CoDES Hautes-Alpes

Comité Départemental d'Éducation pour la Santé Hautes-Alpes

Cap, pas cap de dire non ?

Dès l'enfance, le renforcement des compétences psychosociales (CPS) favorise le développement global (social, émotionnel, cognitif, physique), améliore les relations sociales, augmente le bien-être et contribue donc à diminuer les comportements défavorables à la santé et à augmenter les comportements favorables. Les CPS jouent aussi un rôle essentiel dans l'adaptation sociale et la réussite éducative. Chez les jeunes, le développement des CPS permet également de prévenir les comportements à risques et les comportements violents. Elles participent au développement d'une identité autonome.

Ce programme de prévention des conduites addictives, destiné aux élèves de CM2, encourage donc le développement des compétences psychosociales pour retarder l'âge de l'expérimentation et diminuer les risques de comportement addictif (liés aux produits comme l'alcool, le tabac… mais également les risques relatifs à l'usage des écrans). Il permet d'identifier des ressources - internes, dans l'entourage ou professionnelles – pour faire face à des situations.

Ce programme « Cap, pas Cap de dire non ? » est développé dans les Hautes-Alpes, avec le soutien des CSAPA (Nord et Sud).

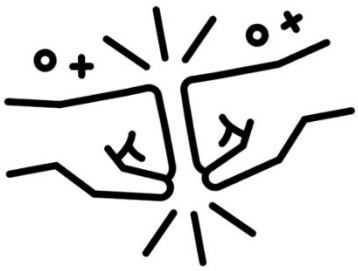
Publics bénéficiaires

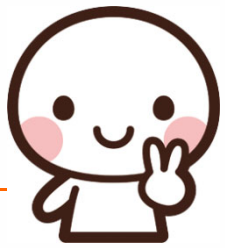
- Elèves de CM2,
- Parents d'élèves,
- Equipes éducatives.

9 classes réparties sur l'ensemble du territoire Haut-Alpin.

Objectifs du projet

Développer ou renforcer les compétences des enfants afin de les aider à faire face à la pression sociale (des pairs et des modèles proposés par la société en général et les médias en particulier), au stress ou à l'anxiété, sans passer par une consommation de produits psychoactifs et retarder l'âge, voire éviter la première consommation.





Déroulement de l'action

Activité 1 : Travail avec les équipes éducatives et de santé

- Présentation du projet, échanges sur les problématiques observées et sur les projets déjà mis en place en lien avec la thématique, planification,
- Relevé des besoins sur la thématique auprès des équipes éducatives et proposition d'une sensibilisation sur un socle commun de connaissances,
- Des temps de bilan seront effectués en fin de séances.

Activité 2 : Animation des séances auprès des enfants

4 séances de 1h30 en classe entière dont le contenu est adapté en fonction des besoins recueillis. Une base est proposée via le livret « Cap, pas cap de dire non ? » :

- **Séance 1 :** faire émerger les représentations, faire réfléchir sur les comportements et l'origine des substances…
- **Séances 2 :** développer les compétences et attitudes, notamment les compétences psychosociales, identifier les facteurs de résistance et personnes ressources…
- **Séance 3 et 4 :** travailler sur les risques relatifs aux écrans.

.

Activité 3 : Mobilisation des parents

Information sur la mise en place du projet, diffusion d'une brochure explicative, des ressources existantes et organisation de rencontres.

Contact référent de l'action

Marion DORCHE, chargée de projets
marion.dorche@codes05.org

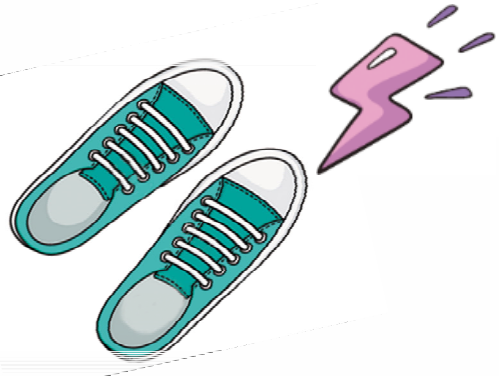
Ce programme est entièrement financé par

ars Agence Régionale de Santé Provence-Alpes Côte d'Azur

MILD & CA Mission interministérielle de lutte contre les drogues et les conduites addictives
drogues.gouv.fr

CoDES 05 - Comité Départemental d'Éducation pour la Santé Hautes-Alpes
6 Impasse de Bonne, 05000 Gap - Tél. : 04 92 53 58 72
Courriel : codes05@codes05.org - Site : www.codes05.org - www.facebook.com/codes05

Association Association loi 1901 non assujettie à la T.V.A. - Le CoDES 05 a fait pour ses prestations de formation une déclaration d'activité enregistrée so



Association Addictions France

Fondation Edith Seltzer CSAPA NORD 05

codes Vaucluse Comité départemental d'éducation pour la santé

codes Comité départemental d'éducation pour la santé HAUTES-ALPES