



## Education pour la santé et promotion de la santé en Languedoc-Roussillon

Cette newsletter sur l'éducation pour la santé et la promotion de la santé est éditée quatre fois par an. Son objectif est de faire connaître des initiatives et des actions intéressantes menées en Languedoc-Roussillon. Chaque lettre porte sur un thème décliné par quatre témoignages d'actions et par une sélection d'ouvrages sur ce thème. Un agenda des événements dans la région est également proposé. Cette lettre est éditée par le réseau des comités d'éducation pour la santé. Elle est financée par l'INPES dans le cadre du développement des pôles régionaux de compétence en éducation pour la santé.

### Estime de soi

Une étude auprès des jeunes montre que le milieu social n'a pas d'impact sur l'estime de soi...que les jeunes originaires du Maghreb ont une meilleure estime de soi que les autres...Que les jeunes qui ont arrêté tôt leur scolarité ont une meilleure estime de soi que ceux qui passent un bac scientifique... L'estime de soi détermine-t-elle nos comportements de santé, nos choix de vie, nos addictions? Ou est-elle une conséquence de tout ceci?

\*Article, CAILLE Jean-Paul, O'PREY Sophie, **Estime de soi et réussite scolaire sept ans après l'entrée en sixième : les représentations des élèves du panel 1995, sept ans après leur entrée en sixième, enquête jeunes 2002**, Education et Formations, n° 72, 2005, pp. 25-52

### Les actions

#### Atelier « Je mange, je bouge, je vais bien » et estime de soi (Aude)

L'association ASFODEL a repéré une forte mésestime au sein d'un public en situation de précarité à Lézignan-Corbières. Ce problème d'estime de soi les affectant tant sur le plan personnel que dans leur projection d'avenir. L'atelier *Je bouge, je mange, je vais bien* propose une activité sportive douce, un temps de paroles/informations et une collation partagée. Il vise une amélioration de la confiance en soi.

[Pour en savoir plus...](#)

#### Estime de soi et prise de risques (Lozère)

L'estime de soi est un des axes principaux des interventions du Planning Familial 48. En développant la perception positive de soi-même, le planning contribue à la réduction des conduites à risques. Leur posture, basée sur la communication, tend à recréer chez les personnes un sentiment de valeur, de compétence et une ouverture à la réflexion.

[Pour en savoir plus...](#)

#### L'estime de soi auprès de jeunes en lycée technique et professionnel (Pyrénées-Orientales)

L'association l'Inuit est intervenue auprès d'une classe du lycée Ste Louise de Marillac à Perpignan suite à un constat de mal-être lié à des problèmes de surpoids.

Quatre séances articulées autour du sentiment de confiance, de la connaissance de soi, du sentiment d'appartenir à un groupe et du sentiment de compétence ont été proposées afin de laisser la parole aux jeunes et de renforcer leur estime de soi.

[Pour en savoir plus...](#)

#### « S'time 2 toi » (Gard)

La construction de l'identité passe par l'estime de soi et par notre relation à l'autre ; d'où l'importance de travailler avec l'entourage du jeune. Sollicité par la ville de Vauvert, suite au diagnostic santé social de l'ORS (Observatoire régional de la santé), le Codes 30 a mis en place le projet « S'TIM 2 TOI ». Des interventions ont lieu auprès des jeunes sur la confiance en soi, auprès des parents sur le dialogue et en direction des professionnels sur l'accompagnement qu'ils peuvent proposer.

[Pour en savoir plus...](#)

### Les documents et les outils

Les documents et les outils sélectionnés sur la thématique « Estime de soi » disponibles dans les comités de la région.

[Pour accéder à la bibliographie...](#)

Nous tenons aussi à votre disposition une base de données en ligne, appelée BIB- BOP. Vous pourrez y consulter des références bibliographiques (BIB) mais également des outils pédagogiques (BOP) disponibles au prêt dans l'ensemble des comités de la région mais aussi dans les comités d'éducation pour la santé des régions Provence-Alpes- Côte d'Azur, Champagne-Ardenne et Franche-Comté.

[Pour en savoir plus...](#)



### Les programmes

#### Zoom sur les programmes canadiens

Comment développer l'estime de soi. S'occuper de l'estime de soi et des compétences des jeunes

[Pour en savoir plus...](#)

Contes sur moi. S'occuper de l'estime de soi et des compétences des jeunes

[Pour en savoir plus...](#)

Le sac à dos. S'occuper de l'estime de soi et des compétences des jeunes.

[Pour en savoir plus...](#)

Comment développer l'estime de soi

[Pour en savoir plus...](#)

#### Zoom sur les programmes en France

Construire un programme de renforcement des compétences psychosociales des enfants en écoles primaires à Nantes

[Pour en savoir plus...](#)

Le développement des compétences sociales auprès des 7-12 ans dans les structures d'éducation populaire

[Pour en savoir plus...](#)

### Agenda régional

[Pour accéder à l'agenda des événements de la région...](#)



### L'actu en santé publique

Pour être au courant de toute l'actualité en Santé publique en région, quelques sites :

[L'Agence Régionale de Santé \(ARS\)](#)

[Groupement régional de santé publique \(GRSP\)](#)

[Conférence régionale de santé \(CRS\)](#)

[Instance régionale d'Education et de Promotion de la Santé \(IREPS LR\)](#)

Et au niveau national :

[Société française de santé publique \(SFSP\)](#)

[Haut conseil de la santé publique \(HCSP\)](#)



#### Siège

##### IREPS-LR

Hôpital la Colombière  
39, avenue Charles Flahault  
34295 Montpellier cedex 5  
Tél : 04 67 04 88 50  
Fax : 04 67 52 02 57  
[ireps@irepslr.org](mailto:ireps@irepslr.org)  
[www.irepslr.org](http://www.irepslr.org)

#### Opérateurs territoriaux

##### Codes 11

14, rue du 4 septembre  
(Locaux de la DDASS)  
11000 Carcassonne  
Tél : 04 67 04 88 50  
Fax : 04 67 52 02 57  
[codes11@wanadoo.fr](mailto:codes11@wanadoo.fr)  
[codes11.over-blog.com](http://codes11.over-blog.com)

##### Codes 30

7, place de l'Oratoire  
30900 Nîmes  
Tél : 04 67 04 88 50  
Fax : 04 67 52 02 57  
[cdes30@wanadoo.fr](mailto:cdes30@wanadoo.fr)

##### Codes 34

Centre André Lévy  
54, chemin de Moularès  
34070 Montpellier  
Tél : 04 67 04 88 50  
Fax : 04 67 52 02 57  
[chesfrap@wanadoo.fr](mailto:chesfrap@wanadoo.fr)

##### Codes 48

1bis, allée des Soupirs  
48000 Mende  
Tél : 04 67 04 88 50  
Fax : 04 67 52 02 57  
[codes48@wanado.fr](mailto:codes48@wanado.fr)

##### Codes 66

12, avenue de Prades  
66000 Perpignan  
Tél : 04 67 04 88 50  
Fax : 04 67 52 02 57  
[codes66.po@wanadoo.fr](mailto:codes66.po@wanadoo.fr)