Promotion de la santé
- **Charte d'Ottawa,**  
1986  
[https://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0003/129675/Ottawa\\_Charter\\_F.pdf](https://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0003/129675/Ottawa_Charter_F.pdf)
- **IREPS**  
(Instance régionale d'éducation et de promotion de la santé) Auvergne-Rhône- Alpes,  
**Oh'ISS - Pas d'ISS :** Outils d'animation pour faciliter la compréhension des mécanismes qui conduisent aux inégalités sociales de santé, 2021,  
<https://ireps-ara.org/portail/portail.asp?idz=1654>
- Observatoire des inégalités,  
**Contre les inégalités, l'information est une arme,**  
2022,  
<https://www.inegalites.fr/>
- Réseau français des villes santé de l'OMS,  
**éd., Agir sur les déterminants de la santé : les actions des villes-santé,**  
**Rennes: Presses de l'École des hautes études en santé publique,**  
2015,  
[http://www.villes-sante.com/wp-content/uploads/ouvrage\\_25ans.pdf](http://www.villes-sante.com/wp-content/uploads/ouvrage_25ans.pdf)
- Aujoulat Isabelle et Sandrin Brigitte,  
**Et si on pensait l'éducation thérapeutique dans une logique de promotion de la santé... ?**  
AFDET Santé Education 29, n° spécial congrès (2019) : 7,  
<https://www.afdet.net/wp-content/uploads/2019/12/isabelle-aujoulat-et-brigitte-sandrin-et-si-on-pensait-lducation-thrapeutique.pdf>
- Fleuret Sébastien,  
**Construction locale de la santé : quels sont les facteurs de réussite des projets locaux de santé communautaire ?**  
L'Espace Politique. Revue en ligne de géographie politique et de géopolitique, n° 26 (2015),  
<https://doi.org/10.4000/espacepolitique.3459>
- INPES, ESPT et RFVS,  
**Réduire les inégalités sociales et territoriales de santé : intérêts d'une approche locale et transversale,** 2016,  
[https://www.centre-val-de-loire.ars.sante.fr/sites/default/files/2016-12/Brochure\\_CLS.pdf](https://www.centre-val-de-loire.ars.sante.fr/sites/default/files/2016-12/Brochure_CLS.pdf)
- Wallerstein Nina,  
**What is the evidence on effectiveness of empowerment to improve health? Copenhagen :**  
**WHO Regional Office for Europe (Health Evidence Network report),** 2006,  
<http://www.euro.who.int/Document/E88o86.pdf>





## Pour s'approprier les méthodes d'enquête :

- **Humbert, Colette, et Jean Merlo,**  
**L'enquête conscientisante : problèmes et méthode,**  
IDOC- France, L'Harmattan, INODEP - Document de travail, 1985
- **Tolini, Gauthier, Freinet et Freire (II) :**  
**L'éducation conscientisante, Questions de classe(s),**  
8 mars 2017,  
<https://www.questionsdeclasses.org/freinet-et-freire-ii-l-education-conscientisante/>
- **Éducation-populaire.fr, Méthodes en vrac,**  
**Démarches collectives pour l'émancipation et la transformation sociale,**  
30 novembre 2014,  
<https://www.education-populaire.fr/methodes-en-urac/>

## Pour s'approprier les outils d'animation de réunion :

- **CEMEA,**  
*Boîte à outils à l'usage des formateur-rices avides d'éducation active : 200 outils pour animer nos formations,*  
Nantes: CEMEA - L'Élan formation - Pays de la Loire, avril 2016  
<https://crajephdf.files.wordpress.com/2020/03/boite-outil-participative-cema.pdf>
- **Communagir, Communagir | Communagir pour emporter,**  
*Les outils d'animation, consulté le 27 octobre 2022,*  
<https://communagir.org/contenus-et-outils/communagir-pour-emporter/les-outils-d-animation/>
- **Cultures&Santé, CULTURES & SANTÉ,**  
*Mobiliser des savoirs, activer des pratiques, consulté le 27 octobre 2022,*  
<https://www.cultures-sante.be/nos-outils/outils-promotion-sante/item/62-la-sante-cest-aussi.html>
- **Le QQQCP, kitoutils.com,**  
*Trouvez l'outil d'amélioration dont vous avez besoin, 2022,*  
<https://kitoutils.com/outils/qqqcp>
- **Les six chapeaux d'Edward de Bono,**  
*La minute formation, 2016,*  
<https://www.youtube.com/watch?v=JpPGWfLJxs8>
- **Roujol, Brigitte, Créativité : les 6 chapeaux de Bono,**  
CEDIP, 2016,  
[https://www.cedip.developpement-durable.gouv.fr/IMG/pdf/Bono\\_chapeaux\\_cle07a27e.pdf](https://www.cedip.developpement-durable.gouv.fr/IMG/pdf/Bono_chapeaux_cle07a27e.pdf)





Les  
Semeurs  
de  
Santé

**Vous êtes habitant, acteur associatif,  
professionnel ou élu ?**

**Vous souhaitez vous impliquer pour réduire  
les inégalités de santé sur votre commune ?**

**Vous souhaitez créer votre propre collectif ?**

N'hésitez pas à nous contacter !  
Nous vous fournirons conseils et outils  
pour réussir à mobiliser autour de vous.



**L'équipe des Semeurs de Santé :**

**Hélène Denoual, Claire Cornelissen, Camille Astier et Peggy Caclin.**

L'équipe des *Semeurs de Santé* remercie tout particulièrement les personnes suivantes pour leur contribution et relecture attentive de ce guide :  
Marie-Renée Guével, Anne Hélaouët, Tanguy Hoanen, Maud Le Ridant, Claire Lerouvreur et Anaïs Tanguy.

**Nous contacter : [coordination-etp@capautonomiesante.bzh](mailto:coordination-etp@capautonomiesante.bzh) • 02 97 87 70 33**

Projet soutenu par le Ministère de la Santé et l'ARS Bretagne dans le cadre des expérimentations, article 92 de la loi de 2016.

2022 • Conception éditoriale : Charline Birault, Plume, EI • Conception graphique / illustrations : Carole Mariet, EI