



DÉFI CITOYEN AGIS POUR TA SANTÉ !

Les recommandations des 16-25 ans
pour améliorer leur santé en Auvergne-
Rhône-Alpes.

NOVEMBRE 2021

France Assos Santé (Auvergne-Rhône-Alpes) ? Une voix pour tous et toutes !

France Assos Santé Auvergne-Rhône-Alpes regroupe plus de 140 associations d'usagers de la santé, plus fortes ensemble pour promouvoir la solidarité du système de santé sur la région. Notre volonté est ainsi de permettre que s'exprime la vision des usagers sur les problématiques de santé qui les concernent au premier chef, par une voie puissante, audible et faisant la synthèse des différentes sensibilités afin de toujours viser au plus juste de l'intérêt commun.

Plus d'information sur notre page internet : <https://auvergne-rhone-alpes.france-assos-sante.org/>



L'ÉDITO DU PRÉSIDENT



Les jeunes de la région Auvergne-Rhône-Alpes ont brillamment relevé le défi !

Alors qu'approche l'adoption d'une nouvelle feuille de route de santé (mi-2023) et que la santé s'est largement insinuée dans nos quotidiens, la démocratie sanitaire n'a jamais été aussi essentielle à la construction de nos politiques publiques régionales. Les espaces dédiés au dialogue inter-acteurs sont nombreux, mais les jeunes ne sont encore que trop peu souvent associés directement à

l'élaboration des projets de santé qui les concernent.

France Assos Santé Auvergne-Rhône-Alpes et ses partenaires* ont donc souhaité proposer une démarche citoyenne et participative aux jeunes âgés de 16 à 25 ans de notre région.

S'exprimer eux-mêmes sur leurs besoins, leurs attentes, leurs difficultés ainsi que sur les solutions pour y répondre, c'est l'esprit du « Défi citoyen : Agis pour ta santé ! » soutenu par l'Agence régionale de santé.

Avec plus de 250 participants issus des 12 départements de la région, les jeunes ont relevé le « Défi citoyen : Agis pour ta santé ! » avec une créativité, une générosité et un engagement inespérés après une période tellement difficile pour eux.

A nous désormais, associations, institutions, professionnels de l'éducation, de la santé... de nous saisir de leurs contributions pour les faire vivre dans les politiques publiques de santé à travers des actions ajustées aux besoins et attentes exprimés.

Relevons le Défi lancé par les jeunes de notre région !



* Association Départementale d'Éducation à la Santé (ADES), Association Addictions France, Centre Léon Bérard, Centre Régional d'Information Jeunesse (CRIJ) Espace santé jeunes, Instance Régionale d'Éducation et de Promotion Santé (IREPS), Institut Régional Jean Bergeret (IRJB), Maison Des Adolescents du Rhône (MDA), Union Régionale pour l'Habitat des Jeunes (URHAJ)

LE DÉFI EN BREF





QUOI ?

Le « Défi citoyen : Agis pour ta santé ! » est une action de plaidoyer menée en 2021 pour améliorer la santé des jeunes de la région Auvergne-Rhône-Alpes. L'objectif pour les 16-25 ans volontaires : **faire des propositions pour améliorer leur bien-être et ainsi espérer influencer, pour les actions qui les concernent, le contenu de la feuille de route régionale en santé 2023-2028 (le Schéma régional de santé),** construite et pilotée par l'Agence régionale de santé.

POURQUOI ?

Cette action, financée par l'Agence régionale de santé, est née à l'initiative d'un collectif régional* d'organismes en prévention et promotion de la santé, ayant fait le constat que **les jeunes n'étaient pas suffisamment présents dans la construction des politiques de santé les concernant.** [France Assos Santé Auvergne-Rhône-Alpes](#) a piloté ce projet aux côtés des partenaires de la démarche, en tant qu'association reconnue par le code de la santé publique pour porter la voix des usagers du système de santé.

*Collectif composé de : l'Association Addictions France, l'Association Départementale d'Education pour la Santé, l'Association de Lutte contre le Sida et pour la Santé Sexuelle, le Centre Léon Bérard, le Centre Régional d'Information Jeunesse, la coordination régionale des Maisons Des Adolescents, la Mutualité française Auvergne-Rhône-Alpes, l'Institut Régional Jean Bergeret, l'Observatoire Régional de la Santé, l'Union Régionale pour l'Habitat des Jeunes, l'Instance Régionale d'Education et de Promotion de la Santé.

QUELLES RÈGLES

DE PARTICIPATION ?

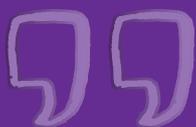
Les règles de participation étaient les suivantes : envoyer une ou plusieurs propositions concrètes, réalistes et répondant à des enjeux collectifs (il s'agissait des trois grands critères d'éligibilité), sur une ou plusieurs thématiques au choix (relevant de la santé/du bien-être) et dans un format libre. **Les jeunes pouvaient participer seuls ou en groupe (sans limite de taille) et être ou non accompagnés par un « coach » du défi.** Pouvait être coach tout professionnel de l'enseignement, de l'accompagnement ou de l'animation de jeunes volontaire.

QUELLES ÉTAPES ?

Les jeunes ont pu envoyer leurs propositions entre février et avril 2021. Ils ont ensuite présenté leurs propositions lors d'événements interdépartementaux collaboratifs en ligne. Une journée de sélection des propositions finales s'est tenue en juin 2021 avec un jury composé à plus de 50% de jeunes. La restitution des recommandations a eu lieu en novembre 2021, devant l'Agence régionale de santé et la Conférence régionale de la santé et de l'autonomie, lors d'un événement rassemblant les acteurs des écosystèmes santé et jeunesse de la région ainsi que les parties prenantes du défi.

« Réjouissant de voir des jeunes se saisir des problématiques qui les concernent individuellement et collectivement, belle preuve de citoyenneté »

— Léa, référente en mission locale, suite à sa participation à un événement interdépartemental.



« Tous les projets étaient chouettes et pertinents »

— Jules, contributeur, suite à sa participation à l'événement interdépartemental Allier et Puy-de-Dôme.



Rétrospective du défi en vidéo

sur la chaîne YouTube du « Défi citoyen : Agis pour ta santé ! »

LES MOTS-CLÉS DU DÉFI

► **Proposition** : modalité d'action émise par un jeune ou une équipe en réponse à une problématique de santé donnée

► **Contribution** : ensemble de propositions émises par un jeune ou par une équipe sur une thématique donnée

► **Recommandation** : proposition finale du « Défi citoyen : Agis pour ta santé ! », issue des propositions sélectionnées par le jury



LA PARTICIPATION EN CHIFFRES



268 participants,
répartis en

52 entités différentes
(participants individuels
ou groupes)



193 propositions



72 contributions



Âge médian :

19 ANS



96% des participants
ont répondu en groupe



86% des participants
étaient coachés

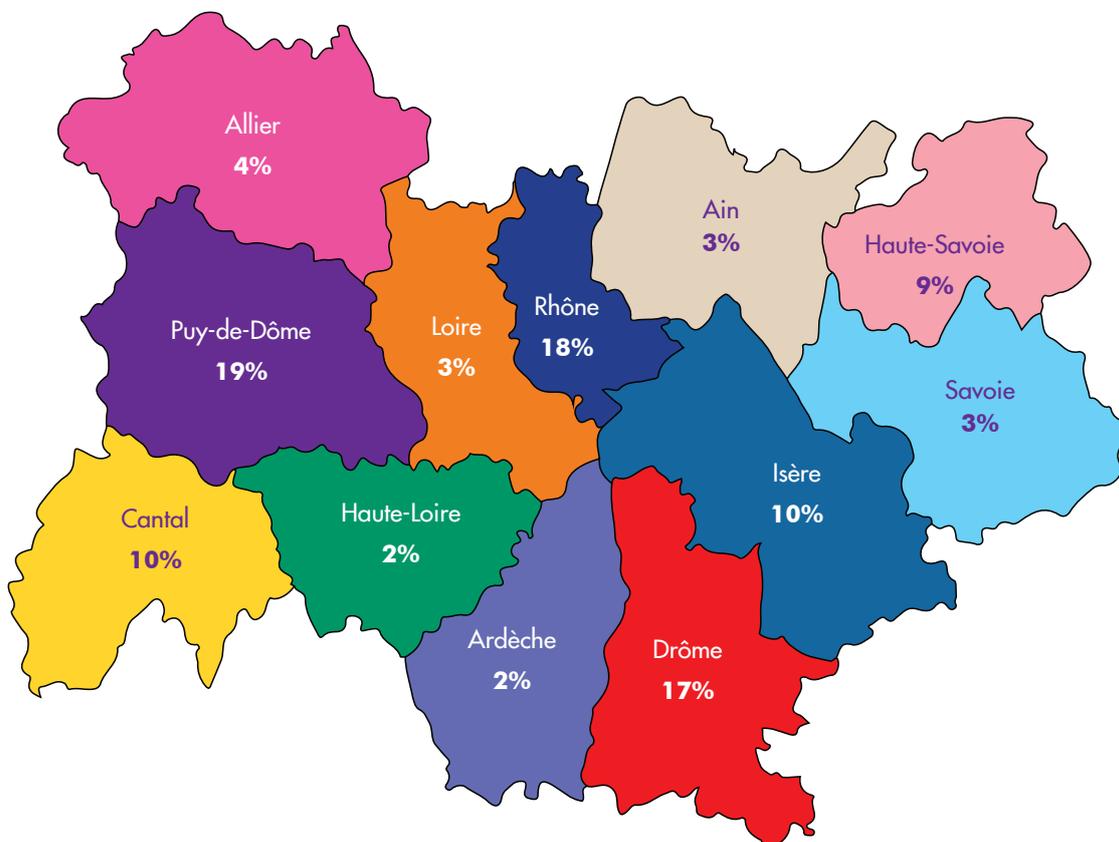


100% des
départements de la région
Auvergne-Rhône-Alpes
représentés



42 structures impliquées
(coachs + structures ayant
participé aux événements
interdépartementaux)

PROVENANCE DES CONTRIBUTEURS



**RETOUR SUR
LES TEMPS FORTS
DE LA DÉMARCHE**



LES ÉVÉNEMENTS INTERDÉPARTEMENTAUX

Cinq sessions se sont tenues courant mai et début-juin 2021 pour permettre aux contributeurs du « Défi citoyen : Agis pour ta santé ! » de présenter leurs propositions :

- 19 mai : Loire et Rhône
- 26 mai : Ardèche et Drôme
- 27 mai : Ain, Isère, Haute-Savoie et Savoie
- 31 mai : Cantal et Haute-Loire
- 2 juin : Allier et Puy-de-Dôme

Au total, plus de 100 personnes se sont réunies en visioconférence : jeunes, coachs, acteurs en santé et jeunesse et membres du jury, pour écouter, analyser et enrichir les propositions des jeunes.

Pour ne pas perdre en interactivité et en dynamisme, l'outil collaboratif en ligne « Klaxoon » a été utilisé, permettant aux parties prenantes de commenter et d'analyser les présentations qui leur étaient proposées.

Ces temps forts de la démarche ont permis de récolter un matériau précieux pour la sélection des contributions.

LA SÉLECTION DES CONTRIBUTIONS

À la suite des événements interdépartementaux, le jury du défi a procédé à la sélection des contributions finales à mettre en avant auprès de l'Agence régionale de santé.

Le jury du « Défi citoyen : Agis pour ta santé ! » était composé de 10 membres, dont plus de 50% de jeunes volontaires (le « collège jeune ») :

➤ **Collège jeunes** : Jeanne Faure, 25 ans, volontaire en service civique en développement durable au sein du Service de Coopération au Développement et de la Société d'Enseignement Professionnel du Rhône ; Anaïs Grudé, 22 ans, étudiante en troisième année de licence en sciences politiques à l'université de Lyon ; Manon Guichard, 24 ans, en Master 2 « agro-alimentaire, alimentation et développement durable » à l'université de Bourgogne ; Isaac Karaman, 21 ans, en double cursus sciences cognitives et sciences du langage à l'université Lumière Lyon 2 ; Capucine Ribeyre, 22 ans, étudiante en Master 1 santé publique à l'université Claude Bernard Lyon 1 ; Floriane Varais-Kurtz, 25 ans, étudiante en droit à l'école des avocats de Lyon.

➤ **Collège écosystème santé/jeunesse** : Christian Brun, président de la Conférence régionale de la santé et de l'autonomie ; Léo Calzetta, chargé de projets en promotion de la santé à l'Instance Régionale d'Éducation et de Promotion Santé Auvergne-Rhône-Alpes (IREPS ARA) ; Gaël Conan, directeur adjoint de l'IREPS ARA ; Marie Sandoz, chargée de missions jeunesse à l'Union Régionale pour l'Habitat des Jeunes.

Le mode de sélection des propositions a été le suivant :

1. En amont de la délibération, France Assos Santé a réparti les contributions par thématiques entre les membres du jury, lesquels ont procédé à une pré-sélection des contributions via le remplissage d'une grille d'évaluation basée sur les grands critères d'éligibilité du défi (concrétude, réalisme, réponse à des enjeux collectifs).

2. Lors d'une séance délibérative en présentiel, les membres du jury ont tour à tour présenté les contributions qu'ils avaient présélectionnées, à la suite de quoi chacun a complété une nouvelle grille d'évaluation permettant d'évaluer sur dix chaque contribution (mêmes critères qu'en phase 1 avec en plus la pertinence de la contribution par rapport aux politiques régionales menées et l'originalité sur le fond). Cette évaluation a permis de réaliser un classement des contributions et de retenir les quinze premières contributions.

3. Enfin, le jury a délibéré pour sélectionner les propositions finales à retenir parmi les quinze contributions.

LES RECOMMANDATIONS FINALES EN UN COUP D'OEIL

SANTÉ MENTALE (P.12)



- 1 Systématiser la formation aux « premiers secours en santé mentale »
- 2 Mettre en place des bilans en santé mentale
- 3 Développer l'« aller-vers » et agir contre la stigmatisation en santé mentale
- 4 Lutter contre le harcèlement scolaire

SANTÉ SEXUELLE (P.13)



- 5 Lutter contre la précarité menstruelle
- 6 Renforcer l'éducation à la sexualité

ADDICTIONS (P.14)



- 7 Faire davantage connaître les dispositifs existants permettant d'être aidé en cas de conduites addictives
- 8 Accroître les espaces d'échange et d'information autour des addictions
- 9 Développer spécifiquement la prévention aux usages excessifs des écrans

SPORT ET ALIMENTATION (P.15)



- 10 Créer et/ou promouvoir une cartographie unique des lieux et initiatives favorisant l'alimentation équilibrée et locale (distributions alimentaires, épiceries solidaires), l'activité sportive et la sociabilité

ACCÈS AUX DROITS ET AUX SOINS (P.16)



- 11 Accroître l'information sur le fonctionnement de la prise en charge des soins et sur les démarches administratives en santé, via des interventions et des stands
- 12 Renforcer l'accompagnement social pour les démarches administratives d'accès aux soins
- 13 Rendre visible en un coup d'œil, sur les plateformes de prise de rendez-vous en ligne, l'information sur la capacité d'accueil de nouveaux patients par les professionnels de soins
- 14 Faciliter l'accès aux médecins spécialistes
- 15 Créer une complémentaire santé très peu onéreuse pour les jeunes

ZOOM SUR LES

RECOMMANDATIONS

FINALES



Les recommandations ci-après découlent des propositions des jeunes qui ont été sélectionnées par le jury. Ces dernières ont pu toutefois être reformulées, synthétisées voire légèrement modifiées, pour correspondre au format d'un livrable de plaidoyer et être en phase avec le champ d'action de l'Agence régionale de santé. Les modifications ont été validées par les jeunes concernés. Parfois, seule une partie des contributions a été sélectionnée par le jury. Les propositions initiales sont consultables dans le document d'annexe, accessible sur www.defi-citoyen-sante.fr/kit-de-communication



SANTÉ MENTALE

Un quart des contributions envoyées par les jeunes ont concerné la santé mentale, ce qui en fait la thématique la plus abordée dans le cadre du défi. Plusieurs problématiques ont été évoquées : le mal-être et l'isolement en général (induits ou non par la crise sanitaire), le stress et le harcèlement. Les solutions proposées par les jeunes se sont organisées autour de plusieurs notions clés : l'accès au soin en santé mentale, la déstigmatisation de la santé mentale et la promotion d'activités, de dispositifs ou d'outils favorisant la relaxation et le lien social. Les recommandations suivantes ont finalement été retenues :

1 **Systematiser la formation aux « premiers secours en santé mentale » (contributions 40 et 48)**

2 **Mettre en place des bilans en santé mentale (contribution 48)**

3 **Développer l'« aller-vers » et agir contre la stigmatisation en santé mentale (contribution 40)**

➤ Mettre en place des permanences ou des temps de rencontre sur les lieux de vie des jeunes entre professionnels de la santé mentale et jeunes

➤ Soutenir l'action d'organismes compétents sur l'« aller-vers » et la déstigmatisation de la santé mentale

4 **Lutter contre le harcèlement scolaire**

➤ Développer la présence de médiateurs scolaires ou d'espaces faciles d'accès permettant aux victimes de harcèlement de se confier (contributions 49 et 50)

➤ Prendre en charge les consultations de psychologie pour les personnes victimes de harcèlement (contribution 50) ou renforcer la présence de psychologues dans les établissements scolaires (contributions 49)

➤ Créer des espaces d'échange autour du harcèlement, en favorisant les interventions de pair à pair (animation par des personnes ayant été victimes de harcèlement) : groupes de parole, sensibilisation aux mécanismes et aux conséquences du harcèlement (contributions 48, 49 et 50)

➤ Mettre en place des ateliers ou stages de relaxation, de bien-être, de confiance en soi et de gestion des émotions (contributions 48 et 50)

Les équipes derrière ces propositions :

Contribution 40 : Anna, François, Lara, Léa, Rym et Amélie, coachés par le Service de santé universitaire de l'université de Grenoble en Isère

Contribution 48 : Alban, Ange, Céline, Charlélie, Dieuveil, Eden, Enzo, Ganimete, Liam, Liam, Loïc, Mattéo, Naomie, Pierre, Shanel, Tim et Valentin, coachés par la mission locale du Chablais en Haute-Savoie

Contribution 49 : Mirdona (+3 autres personnes), coachées par la SEPR de Lyon dans le Rhône

Contribution 50 : Eloïse, Emma, Lucas et Vincent, coachés par la mairie de Montluçon dans l'Allier



SANTÉ SEXUELLE

La santé sexuelle a constitué le deuxième thème le plus abordé, avec près de 20% des contributions. La précarité menstruelle (50% des contributions relatives à la santé sexuelle), les défauts dans l'éducation à la sexualité et les lacunes dans la prise en charge de la santé physique et mentale des personnes LGBTQI+ sont les problématiques qui sont les plus ressorties. Voici les propositions qui ont été retenues :

5 Lutter contre la précarité menstruelle

► Distribuer gratuitement ou à coûts fortement réduits des protections menstruelles, en ciblant prioritairement les jeunes les plus précaires (contribution 28)

► Privilégier le don de protections menstruelles écologiques (cups, culottes menstruelles, serviettes lavables) et développer des ateliers de couture gratuits pour permettre de réaliser ses propres protections menstruelles durables (contribution 24)

► S'appuyer sur le retour d'expérience des différentes actions menées dans le domaine de la précarité menstruelle pour identifier les canaux de distribution à retenir selon les contextes (distributeurs automatiques, stands, réseaux sociaux...) (contribution 28)

6 Renforcer l'éducation à la sexualité

► Aller plus loin dans les sujets abordés lors des séances d'éducation à la sexualité, en y intégrant les sujets suivants :

- les normes sexuelles (contribution 21)
- la sexualité entre personnes de même sexe (contribution 20)
- la pornographie (contribution 21)
- le consentement (contribution 21)
- les violences sexuelles (contribution 21)
- la LGBTphobie, la santé mentale en lien avec la sexualité, spécifiquement concernant le public LGBTQI+ (contribution 20)
- les maladies sexuellement transmissibles et les contraceptions et les nouvelles méthodes de prévention du VIH (contributions 20, 21 et 23)
- l'identité de genre (contribution 21)
- les maladies gynécologiques (contribution 23)
- les violences gynécologiques (contribution 23)
- les associations auxquelles s'adresser en cas de besoin (contribution 21)

► Rendre les séances d'éducation à la sexualité plus interactives et encourager les interventions de pair à pair (contributions 21 et 23)

► Assurer le respect du nombre de séances d'éducation à la sexualité prévues par le ministère de l'Éducation nationale, à savoir une intervention par an (contribution 21)

Les équipes derrière ces propositions :

Contribution 20 : Mélanie, coachée par AIDES en Haute-Savoie

Contribution 21 : Maëlle, coachée par la mairie de Montluçon, dans l'Allier

Contribution 23 : Léa, coachée par Association Addictions France dans le Cantal

Contribution 24 : Anna, François, Lara, Léa, Rym et Amélie, coachés par le Service de santé universitaire de l'université de Grenoble en Isère

Contribution 28 : Adelia, Claire, Ludivine, Mathilde et Nicolas, coachés par le Foyer jeunes travailleurs « Le Phare », dans le Puy-de-Dôme



Les addictions ont représenté 15% des contributions. Les dangers liés aux écrans ont particulièrement mobilisé (40% des contributions relatives aux addictions). Les propositions peuvent être regroupées autour des enjeux suivants : le manque de communication sur les dispositifs d'aide en place, le besoin de plus de prévention sur les risques (notamment réalisée par des pairs) et enfin la stimulation des jeunes par des activités diverses. Les propositions finalement retenues sont les suivantes :

7 **Faire davantage connaître les dispositifs existants permettant d'être aidé en cas de conduite addictive (contribution 9)**

8 **Accroître les espaces d'échange et d'information autour des addictions :**

- Renforcer les interventions d'organismes spécialisés sur la prévention des risques (contribution 9), en particulier par des pairs (contribution 13)
- Favoriser la mise en place d'espaces de parole pour permettre aux jeunes de s'exprimer sur la question des addictions (contribution 9)
- Promouvoir les stands de prévention des conduites addictives, lors d'événements sportifs et culturels (contribution 13)

- Mettre en place des permanences dans les établissements scolaires tenues par des addictologues (contribution 13)

9 **Développer spécifiquement la prévention aux usages excessifs des écrans**

- Favoriser la sensibilisation aux médias et à l'image (contribution 13) et aux risques des réseaux sociaux, à leur caractère addictif et aux outils et méthodes pour s'en protéger (contribution 15)
- Sensibiliser les parents aux risques liés aux réseaux sociaux et à internet et sensibiliser au contrôle parental (contributions 13 et 15)

Les équipes derrière ces propositions :

Contribution 9 : Anaïs, Caroline, Célia, Emilie, Marie-Eva, Nath et Omblin, coachés par l'université de Lyon dans le Rhône

Contribution 13 : Alban, Ange, Céline, Charlélie, Dieuveil, Eden, Enzo, Ganimete, Liam, Liam, Loïc, Mattéo, Naomie, Pierre, Shanel, Tim et Valentin, coachés par la mission locale du Chablais en Haute-Savoie

Contribution 15 : Andréa, Clément et Jean-Côme, non coachés, du Rhône



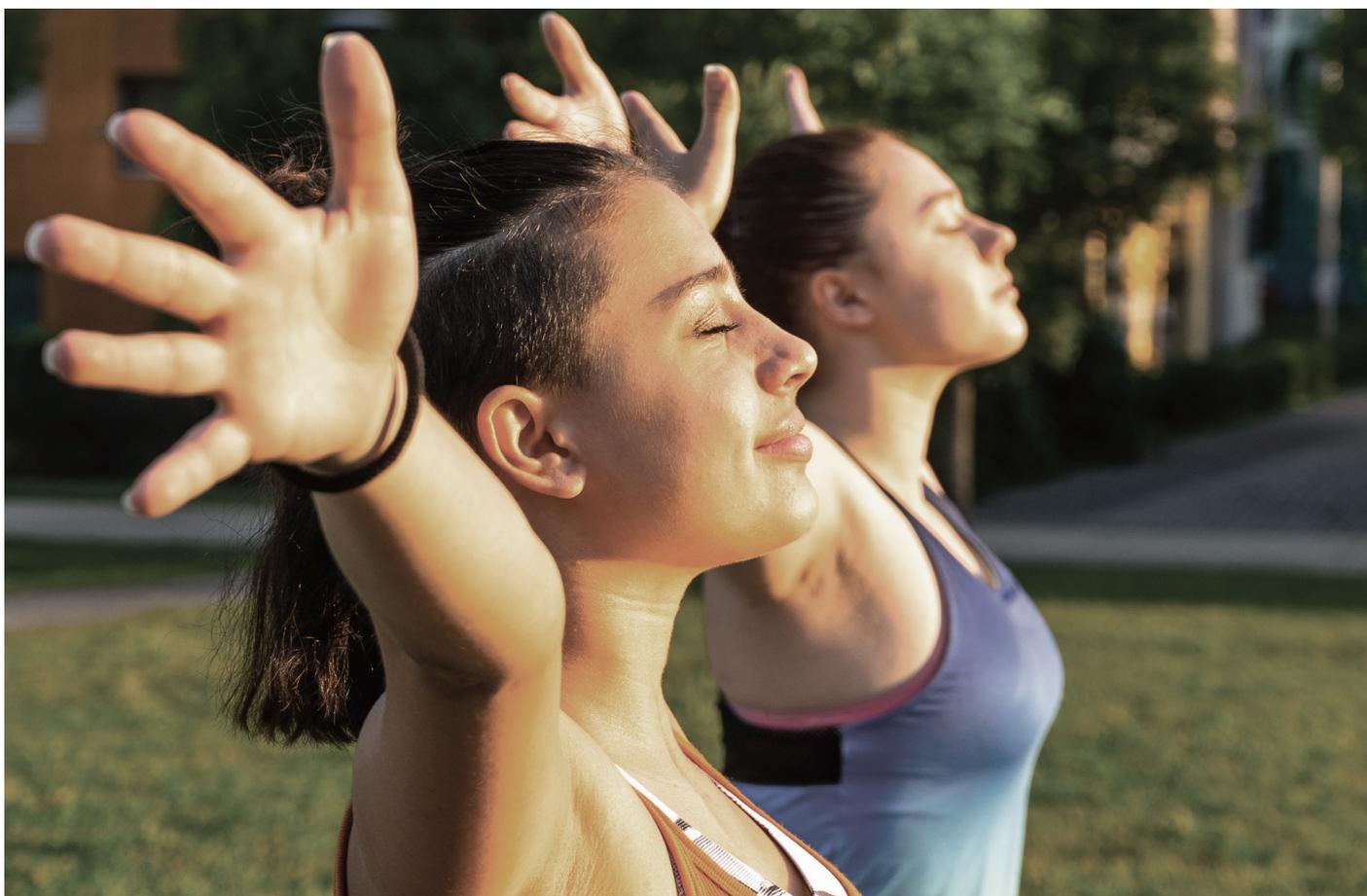
SPORT ET ALIMENTATION

L'activité physique a représenté 15% des contributions. Son impact positif sur le bien-être physique comme mental a souvent été souligné. Les contributeurs ont pointé deux obstacles pour sa pratique par les jeunes : le manque d'infrastructures ou de dispositifs et, lorsqu'ils existent, leur coût important. La possibilité de s'alimenter de manière équilibrée a également constitué une préoccupation pour les participants (dans une mesure moindre cependant que l'activité physique : 4% de l'ensemble des contributions). La proposition suivante a été retenue :

- 10 Créer et/ou promouvoir une cartographie unique des lieux et initiatives favorisant l'alimentation équilibrée et locale (distributions alimentaires, épiceries solidaires), l'activité sportive et la sociabilité (contribution 36)**

L'équipe derrière cette proposition :

Contribution 36 : Audrey et Mylène, non coachées, du Rhône





ACCÈS AUX DROITS ET AUX SOINS

L'accès aux droits et aux soins a représenté un peu plus d'une contribution sur dix. L'enjeu principal soulevé est le défaut de connaissance par les jeunes du système de santé et le besoin d'accompagnement pour s'y repérer et en bénéficier. L'accès aux médecins spécialistes pour les étudiants ainsi qu'aux complémentaires santé sont les deux autres principales problématiques évoquées pour cette thématique. Les propositions retenues sont les suivantes :

- 11** **Accroître l'information sur le fonctionnement de la prise en charge des soins et sur les démarches administratives en santé, via des interventions et des stands (contribution 4 et 8)**
- 12** **Renforcer les possibilités d'accompagnement social pour les démarches administratives d'accès aux soins (contribution 4)**
- 13** **Rendre visible en un coup d'œil sur les plateformes de prise de rendez-vous en ligne l'information de la capacité d'accueil de nouveaux patients par les professionnels de soins (contribution 6)**
- 14** **Faciliter l'accès aux médecins spécialistes**
 - Organiser des permanences régulières de spécialistes, notamment au sein des universités (contributions 4 et 6)
 - Mettre en place des conventions avec des praticiens locaux en capacité de prendre en charge les jeunes sans avances de frais (contribution 6)
- 15** **Créer une complémentaire santé très peu onéreuse pour les jeunes (contribution 4)**

Les équipes derrière ces propositions :

Contribution 4 : Anaïs, Caroline, Célia, Emilie, Marie-Eva, Nath et Omblin, coachés par l'université de Lyon dans le Rhône

Contribution 6 : Anna, François, Lara, Léa, Rym et Amélie, coachés par le Service de santé universitaire de l'université de Grenoble en Isère

Contribution 8 : Anthony, Etienne et Mathéo, coachés par l'École de la deuxième chance Rhône Lyon Métropole



ET LA SUITE ?

L'Agence régionale de santé construira courant 2022 le Schéma régional de santé, feuille de route des politiques régionales en santé sur 5 ans (2023-2028). Les propositions issues du « Défi citoyen : Agis pour ta santé ! » seront alors consultées, aux côtés d'autres sources indispensables à l'élaboration de ce type de document.

France Assos Santé Auvergne-Rhône-Alpes suivra la prise en compte par l'Agence régionale de santé des recommandations finales. L'association espère pouvoir le faire de manière approfondie en co-construction avec l'agence en s'appuyant sur un groupe de travail composé de jeunes de 16 à 25 ans.

Quel qu'en soit l'impact concret, le « Défi citoyen : Agis pour ta santé ! » est d'ores et déjà une réussite : 268 jeunes ont fait valoir leur possibilité de s'exprimer sur les politiques qui les concernent directement et sont devenus de véritables acteurs de leur santé. Un immense bravo et merci à eux !

Pilote



Co-porteurs



Financier



Partenaires



POUR EN SAVOIR PLUS :



► Suivez la démarche en ligne : [f](https://www.facebook.com/france.assos.sante) [i](https://www.instagram.com/france.assos.sante) [globe](https://www.globe.com)
► Contactez-nous : auvergne-rhone-alpes@france-assos-sante.org 04 78 62 24 53