



Capitalisation
des expériences
en promotion
de la santé

Fiche de capitalisation

Être acteur de la société et cheminer dans la
réduction de sa consommation de tabac

Groupe d'Entraide Mutuelle – La Soleyade



Résumé

Le projet **Être acteur de la société et cheminer dans la réduction de sa consommation de tabac** a été réalisé de décembre 2018 à décembre 2020 par le Groupe d'Entraide Mutuelle (GEM) narbonnais La Soleyade. Ce projet original avait pour objectif d'accompagner des adultes présentant des handicaps psychiques dans leur souhait d'arrêter ou de réduire leur consommation de tabac.

Pour ce faire, différents ateliers ont été organisés avec l'aide de plusieurs intervenants :

- Une éducatrice en environnement a réalisé des ateliers traitant des liens entre l'environnement et la consommation de tabac.
- Un artiste et une photographe ont accompagné les membres du GEM dans la création de maquettes et d'affiches. Ces affiches ont été exposées auprès d'écoliers et des habitants de Narbonne.
- Une tabacologue a proposé des ateliers de groupe et des consultations individuelles.

Carte d'identité de l'intervention

Intervention	Être acteur de la société et cheminer dans la réduction de sa consommation de tabac
Porteur	Groupe d'Entraide Mutuelle (GEM) – La Soleyade
Thématique	Tabagisme ; Compétences psycho-sociales ; Environnement ; Art
Population cible	Personnes présentant des pathologies psychiques
Calendrier	De décembre 2018 à décembre 2020
Territoire concerné	Ville de Narbonne
Principaux partenaires	ASV de Narbonne, CLS, de Narbonne, Maison de la prévention et de la santé, CCAS de Narbonne, L'espace d'exposition La Poudrière, L'Espace de Vie Sociale – Le Forum, une éducatrice en environnement, un artiste, une photographe, une tabacologue
Objectifs	Dans une approche globale, sensibilisation les membres de La Soleyade à la question du tabagisme et des enjeux écologiques à travers diverses approches (artistiques, ludiques, interventions de professionnels de santé).
Principales stratégies	Accompagnement individuel et counseling pour l'arrêt du tabac ; ateliers créatifs ; sensibiliser aux enjeux environnementaux ; renforcement de l'estime de soi et des compétences psychosociales
Thèmes saillants	Tabagisme ; art ; environnement ;
Contributeurs	Groupe d'adhérents au GEM Hélène Thieffry Animatrice du GEM et éducatrice spécialisée GEM de Narbonne gemnarbonne@outlook.fr http://www.gemaude.com
Accompagnateurs	Anne Laurent Directrice de l'Institut Renaudot Samuel Gaspard Chargé de projet capitalisation Société Française de Santé Publique Samuel.gaspard@sfsp.fr www.sfsp.fr
Méthodologie	Fiche réalisée sur la base de deux entretiens de capitalisation. Le premier conduit en mars 2019, sur site, lors d'un focus groupe avec les membres du GEM. Le deuxième entretien a eu lieu en décembre 2020 avec l'animatrice du GEM.



Présentation de l'intervention

Présentation de la structure

Le Groupe d'Entraide Mutuelle (GEM) La Soleyade est une association narbonnaise portée par et pour ses membres. En 2020, elle comprenait 92 adhérents et adhérentes. Deux éducateurs et deux stagiaires constituaient l'équipe encadrante. Les membres de La Soleyade ont en commun de présenter un handicap psychique¹, et d'être ou d'avoir été dans une situation d'isolement. Avec l'aide de l'équipe, d'intervenants extérieurs et de bénévoles, **les membres organisent des activités visant à leur développement et épanouissement personnel** à travers des ateliers artistiques, de cuisine, de peintures, des sorties.

Contexte

D'après les professionnels du GEM, près de 90% des membres de l'association fument, dont certains de manière intensive. Certains membres ont exprimé à plusieurs reprises leur souhait d'arrêter ou de réduire leur consommation de tabac, notamment du fait du coût que l'achat de cigarettes représente. Pour répondre à ces demandes, l'équipe encadrante a proposé ce projet original et multithématique afin d'accompagner les personnes souhaitant réduire ou arrêter leur consommation de tabac.

Objectifs

L'objectif du projet, dans un cadre global de développement des compétences psychosociales, est de sensibiliser au tabagisme et aux enjeux écologiques à travers diverses approches (artistiques, ludiques, rencontres avec des professionnels de santé).

L'objectif visé était qu'ils puissent avoir des réponses à toutes leurs interrogations autour du sujet de l'environnement et du tabac et qu'ils changent leur comportement que ce soit envers les questions environnementales, l'écologie, envers le tabac ou envers les deux.

Hélène Thieffry, Educatrice spécialisée

Calendrier



¹ Pour en savoir plus : <https://www.handipacte-mde.fr/fiche-apports-handicap-psy-mental-cognitif.php>

Partenariats

Pour mettre en œuvre ce projet, l'équipe encadrante de La Soleyade a collaboré avec une diversité de partenaires locaux. Elle a notamment travaillé avec **l'Atelier Santé Ville de Narbonne, la Maison de la prévention et de la santé et le Contrat Local de Santé** afin d'identifier des intervenants pour les ateliers prévus. L'équipe a également sollicité des partenaires que les adhérents avaient particulièrement appréciés lors de précédents projets.



Les intervenants avec qui ça marche bien – je prends l'exemple de Serge [l'intervenant artiste] parce qu'il vient depuis longtemps. Il a une bienveillance complète, il ne va faire aucune différence qu'il travaille avec un adhérent qui ne parle pas et qui est vraiment dans des angoisses et qui est renfermé, qu'avec un adhérent qui est complètement exubérant qui est en phase haute. Peut-être que les intervenants avec qui ça a moins bien marché, ça a été des gens qui étaient un peu infantilisants, qui ne voyaient pas l'adulte dans sa globalité mais qui venaient intervenir pour un public en situation de handicap.

Hélène Thieffry

Afin de mettre en œuvre des séances de sensibilisation sur les enjeux environnement auprès des adhérents de l'association, l'ASV de Narbonne a mis en contact le GEM avec **le réseau d'éducation à l'environnement Gée Aude**². Ce dernier a alors orienté l'association vers une éducatrice en environnement qui a déjà réalisée des expériences auprès de publics ayant des pathologies psychiques. Son rôle a été de sensibiliser aux enjeux écologiques et de faire acquérir des comportements environnementaux.

Le GEM La Soleyade a également collaboré avec **un artiste** très apprécié des adhérents. En effet, cet artiste est intervenu à plusieurs reprises au sein de l'association lors de précédents projets. Dans le cadre de ce projet, il a notamment accompagné les membres de l'association dans la création d'œuvres d'art sur le thème du tabac et de l'environnement.

Pour la production des affiches, **une photographe** est également intervenue. Ayant eu une expérience réussie avec le GEM de La Soleyade deux ans auparavant, elle s'est facilement intégrée dans le projet et a su travailler facilement avec les membres. Pour ce projet, elle a produit des affiches en se basant sur les maquettes et en échangeant avec les membres de l'association.

Une tabacologue a aussi été mobilisée. Elle a proposé des interventions collectives, ainsi que des consultations individuelles pour ceux qui le souhaitaient.

Enfin, **l'espace d'exposition La Poudrière, la MJC de Lézignan-Corbières, le CCAS et l'Espace de Vie Sociale le Forum** ont ouvert leurs portes aux membres du GEM de La Soleyade afin qu'ils puissent exposer leurs œuvres. Les narbonnais et notamment des classes d'élèves ont ainsi pu profiter de leur travail.

Principaux acteurs et partenaires

Pilote du projet : Le Groupe d'Entraide Mutuelle - La Soleyade			
Partenaires Structures d'appui	Partenaires Intervenants	Partenaires Lieux d'exposition	Partenaire Financier
<ul style="list-style-type: none"> L'Atelier Santé Ville (ASV) de Narbonne La Maison de la prévention et de la santé Le Contrat Local de Santé (CLS) de Narbonne 	<ul style="list-style-type: none"> Le réseau Gée Aude et une éducatrice en environnement Un artiste indépendant Une photographe indépendante Une tabacologue libérale 	<ul style="list-style-type: none"> Le centre d'exposition La Poudrière Le centre communal d'action sociale (CCAS) de Narbonne L'Espace de Vie Sociale le Forum La MJC de Lézignan-Corbières 	<ul style="list-style-type: none"> L'Agence Régionale de Santé Provence-Alpes Côte-d'Azur

² Site web du Groupe d'Education à l'Environnement de l'Aude (Gée Aude) : <http://geeaude.org/>

Principaux éléments saillants

Émergence et élaboration du projet

Si de nombreux membres de La Soleyade souhaitent arrêter de fumer, **il aurait été contre-productif de proposer un projet qui soit d'ordre du soin**. En effet, les membres de l'association sont confrontés au quotidien au milieu médical du fait de leurs pathologies et évoquent souvent le souhait de garder une distinction entre le GEM La Soleyade et le milieu hospitalier : *« Qu'est-ce que le GEM va faire dans le soin alors que nous, quand on vient au GEM, c'est pour sortir de tout ça, pour notre vie sociale ? »*

Alors que les membres de l'association se sont montrés très intéressés lors d'activités traitant de questions environnementales, l'équipe encadrante de La Soleyade s'est saisie de cet angle d'accroche pour aborder autrement la problématique du tabagisme.

Ainsi, en articulant les objectifs d'épanouissement et de développement de compétences psychosociales avec ceux de réduction ou d'arrêt du tabagisme et de sensibilisation aux enjeux environnementaux, ce projet vise à répondre à la problématique suivante : **Comment en étant acteur de la société et en tenant compte des enjeux écologiques, un adulte présentant un handicap psychique peut-il réussir à arrêter de fumer ou au moins à avancer dans son cheminement d'arrêt du tabac ?**

Par ailleurs, en 2018, et indépendamment de ce projet, les professionnels de La Soleyade avaient déposé une demande afin de pouvoir exposer des œuvres artistiques produites par ses membres au centre d'exposition La Poudrière. En effet, les membres du GEM créent depuis plusieurs années des œuvres artistiques sans jamais les présenter au grand public. Ayant obtenu l'autorisation d'exposer durant l'été 2019, l'équipe encadrante a profité de cette occasion pour proposer aux membres de produire et de présenter des affiches qui articulent environnement et tabagisme et qui ont pour thème « La nature et la santé ».

Mobilisation du public

Afin de mobiliser les membres de La Soleyade sur ce projet, les professionnels et intervenants se sont appuyés sur plusieurs stratégies :

- **Présenter le projet en amont afin de recueillir les retours des membres** permet de construire le projet avec eux et de les aider à se l'approprier. Par ailleurs, lors des semaines précédant le début du projet, plusieurs rappels sont faits, complétés par des affiches disséminées dans les locaux du GEM. Ces affiches sont également coconstruites et installées par des membres de l'association, de manière à les impliquer autant que possible dans le projet.
- **Une participation volontaire aux activités :**
 - o D'une part, **l'ensemble des activités du GEM sont libres et les membres peuvent joindre et quitter les activités quand ils le souhaitent.**



Au départ, quand on a vu que les non-fumeurs intégraient le projet on s'est dit : « Est-ce qu'on va dans la bonne direction ? » Et en fait, ça a servi d'appui aux fumeurs, qui ont envie de participer, et ça a permis d'intégrer tout le monde. [...] On a récupéré des gens dans le projet qu'on n'attendait pas non plus, des personnes qui avaient dit : « Non, moi, ça ne m'intéresse pas » et qui à partir du moment où ils ont intégré un atelier, sont venus à chaque fois.

Hélène Thieffry

- o D'autre part, **les locaux du GEM sont des espaces ouverts où chacun peut suivre les différentes activités « de loin »**. Ainsi, des membres qui ne participaient pas aux activités, voyant l'engouement des participants, ont souhaité rejoindre le groupe et participer.

- **Les ateliers basés sur des activités ludiques et pratiques.** Des supports visuels et des jeux ont permis de transmettre aux membres du GEM les informations souhaitées tout en rendant les ateliers attractifs.



On n'a pas tellement de problème de mobilisation à partir du moment où il y a des intervenants extérieurs qui viennent au GEM. Dès qu'on réussit à construire un projet avec des intervenants qui viennent amener quelque chose, on a toujours un groupe réceptif et intéressé.

Hélène Thieffry

Stratégies de mise en œuvre



Dans le cadre de ce projet plusieurs stratégies ont été mises en place :

- Des ateliers permettant l'acquisition de connaissances et de gestes relatifs à l'écologie et articulée avec la problématique du tabac.
- Des ateliers collectifs et un accompagnement (counseling) individuel pour l'arrêt du tabac.
- Des ateliers développant la créativité et l'expression de chacun et permettant d'approcher la question de l'environnement et du tabac sous un angle original et à travers une approche artistique.
- Des expositions publiques afin de renforcer l'estime de soi et les compétences psychosociales à travers la valorisation des membres du GEM, de leur production et de leur non-entrée, arrêt ou diminution de la consommation de tabac.

Durant les ateliers, un éducateur de La Soleyade est présent en appui de l'intervenant extérieur, notamment lors des premières interventions. Cela permet d'une part de rassurer les adhérents du GEM par sa présence. D'autre part, cela permet de rassurer l'intervenant qui peut être débordé par des comportements qu'il peut avoir du mal à appréhender lors des premières séances. **Les éducateurs accompagnent également les intervenants en amont des ateliers afin de réfléchir avec eux sur les activités à mettre en place et sur les outils à mobiliser.** Les ateliers sont élaborés de manière à durer au maximum deux heures, avec plusieurs pauses, afin de permettre aux membres de La Soleyade d'être concentrés et investis tout au long de l'activité.

Les ateliers « Environnement et Tabac »

Ces ateliers, organisés de janvier à mars 2019, ont consisté en 5 interventions. Les quatre premières traitaient de l'environnement et la cinquième plus spécifiquement de liens entre écologie et tabac, amenant progressivement la thématique. Lors des ateliers, l'éducatrice en environnement est partie du quotidien des participants pour évoquer leurs pratiques : Est-ce qu'ils trient leurs déchets ? Quels objets fabriquer avec leur journal ? Où est-ce qu'ils jettent leurs mégots ? Quels savons et shampoings écologiques utiliser ?



En partant des gestes quotidiens, des jeux, de l'utilisation de produits du type shampoing sec, les intervenants ont touché vraiment plein de dimensions auxquelles on n'avait pas pensé. Par exemple, Par exemple, des personnes qui avaient des problèmes relatifs à l'hygiène ont pu prendre de nouvelles habitudes avec ces défis.

Hélène Thieffry

L'intervenante a également utilisé des vidéos portant notamment sur les actions à mettre en œuvre à l'échelle individuelle pour réduire son impact sur l'environnement. Dans l'objectif « *d'être acteur de la société* », des activités ont également été organisées à l'extérieur : ramassage de déchets et de mégots et sensibilisation des passants (quizz, informations, défis) par les membres de La Soleyade.

En utilisant des traces au sol, divisant le sol en cases « oui », « non », « un peu », « beaucoup », etc. l'éducatrice en environnement a proposé une activité ludique au cours de laquelle les membres du GEM pouvaient se positionner pour définir leurs pratiques. Cette activité a permis aux professionnels et aux membres du GEM de constater et de comparer l'évolution de leurs comportements au cours du projet.

La création des maquettes et des affiches

A la suite des ateliers « Environnement et Tabac », de mars à mai 2019, les membres du GEM ont participé à 6 ateliers de construction de maquettes à partir d'objets de récupérations. Lors de ces ateliers, l'artiste a accompagné les membres de La Soleyade dans la création de ces maquettes, leur laissant beaucoup de liberté et se contentant principalement de les conseiller. 12 maquettes ont ainsi été produites sur 12 thématiques différentes (rôle de la consommation de tabac dans les incendies, la pollution de l'eau, la déforestation, etc.). Pour réaliser ces maquettes, les adhérents de l'association ont dû faire des recherches, développant leurs compétences en la matière. Certaines maquettes ont également été élaborées en groupe, renforçant la cohésion entre les membres et leur capacité à exprimer et défendre leurs idées.

Lorsque les 12 maquettes ont été créées, une photographe est intervenue au cours du moins de juin afin de produire de grandes affiches. Pour ce faire, elle a utilisé les maquettes et a échangé avec les membres du GEM pour identifier quel message ils souhaitaient partager et quels éléments devaient être valorisés. Elle a alors proposé plusieurs photos parmi lesquelles les membres pouvaient choisir celle qu'ils préféraient. Les photos sélectionnées ont été envoyées à une société de graphiste afin de les produire dans un grand format.

Des expositions au cœur de la cité

Une fois produite, les affiches, ainsi que les maquettes, ont été exposées dans différents lieux durant plusieurs mois à l'Espace de Vie Sociale le Forum, au centre d'exposition la Poudrière, à la MJC de Lézignan-Corbières, au CCAS et à la Maison de la prévention et de la santé. L'exposition à la Poudrière a été communiquée au plus grand nombre, avec la participation du CLS, du journal local L'Indépendant, de l'ASV. A la suite de cette campagne de communication, des écoles ont contacté le GEM afin d'organiser des visites accompagnées. Si l'artiste était présent lors de ces visites, ce sont des adhérents du GEM qui les ont conduites en autonomie et ont expliqué les affiches aux élèves et aux différents visiteurs.



Pour une fois, c'est eux qui étaient complètement acteurs, partageant leur expérience, en faisant de la prévention et en étant complètement valorisés sur leur investissement dans un projet qu'ils ont mené et qu'ils se sont bien appropriés. [...] L'exposition a beaucoup fait parler, elle nous est souvent demandée. [...] On a trouvé ça génial parce que c'était bien précisé que l'exposition a été créée par des personnes ayant des troubles psychiques. [...] Ça a créé plein d'échanges sur ce sujet et je pense qu'avec ce projet, il y a quand même eu des changements de mentalité du grand public.

Hélène Thieffry

Affiches produites et exposées dans le cadre du projet.



Des accompagnements individuels et collectifs par une tabacologue

De septembre à décembre 2019, une tabacologue a réalisé 4 interventions au sein du GEM. De même que pour l'ensemble des interventions, des fumeurs et des non-fumeurs pouvaient être présents, avec pour seule condition l'envie de participer et le respect de la parole des autres. Les trois premières interventions ont consisté en des discussions de groupes au cours desquelles les participants ont partagé leurs expériences, posé leurs questions, expliqué leurs motivations et envie de réduire leur consommation de

tabac ou encore discuté de l'impact que les précédentes activités ont eu sur leur consommation. Enfin, la dernière intervention a consisté en des consultations individuelles pour ceux qui le souhaitent.

La tabacologue n'ayant pas l'habitude de travailler avec des groupes, et notamment avec des personnes présentant des handicaps psychiques, les ateliers étaient limités à 10 participants maximum. Par ailleurs, il était possible d'être auditeur pour tous les membres de La Soleyade.



Des installations murales aux yeux de tous

Pour compléter les interventions de la tabacologues, des installations ont été disposées au sein du GEM :

- **L'exposition de Polaroids.** Sur un mur de La Soleyade, des membres se sont pris en photo et ont écrit en dessous leurs objectifs ou leurs résultats dans la réduction de leur consommation de tabac.
- **Le fil des économies.** Les membres qui ont diminué leur consommation ont accroché sur des fils de faux billets de 10€, représentant les paquets de cigarettes non-achetés et l'argent ainsi économisé.
- **La boîte à sacrifice.** Cette boîte permet aux membres d'y jeter une cigarette, s'engageant à ne pas la fumer. Moins valorisante, il s'agit de l'installation ayant la moins bien marché.

Ces installations visibles de toutes et tous ont permis de sensibiliser l'ensemble des membres du GEM sur

Principaux enseignements

Résultats observés

- Sur la centaine d'adhérents de La Soleyade, 41 personnes ont participé aux activités. 6 membres ont fait le projet du début à la fin et 35 personnes ont participé à quelques activités. Plusieurs d'entre eux ont fait évoluer leurs consommations de tabac.
- Des fumeurs et des non-fumeurs de La Soleyade ont adopté des comportements favorables à l'environnement.
- Plus de 650 personnes sont venues à l'exposition à La Poudrière et ont été sensibilisées à la problématique du tabagisme et aux enjeux environnementaux.
- Les membres de La Soleyade participants au projet ont été particulièrement satisfaits de ce projet global et multithématique.
- Les membres ayant participé et présenté leurs maquettes et affiches à l'exposition ont une meilleure confiance en eux et s'expriment désormais avec plus d'aisance en public.



***Ça a atteint les objectifs qu'on ne cherchait pas à atteindre.** Cette partie exposition et le fait que l'exposition soit tenue par les adhérents, que les visites des écoles soient faites par les adhérents, ça a amené complètement autre chose, par exemple ils ont plus confiance en eux dans les interventions en public. Il y a des personnes qu'on a vues tenir le stand de la salle d'exposition, bien apprêtés et habillés pour se mettre dans une posture les valorisant.*

Hélène Thieffry

Leviers

- L'autonomie des professionnels de La Soleyade dans l'élaboration des projets a permis de mettre en place les différentes activités rapidement, et de s'adapter aux occasions qui se sont présentées.
- La capacité d'adaptation de la structure a également permis d'être souple dans le calendrier des interventions.

Freins

- Du fait de son calendrier chargé, il n'a pas été possible de faire intervenir la tabacologue en parallèle des autres ateliers. Ainsi, des membres du GEM n'ont pas assisté à ces interventions, soit parce qu'ils n'étaient plus motivés, soit parce qu'ils n'étaient plus disponibles.



Pour aller plus loin

- Stoebner-Delbarre A., Schaub R., Thezenas S., Car-Éuer J., Delaye B., Cupissol D. Aide à l'arrêt du tabac pour les personnes en situation de handicap : un programme-pilote en Languedoc-Roussillon. *La Santé de L'homme*, 2011, n° 412 : p.40-41. En ligne : <http://dww.inpes.sante.fr/SLH/pdf/sante-homme-412.pdf>
- (Bordignon Th. - Corso D. - Corman C. - Dekeyser Fr.) *Tabagisme et publics déficients : Développement d'un module de mise en projet pour des résidents fumeurs d'un foyer de vie.* En ligne : <https://sept.be/onewebmedia/carrosse-tbordignon-tabagisme.pdf>
- Programme National de Lutte contre le Tabac 2018-2022 (PNLT): <https://solidarites-sante.gouv.fr/prevention-en-sante/addictions/article/lutte-contre-le-tabagisme>



Capitalisation
des expériences
en promotion
de la **santé**

De nombreux acteurs et actrices en promotion de la santé mènent aujourd'hui des projets sur le terrain et développent des compétences et savoirs qui gagneraient à être partagés. Afin de les recueillir, la SFSP met en œuvre la méthode de capitalisation élaborée par le Groupe de Travail National CAPS.

Cette fiche de capitalisation a été réalisée dans le cadre du projet D-CAP. Ce dernier vise à produire des capitalisations d'actions de prévention du tabagisme auprès des jeunes âgés de 12 à 25 ans et des personnes vulnérables.

Retrouvez plus d'informations sur la capitalisation d'expériences en promotion de la santé, le projet D-CAP ainsi que les autres projets de