



C'EST L'HEURE DU BILAN ! SEPTEMBRE 2018 À JUIN 2020

Coordnatrice de l'ASV :
Corinne Négrier
CCAS de Bayonne,
30 place de gascons
Tél. : 05.59.50.50.74 ou
06.49.00.94.37
Mail : asv.ccas@bayonne.fr

PROGRAMMATION DE L'ASV

19

ACTIONS/PROGRAMMES RÉALISÉS

Le sommeil, c'est la santé !
Programme Des Marches
Nutri Crèche
Ateliers Santé Parentalité
Bien-être - J'aime mon corps !
Croisement des savoirs et des pratiques
Les écrans : chance ou problème ?
Ma maison, ma santé
Action Petit-déjeuner (A. Camus)
Actions Goûter presque parfait !
Un goûter sain et éco-responsable
Rallye « Bouge avec Camus »
Club Santé : Moi, mes potes et les autres
Mieux vivre ensemble pour mieux apprendre
Moi(s) Sans Tabac
Les guerrières-Octobre Rose
Le sens des arts
Café prévention AVC
Stand 1^{er} décembre (IST/VIH/Hépatites)

14

THÈMES ABORDÉS

Alimentation
Activité physique
Sport Santé Bien-être
Sommeil
Les écrans
Hygiène :
Poux, hygiène des tout-petits
Santé environnement
L'image de soi
Prévention & dépistage :
Cancers, AVC, IST/VIH, diabète.
Addictions
Compétences Psycho Sociales
Santé globale
Vaccination

2137

HABITANTS

Sensibilisés lors des actions et programmes

5

PUBLICS CONCERNÉS

Enfance : 0-3 ans, 3-6 ans, 6-10 ans
Adolescence : 11-15 ans
Parents
Adultes
Seniors

2

OUTILS CRÉÉS

Le P'tit Guide du Sommeil - **Lecture ICI**
Le padlet S'amuser en santé - **Jouer ICI**

49

**STRUCTURES/ASSOCIATIONS/SERVICES
PARTENAIRES**

impliqués dans l'Atelier Santé Ville de Bayonne

5

GROUPES DE TRAVAIL THÉMATIQUE

Mobilisation et participation des habitants
Prévention des pratiques addictives
Nutrition -> Parcours éducatif nutritionnel : Croc Ta Nature
Amélioration du cadre de vie pour mieux vivre ensemble
sur les Hauts-Ste-Croix.

4

**ACCOMPAGNEMENTS DE
PORTEUR DE PROJET**

Graine de liberté, 2 enseignantes (Camus),
Artotékafé, Résidence Autonomie Soleil.

5

TEMPS D'ÉCHANGES DE PRATIQUES

Littératie en santé
Appropriation de l'outil d'intervention « Le petit Cabas 2.0 »
Doc'échanges sur les Compétences Psycho Sociales (CPS)
Ateliers de Croisement des savoirs et des pratiques
Nutri Crèche

2

ENQUÊTES TERRITORIALES

Rapport des jeunes des QPV avec les pratiques
addictives.

&

Enquête d'utilité publique
d'un « Bus Itinérant Prévention Santé »
auprès des habitants de Bayonne

4

LETTRES D'INFORMATION ASV

n°1 - Présentation de l'ASV
n° 2 – Programmation ASV 2019
n°3 – Bilan ASV 2018/mi 2020
numéro spécial – Résultats Enquête
« Jeunes et pratiques addictives »

Parcours Prévention Diabète

FORUM DE L'AUDITION

Enquête sur la sédentarité des collégiens pendant le temps scolaire au collège A. Camus

Le sommeil, c'est la santé ! PMI et crèches

Accompagner les parents à adopter des réponses adaptées pour favoriser un sommeil de qualité nécessaire à la santé et au développement de l'enfant.

4 ateliers parents-enfants : Le sommeil, parlons-en ! ; Petits rituels du soir ; Détente et relaxation pour aller dormir ; Bien dormir, comment faire ?

Référentiel territorial du Parcours éducatif nutritionnel : CROC Ta Nature

Objectifs

- Construire un plan d'action coordonné et commun aux structures accueillant les enfants des QPV de Bayonne ;
- Soutenir les professionnels dans l'élaboration d'un parcours éducatif nutritionnel ;
- Apporter une ligne conductrice des objectifs d'apprentissage en éducation nutritionnelle et d'activités connexes par tranche d'âge ;
- Identifier les partenaires/actions « ressources » existants sur le territoire.

RENFORCER LES APTITUDES DES PROFESSIONNELS PERI-EDUCATIFS À DEVELOPPER LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES (CPS) CHEZ LES JEUNES ET DE LEURS PARENTS

Calendrier : 4 demi-journées du 24 septembre au 11 novembre 2020 – Formateur : IREPS Nouvelle-Aquitaine (64)

Participants : 12 inscrits (collège Camus, Courant d'Etre, ESCM, PJJ, RASED, SDSEI, Trait Union)

- Acquérir les repères de base sur l'approche par le développement des compétences psychosociales (CPS)
- Explorer le lien entre les intelligences multiples et les CPS, et la santé
- Identifier le cadre et les postures adaptées pour soutenir le développement des CPS
- Repérer les passerelles entre les pratiques des CPS et ses pratiques professionnelles pour les intégrer au quotidien
- Découvrir et expérimenter des outils et techniques d'intervention participant au renforcement des CPS
- Echanger les pratiques et croiser les regards entre acteurs du réseau œuvrant sur les QPV

Actualisation diagnostic local partagé de santé sur les QPV

Phase 1 : Recueil et analyse des données qualitatives et quantitatives sur l'état de santé des habitants, les ressources concernées.

Phase 2 : Identification :

- des problématiques sur la situation socio-sanitaire du territoire,
- des besoins et des attentes des habitants et professionnels,
- des actions envisagées pour répondre à ces problématiques.

Priorisation des problématiques, définition d'objectifs partagés afin de déterminer les orientations d'actions futures.

Phase 3 : Remise d'un rapport final

Phase 4 : 2 temps de restitution auprès des institutions et du grand public (habitants et professionnels du territoire et/ou acteurs sur les QPV).

Calendrier : 24 juillet rendu des offres – réalisation entre octobre et avril 2021.

Budget estimé : 20 000 €

QU'EN DISENT LES HABITANTS ?



Exemples de déclarations de parents d'élèves de TPS/PS de maternelle:

- Découverte des différentes étapes du « train » du sommeil ;
- J'ai pris conscience de l'importance du sommeil pour un bon développement de mon enfant, je réutilise les astuces de la sophrologue pour apaiser mon fils, il s'endort tranquillement maintenant.
- Je le couche dès qu'il présente les signes de sommeil ;
- On mange plus tôt pour qu'ils soient moins énervés avant de dormir.
- Etc.

Café prévention AVC, agissez ! 18 & 23 janvier 2019

67 participants – Plus de **90% des personnes satisfaits** par la qualité de l'accueil, l'organisation de l'après-midi, le niveau d'informations recueilli.

Qu'avez-vous appris ?

L'importance de l'activité physique dans la prévention des AVC - Comment prévenir un AVC (règles d'hygiène de vie; les indicateurs) - Les éléments déclencheurs d'un AVC - Il faut faire attention à ce que l'on mange et l'intérêt de bouger - Beaucoup de choses très intéressantes et concrètes sur l'AVC - Les symptômes et risque d'AVC - Les comportements à tenir en cas d'AVC – etc.

Suite aux échanges, vos envies de changer quelque chose dans votre vie quotidienne pour vous prévenir d'un AVC ?

Avoir une meilleure hygiène de vie - Faire plus d'activité physique - Manger moins, manger mieux - Surveiller ma tension artérielle - Avoir une activité physique régulière - Cuisiner - A ne pas fumer, ne pas boire d'alcool - Faire mon ménage et mes courses à pied - Manger plus de légumes et moins de biscuits – etc.

Rallye Découvertes « Bouge avec A. Camus » - 17 septembre 2019



L'objectif de ce rallye est d'informer et de motiver les jeunes à pratiquer des activités sportives, culturelles et de loisirs, dans et en dehors du collège, tout au long de l'année.

L'enquête évaluative Avant/Après :

Panel de 105 élèves de 6^{ème} du collège A. Camus de Bayonne à la rentrée 2019/2020.

Résultats

Le taux d'élèves pratiquants une ou plusieurs activités sportives, culturelles ou de loisirs entre la fin de l'école primaire et l'entrée au collège est stable (63.8% en 2018/2019 et 64.8% en 2019/2020). Par contre, il y a **encore presque 2 élèves sur 5 qui ne pratiquent aucune activité.**

- 15% des jeunes cumulent une activité physique et une activité culturelle ou de loisirs sédentaires.
- 22% des jeunes pratiquants stoppent leur activité en entrant au collège.
- **Les filles sont plus décrocheuses** que les garçons : elles sont plus nombreuses à pratiquer une activité en CM2 (9 points d'écart avec les garçons), puis à la rentrée en 6^{ème}, la tendance s'inverse, 47% sont pratiquantes contre 53% des garçons.
- L'appartenance à un quartier prioritaire ou non n'a pas d'impact sur l'abandon des activités extrascolaires.

Différence entre les élèves habitants les QPV et ceux hors QPV : en CM2, les jeunes habitant en quartiers prioritaires sont moins nombreux à être inscrits dans des activités extrascolaires (écart de 11 points avec les jeunes hors QPV). Cet écart persiste pour la fréquentation des activités à l'entrée en 6^{ème}.

- Sur les 38 jeunes qui n'avaient pas d'activité en CM2, 50% ce sont engagés dans une activité en 6^{ème}.
- Le rallye a été fortement apprécié par les élèves (95%), ils ont apprécié les nombreuses activités sportives, culturelles et de loisirs et (re)découvert les animateurs des structures présentes sur les quartiers.
- Un écueil, l'inutilisation des tickets du Pass découvertes, offerts et mis en place par les partenaires du rallye. A vérifier auprès du collègue mais il semble que les tickets n'ont pas été distribués aux élèves.

L'efficacité du rallye au cours de ces 6 dernières années, a certainement contribué à minimiser le constat initial, qui était, abandon massif des jeunes de leurs activités physiques/culturelles et de loisirs à l'entrée en 6^{ème}.

Une attention particulière est à maintenir vis-à-vis des filles et des jeunes issus des quartiers Politique de la Ville.

Programme Bien-être « J'aime mon corps »

Le programme « J'aime mon corps » s'est déroulé à l'ESCM et à la MVC ST Etienne de mars à juillet 2019. Il a réuni 27 femmes de tous âges des quartiers prioritaires.

L'objectif des 8 ateliers est de renforcer l'estime de soi et l'acceptation du corps afin que les participants réapprennent à en prendre soin, en s'engager dans une démarche nutritionnelle favorable à leur santé et à écouter ce corps dans une démarche de prévention et d'accès aux soins.

Quels résultats ?

100% des participantes :

- sont satisfaites à très satisfaites.
- se sont senties à l'aise et déclarent avec plaisir s'exprimer comme elles le souhaitent.

Développement de nouvelles connaissances :

- 72% -> s'alimenter de manière saine, de qualité et économique ;
- 43% -> comment bouger plus régulièrement et facilement ;
- 57% -> réaliser soi-même des soins corporels de qualité et économiques ;
- 72% -> identifier les conditions pour se sentir bien dans son corps et en bonne santé.

Utilité des ateliers :

- 28% des participantes déclarent « Mieux se connaître » ;
- 100% ont trouvé des solutions pour les aider dans leur quotidien ;
- 85% ont trouvé une motivation pour changer leur quotidien.

Motivations suite aux ateliers :

- 43% envisagent de commencer ou reprendre une AP ;
- 42% de manger davantage de fruits et légumes ;
- 40% de consommer autrement ;
- 85% souhaitent prendre plus soin d'elle-même.

Comportements/habitudes/attitude modifiés suite aux ateliers :

- 43 % ont repris une AP ou sortent davantage,
- 15% mange davantage équilibré,
- 15% cuisine plus,
- 42 % consomme autrement (moins d'achat de plats préparés, de produits gras, salé et sucré,...),
- 72% déclarent prendre plus soin d'elle.

Développement de la confiance en soi : 85% déclarent se sentir revalorisé et confiante dans leurs capacités.

Programme motivationnel à la marche « Des Marches »

Suite à une première expérience du programme D-marche initié en octobre 2018 auprès des personnes de plus de 60 ans des QPV, la direction de la résidence autonomie Soleil et la coordinatrice de l'Atelier Santé Ville du CCAS de Bayonne ont souhaité poursuivre la dynamique, en collaboration avec l'association "Forme Santé Sud Ouest" et l'ESCM de la Ville de Bayonne. Afin d'intégrer une dimension intergénérationnelle, les sorties « Des marches » ont été ouvertes aux habitants, adultes et sédentaires, des QPV.

Dates	Lieux	Nbre total de participants	résidents SOLEIL
09 septembre 2019	Forêt de Chiberta à Anglet	17	7
23 septembre	Biarritz (Rocher de la Vierge)	16	8
7 octobre	Chemins littoral sud lands (Ondres)	16	6
21 octobre	Lac Marion à Biarritz	18	9
4 novembre	Lac d'Hossegor	18	9
18 novembre	Chemin de halage de la Nive	17	8
2 décembre	Deuxième partie du lac d'Hossegor	18	8
16 décembre	Marché de Noël Bayonne	18	8
06 janvier 2020	Découvertes et bonnes résolutions 2020 : Test de marche, jeux mouvants d'interconnaissance et organisation des marches autonomes.	15	3
20 janvier 2020	Balade Les Hauts de Ste Croix et ses jardins	16	5
03 février 2020	Annulée (pluie)	0	0
17 février 2020	Test de marche, organisation des marches autonomes et évaluation des séances.	8	3

Bulles d'évaluatives :

Taux de satisfaction
(96%)

Taux d'inscription (100%)

Taux d'occupation des
places sur l'ensemble du
programme : 92%

J'attends les
sorties avec
impatience !

Je me sens bien
quand je marche !

J'aimerais que
l'on puisse
marcher plus
souvent, une fois
par semaine.

M. Y est beaucoup plus
calme et en contact
avec les autres
résidents depuis qu'il
participe aux sorties.

J'ai rencontré des
nouvelles personnes
de mon quartier.

QUELQUES SOUVENIRS !

Des Marches à Biarritz - 23 09 2019



Parcours des sens - Zuperfête
oct. 2019

J'aime mon corps - mars à juillet 2019



Les guerrières d'Octobre Rose
oct. 2019

Le sens des Art- Entendre -nov. 2018



Projet sommeil - nov. à janvier 2020

Soirée des parents de Brana - 5 avril 2019
Ecrans : chance ou problème ?

