

Les élèves de la
MFR Montmoreau
Sud Charente



Une indispensable éducation à la santé

De ces deux années de crise sanitaire que nous venons de traverser, nous en retenons tous l'impact sur nos vies et le retentissement sur nos relations sociales.

Placés devant des obligations collectives imposées, chacun a aussi pris la mesure des effets et des craintes générées sur son propre état de santé, révélant davantage encore les inégalités en matière de santé personnelle et sur le plan collectif.

L'accès au soin devient de plus en plus inégalitaire sur les territoires et, en attendant les promesses d'une télémédecine qui continuerait à placer chacun de nous sous surveillance à distance, il est de notre devoir de préparer les nouvelles générations à la prise de conscience du capital santé que chaque jeune a entre ses mains et de la responsabilité collective devant tout ce qui peut aggraver ou améliorer les déterminants de notre état de santé. Les pollutions insidieuses liées à des modes de consommation séducteurs, les tentations des addictions de tout ordre, le manque de temps de sommeil suffisant, sont quelques exemples de

menaces qui se développent surtout pendant l'adolescence et les débuts de la vie d'adulte.

Face à cela, les MFR de Charente ont choisi de mettre la promotion de la santé et la prévention des conduites à risques au cœur du projet éducatif. Grâce à tous nos partenaires, MSA, CPAM, associations et organismes de prévention, chaque jeune entrant dans la voie professionnelle en CAP ou en bac a la possibilité de découvrir et de prendre en main son capital santé, afin d'en comprendre sa préservation voire son amélioration. Il ne peut y avoir de préparation à la vie d'adulte, comme citoyen et comme professionnel, sans cette indispensable dimension de l'éducation à la santé.



Jean-Philippe NORE
Président de la
Fédération des MFR
de Charente





Témoignages d'élèves de 2^{ndes} et 1^{ères}

Le but de la journée Prévention Santé est de faire réfléchir à une problématique liée à la santé dans le milieu scolaire et/ou professionnel, en partageant les expériences de projets réalisés par les élèves de toutes les MFR.

D'autres actions sont menées en cours d'année :

- Des interventions de professionnels (alimentation, addiction, prévention des MST) dans tous les groupes ;
- Des compositions pour le grand concours de dessins et d'illustrations du « guide ta santé » réalisés par tous les groupes ;
- La participation au Forum Santé qui permet la rencontre de professionnels de structures sociales, de soin et de prévention de Charente.

Les élèves de seconde ont réalisé des productions artistiques en lien avec le thème de la journée Prévention Santé 2022.



« Nous étions concernés par la journée prévention santé et nous avons préféré tourner un reportage présentant un cas de harcèlement verbal, psychologique à caractère homophobe, en milieu scolaire. La scène de harcèlement est publiée sur Instagram. Elle est suivie d'une interview avec un Président d'association luttant contre le harcèlement. Enfin, l'acteur, victime du harcèlement, témoigne de son expérience personnelle. »

Les élèves de 1^{ère}

« J'ai choisi le film car c'est un moyen de communication dynamique. L'action est immédiate et on la comprend tout de suite. »

Mathias

« Je joue le Président de l'association SOS Harcèlement, dans le reportage. Ce rôle m'a permis d'oser parler parce que je suis extrêmement timide. »

Clément

« Le live Instagram est très utilisé par les jeunes, souvent pour faire du mal et finalement, utiliser le même moyen de communication pour sensibiliser à la prévention du harcèlement était une bonne idée pour moi. »

Antonin

« Jouer ce rôle m'a libéré de mon passé compliqué et aujourd'hui, je suis fier de moi, car j'ai pu en parler et fier de qui je suis. Mes camarades "harceleurs" m'ont demandé à quelle limite ils pouvaient m'insulter, j'ai senti qu'ils ne voulaient pas me blesser et je les remercie pour ça. »

Romain



« Moi, je trouve que le projet permet de travailler ensemble parce que nous avons les mêmes connaissances d'un sujet et qu'on peut ouvrir l'esprit des autres. Le projet permet la collaboration, l'entraide. Dans notre classe, il y avait des productions différentes, des affiches, une peinture et un poème. Nous avons pu nous exprimer librement. » **Marylou**

« J'ai choisi la peinture, je suis un peu artiste. J'ai peint un œil qui symbolise le regard des autres et un chemin blanc qui mène là où on veut aller. Je veux lutter contre la violence et la discrimination. » **Valentin**

« J'ai choisi l'affiche parce je sais dessiner et que c'est un excellent moyen de communiquer. Pour moi, la différence n'est pas un défaut. L'orientation sexuelle et l'identité du genre ne se choisissent pas. Il ne faut pas rester spectateur des violences. » **Romain**



Lors de notre inscription à la MFR, nous avons été informés que nous passerions un bilan de santé complet à la rentrée. Le bilan a été réalisé en 3 phases :

- Intervention d'une personne du Centre d'Examen de Santé de la CPAM* qui nous a expliqué le déroulement du bilan. Nous avons renseigné divers documents et nos parents ont signé une autorisation pour les examens.
- Passage individuel en bilan de santé au Centre d'Examen de Santé à Angoulême par différents personnels de santé : médecin, dentiste, pour un examen cardiaque, un bilan auditif, visuel, une sensibilisation à l'alimentation, aux addictions, une prise de sang à jeun suivi d'un petit déjeuner...
- Restitution individuelle de nos résultats par un médecin puis intervention d'une infirmière qui nous a sensibilisés aux addictions, à l'alimentation, au sommeil, à l'hygiène.

* CPAM : Caisse Primaire d'Assurance Maladie



Qu'en ont pensé les jeunes de la classe ?

- « Bilan utile et pertinent, bon accompagnement, bonne prise en charge »,
- « Ils nous expliquent ce qu'ils font avant de nous ausculter »,
- « Personnel rassurant si on stresse »,
- « Bonne écoute, j'ai apprécié être autonome dans le centre »,
- « Très bonne organisation, c'est important de savoir si on a des maladies »,
- « Le bilan est utile et pertinent pour la vie professionnelle, pour trouver un métier adapté »,
- « Le rythme de sommeil est important »,
- « Le bilan est bien restitué, le médecin qui est venu a pris le temps d'expliquer les résultats »,
- « Le petit déj est super ! »,
- « On a gagné des brosses à dents ! »,
- « On nous donne des conseils »,
- « Il est important de faire ce bilan pour les personnes qui n'ont pas les moyens de faire tous ces examens ».

Les élèves de 2nde SAPAT



Participation des élèves au concours TABADO

Le concours TABADO est organisé par l'IREPS Nouvelle-Aquitaine*, dans le but d'arrêter ou de diminuer la consommation de tabac. Une infirmière spécialisée dans les addictions est venue en classe nous présenter la consommation de tabac ainsi que le projet. Les fumeurs souhaitant participer se sont inscrits pour l'année.

Trois rendez-vous ont été positionnés sur l'année au lieu des quatre ou six initialement prévus, mais avec la COVID, cela n'a pas été possible. Le premier est individuel et les deux autres en groupe. Lors de l'entretien individuel, chacun fait le point sur sa consommation et sa motivation à arrêter. Les entretiens en groupe ont servi à nous accompagner dans la démarche.

Nous avons téléchargé une application pour suivre notre consommation : nous gagnons des points selon notre consommation et l'avancée de l'accompagnement.

Grâce à nos efforts tout au long de l'accompagnement, nous avons gagné ce concours au niveau régional. L'équipe Tabado nous a récompensé de 1000 euros que nous avons investis dans du matériel de sport dans notre nouvelle salle.

Bilan de l'activité : nous avons pu voir notre consommation, la diminuer fortement et se motiver à arrêter. Nous nous sommes rendues compte des économies réalisées. Nous sommes également ravis de pouvoir faire du sport à la MFR !

**Victoria, Méline
et Éloane en 1^{ère} SAPAT**



Tout au long du 1^{er} semestre de l'année scolaire, nous avons accueilli des partenaires institutionnels tel que la MSA et la CPAM, ainsi que la compagnie « Théâtre en action », partenaires des MFR pour l'éducation à la santé et la prévention sur les territoires des Charentes.

Les jeunes ont été sollicités sur des thématiques les touchant de près, telles que l'alimentation au quotidien et la prévention des risques au travail.

Sur cette dernière, ils ont pu apprendre ce que sont les TMS (Troubles Musculo Squelettiques) grâce à une intervention d'un animateur de la société Calitom.

En effet, après nous avoir présenté les différents processus de tri dans les déchetteries, il a expliqué puis démontré les 13 exercices que les employés travaillant à la chaîne effectuent avant de prendre leur poste. Puis, nos élèves ont pu s'exercer en effectuant ces 13 exercices de prévention.

L'objectif était de débattre et de réfléchir sur ces notions et d'en prendre conscience.



Sortie vélo « Bien dans son corps, bien dans sa tête » avec M. Antoine, directeur et M. Boucher, moniteur à la MFR La Péruse

La thématique du « bien-être et du mal-être » mise en action par les comédiens a pu faire également interagir nos apprenants sur les différentes conduites à risques.

Nos élèves ont eu la possibilité de participer à des ateliers d'expression corporelle effectués par une danseuse professionnelle. Cet atelier a également été très apprécié car elle a mis en mouvement tous les élèves individuellement ou par groupes afin qu'ils puissent travailler sur « la confiance en soi ». Cet atelier a mis en évidence la posture

de chacun face à une situation bien déterminée.

À partir de toute cette réflexion autour de l'éducation santé et de la prévention, les jeunes se sont construit une idée plus concrète au niveau des différents risques encourus, et plus rassurante sur les différents moyens de prévention.

Enfin, les jeunes ont pu s'initier aux gestes et postures du sport de haut niveau par l'intermédiaire d'une visite du centre d'entraînement des chevaux de course à la Palmyre.



Les élèves de 1^{ère} Bac Pro au champ de course de La Palmyre

Illustrations de la responsabilité individuelle et collective au travail



Dans les métiers de la vigne, les outils tranchants sont un risque important d'accident, ce qui nécessite d'être conscient en permanence des risques, alors que la répétition des gestes et des habitudes amène à une baisse de la vigilance. Et quand la vigilance est déjà atténuée par un état de forme difficile (fatigue, lendemain de fête, etc) cela peut amener à des accidents.

Les apprentis de BTSa Viticulture et Œnologie 1^{ère} année ont été sensibilisés aux risques dans les vignes lors d'une journée prévention, organisée conjointement par l'Institut de Richemont et la MSA des Charentes. La journée fut rythmée par des ateliers concernant les risques d'utilisation du sécateur et les gestes et postures.

« J'ai préféré l'atelier sur le choix et l'entretien du sécateur. »
Ludovic

« Je n'imaginais pas tous ces TMS dans la vigne ! »
Charlotte

Que dire alors quand on a la responsabilité de travailler dans une installation nucléaire !

La sécurité concerne alors toute la population d'une large région et les procédures de sécurité au travail sont plus qu'obligatoires.

Les élèves de seconde productions sont allés visiter la centrale nucléaire de Civaux, un bon moyen d'identifier les risques et les moyens de prévention. C'était impressionnant et très intéressant !

« On aurait préféré voir plus de choses, mais c'est secret. »
Karine

« Il faut prendre beaucoup de précautions, mais c'est normal compte tenu des risques ! »
Mario



Atelier d'expression corporelle



Les 7, 8 et 9 décembre 2021, les 1^{ère} Bac Pro SAPAT de la MFR Sud-Charente ont accueilli la compagnie « Digame » dans le cadre du partenariat des Caisses de la Mutualité Sociale Agricole de Nouvelle-Aquitaine avec les Maisons Familiales Rurales.

Visant la prévention du mal-être des jeunes, l'objectif du théâtre-forum est de rendre les jeunes acteurs de leur santé, de les inciter à réfléchir et à libérer la parole sur les notions de bien-être et de mal-être, afin de prévenir les conduites à risque. Mettant en jeu des expériences difficiles dans un cadre sécurisé avec des comédiens bienveillants et accompagnés tout au long de l'action par un psychologue en cas de difficultés, les jeunes ont pleinement adhéré et participé à l'ensemble du projet.

Les objectifs du projet et les règles posées, les jeunes ont fait connaître les problématiques qu'ils désiraient jouer avant de travailler posture corporelle et voix à travers différents petits exercices. Le lendemain, les élèves ont pu se consacrer à d'autres exercices de théâtre, ainsi qu'à l'écriture des saynètes abordant les thématiques souhaitées (violences conjugales, harcèlements, moqueries). La journée s'est terminée par les répétitions reprises le lendemain matin.

La présentation des saynètes a eu lieu l'après-midi devant un public composé d'élèves de 3^{ème} et des parents invités pour l'occasion. Les animateurs de la compagnie ont apporté leur contribution et leur sensibilité en « jouant » certaines scènes avec les élèves de 1^{ère}.

À l'issue des représentations, les anima-

teurs de la Compagnie ont animé un débriefing avec tous les acteurs de la classe de 1^{ère}. Particulièrement « touchés » en raison des problématiques personnelles, les jeunes témoignent :

« Ce théâtre-forum a été pour moi une occasion de voir différents sujets qui me touchent personnellement et de prendre conscience de la réalité. J'ai pu aussi m'exprimer devant un public, travailler en groupe et mieux connaître mes camarades sur un plan plus personnel. »

Lisa

« Le théâtre-forum m'a permis de m'exprimer, d'évoquer des histoires que je n'avais jamais racontées. Cela m'a libérée d'un poids qui me suivait depuis mes années de scolarité avant la MFR. Face à ce groupe de camarades, je me suis sentie soutenue et rassurée. Les animateurs se sont montrés agréables et à l'écoute. Ils ont apporté des explications tout au long du projet. Ils ont su nous mettre à l'aise dès le début et instaurer un climat de confiance. J'ai été touchée par l'histoire des autres. Je n'avais pas conscience de leurs problèmes. »

Estelle

« Le théâtre-forum a été une expérience incroyable ! Nous nous sommes présentés

les uns aux autres et nous avons dû faire confiance aux animateurs assez vite. Nous avons évoqué des moments difficiles, comme par exemple, le harcèlement. Dans un deuxième temps, nous avons effectué des petits jeux pour s'entraîner à parler fort, à s'écouter. Le lendemain, nous avons choisi les thèmes que nous allions jouer dans les scènes, puis nous nous sommes lancés dans l'imagination des scénarios. Tout cela m'a aidé à combattre la peur que j'avais de parler devant les autres. Si l'expérience était à refaire, je la referais avec plaisir ! »

Emy

« C'est une expérience que je n'oublierai jamais ! J'ai enfin réussi à parler de mon passé. Je les remercie vraiment car, grâce au théâtre-forum, nous sommes plus soudés. Cela nous a permis de nous libérer de nos points faibles. J'ai repris confiance en moi. Je me suis sentie touchée par un sentiment de joie mêlé à du soulagement. Les intervenants sont compréhensifs, agréables et sans jugement. Le résultat a été au-dessus de mes attentes. Je suis étonnée d'avoir participé et heureuse, même si je ne pensais pas y arriver ! Je suis fière de moi, du groupe et du public. »

Marine



Nous sommes une classe de CAP Jardinier Paysagiste en première année. Au cours de l'une de nos semaines à la MFR, nous avons eu une intervention de M^{me} Lempereur avec la MSA (Mutualité Sociale Agricole). Elle est venue nous parler d'IST (Infections Sexuellement Transmissibles) durant deux heures qui sont passées à une vitesse folle !

Le but de l'opération était de nous sensibiliser, de nous informer, de discuter autour d'un sujet qui peut parfois être tabou ou gênant : les rapports sexuels, les protections, les maladies et infections que cela peut entraîner.

Pendant ces deux heures, nous avons appris beaucoup de choses, comme par exemple, la nécessité de se faire régulièrement dépister, c'est pour ça que l'on nous a distribué une liste des centres de dépistages de Charente. Nous avons aussi découvert beaucoup de maladies et infections comme le papillomavirus, la syphilis ou la chlamydia.

Cette intervention était très intéressante car elle nous a permis d'aborder le sujet et de nous montrer l'importance des protections lors de rapports. Nous avons, pour la plupart, découvert les préservatifs féminins.

Nous avons beaucoup aimé cette intervention, on espère qu'elle sera reconduite pour les autres classes les années suivantes, car il est nécessaire de sensibiliser les jeunes à l'école.



Maxence, élève en CAPa Jardinier Paysagiste

Les CAPa1 Jardinier Paysagiste

« L'intervention m'a appris beaucoup de choses sur les infections. Je recommande cette formation pour les autres groupes. »

MFR
CULTIVONS LES RÉUSSITES
Formation par alternance

PORTES OUVERTES

SAMEDI 19 MARS 2022
DE 9H À 18H

**MA FORMATION
DE LA 4^{ème}
AU BAC+3
EN ALTERNANCE**

6 MFR
TRIAC-LAUTRAIT
SUD CHARENTE / SAINT-PROJET
RICHEMONT / LA PÉRUSE / JARNAC

Conception & réalisation AGATE - Angoulême

www.charente.mfr.fr

Les MFR sont des établissements privés
associatifs de l'économie sociale et solidaire,
sous contrat d'association avec le Ministère de l'Agriculture.

CHARENTE
LE DÉPARTEMENT

“ÊTRE LÀ POUR LES AUTRES, ON PEUT EN FAIRE SON MÉTIER.”

ÊTRE MUTUALISTE, C'EST AGIR
AU CONTACT DE NOS SOCIÉTAIRES
SUR LE TERRAIN



groupama.fr

Chez Groupama, nous sommes convaincus que rien n'est plus efficace que le contact humain.
Nous disposons d'un réseau unique sur le terrain qui nous permet de vous proposer les solutions adaptées à vos besoins.

Rencontrez un conseiller Groupama ou rendez-vous sur [groupama.fr](https://www.groupama.fr)

Groupama Centre-Atlantique - Caisse Régionale d'Assurances Mutuelles Agricoles Centre-Atlantique - 1 avenue de Limoges - CS 60001 - 79044 Niort Cedex 9 - 381 C
686 RCS Niort - Emetteur de certificats mutualistes - Entreprise régie par le Code des assurances et soumise à l'Autorité de Contrôle Prudential et de Résolution situ
4 place de Budapest 75436 Paris Cedex 09 - 0 800 250 250 (service & appel gratuits) - www.groupama.fr - Document et visuel non contractuels - Réf. Com SDB/202
Création : Agence Marcel. Décembre 2020. Photographie : Aurélien Chauvaud. Imprimerie Groupama Niort.



Groupama
la vraie vie s'assure ici