

Récit

Prendre sa santé en main pour favoriser la confiance en soi et la réinsertion à l'emploi

Auteurs :	Suzanne Deshaies et Julie Gervais
Collaborateurs :	Myriam Thériault, Hugo Pollender, Nathalie Gosselin, Marie-Ève Nadeau, Johanne Archambault et Alex Battaglini
Nom donné par les acteurs terrain :	Attache tes souliers et cours
Région sociosanitaire :	Abitibi-Témiscamingue
Nom du territoire de RLS :	RLS de la Vallée-de-l'Or
Date de début des travaux :	Hiver 2010
Date de début des services offerts à la population :	Printemps 2010
Population ciblée :	Jeunes en démarche d'insertion professionnelle ou de retour aux études
Partenaires du RLS actuellement impliqués dans l'initiative :	Carrefour jeunesse-emploi d'Abitibi-Est, Programme partenarial Pikatemps, le CSSS de la Vallée-de-l'Or, Comité d'action local Vallée-de-l'Or propulsé par Québec en forme

1. Brève description de l'initiative

Des partenaires du réseau local se sont donné un objectif commun autour de l'amélioration des conditions de vie de jeunes adultes plus vulnérables et à la recherche d'emploi. Ces jeunes sont plus méfiants à l'égard des services de santé. Cet objectif commun a pris la forme de l'initiative « Attache tes souliers et cours ».

Cette initiative vise à développer l'estime et la confiance en soi chez les jeunes. Pour ce faire, les intervenants misent sur le développement d'un lien de confiance, sur des échanges sur des thèmes liés à la santé plutôt que sur l'écoute de conférences et une implication concrète des jeunes par la pratique de l'activité physique, de même que sur le suivi des impacts sur l'amélioration de leur santé pour favoriser une prise de conscience.

2. Comment le projet a-t-il pris forme?

Le Carrefour jeunesse-emploi d'Abitibi-Est (CJEAÉ) accompagne les personnes de 16 à 35 ans dans leur insertion sociale et professionnelle. La coordonnatrice des services psychosociaux de cet organisme a constaté qu'une partie importante de cette clientèle n'adoptait pas de saines habitudes de vie, ce qui nuirait à l'insertion en emploi :

Ces jeunes-là ne bougeaient pas. Ils fumaient beaucoup. Ils ne mangeaient pas bien. Ils ne faisaient pas attention à leur santé. Certains jeunes avaient déjà commencé à développer des problèmes d'arythmie [...] Les boissons énergisantes, les *Red-Bull* et toutes ces affaires-là. L'objectif des mesures d'insertion est l'intégration en emploi ou le retour en formation. Mais, comment veux-tu intégrer un emploi ou un retour en formation quand tu n'es pas en forme? Tu ne te lèves pas le matin ou tu te couches à 3-4 heures le matin, tu ne dors pas. Comment veux-tu atteindre ton objectif?

Le CJEAÉ croit qu'il est pertinent d'ajouter un volet santé à sa programmation des activités. En 2005, il approche le Programme partenarial Pikatemps qui est rattaché administrativement au CSSS de la Vallée-de-l'Or. Son mandat est de prévenir et de dépister les infections transmissibles sexuellement et par le sang (ITSS). Le CJEAÉ et le Programme partenarial Pikatemps signent alors une entente de collaboration. Ils prévoient qu'une infirmière du programme réalise des bilans de santé complets avec les jeunes qui participent à un programme au CJEAÉ. Ils en profitent pour poursuivre également l'objectif de mieux faire connaître les services du Programme partenarial Pikatemps à ces jeunes.

Après quelques mois d'essai, les deux partenaires font le constat des effets limités de ce type d'intervention auprès de ce public cible. Ils expliquent le succès mitigé par le fait que plusieurs de ces jeunes vivent également des difficultés sociales importantes (ex. : prostitution, délinquance, toxicomanie, décrochage scolaire). Une intervenante du Programme partenarial Pikatemps explique que :

Ce n'était pas du tout adapté à leurs besoins. Ils n'étaient pas rendus là. [...] Quand tu es en survie, dans des contextes particuliers, cela ne sert à rien de prendre la pression. Il faut qu'on aille plus creux [...] et travailler avec le concret. Avec ces jeunes-là, s'asseoir sept heures de temps dans une salle, ce n'était pas très adapté.

Le CJEAÉ et le Programme partenarial Pikatemps amènent les jeunes vers la pratique d'activités sportives afin d'offrir une intervention adaptée à cette clientèle. De cette façon, les jeunes peuvent constater et apprécier les progrès concrets en ce qui concerne leur santé.

En 2010, le CJEAÉ sollicite le soutien financier de Québec en forme pour ajouter le conditionnement physique à sa programmation. Le mandat de Québec en forme est d'encourager les jeunes à faire davantage d'activités physiques et d'améliorer leurs habitudes de vie. Un financement est accordé pour défrayer le coût de l'inscription de la clientèle visée à un centre sportif de la région (Cyclotonus).

Finalement, à l'été 2011, un autre volet est ajouté. Afin de motiver les jeunes et de leur donner un objectif concret, les trois partenaires décident de leur lancer le défi de participer à la course de cinq kilomètres du Marathon de Montréal 2011. Les jeunes qui ont accepté de relever le défi ont eu un entraînement adapté à cette épreuve.

3. Qu'offre-t-on de plus à la population?

L'initiative offre un entraînement physique aux jeunes inscrits aux programmes Exqualibur¹ et Jeunes en action² déployés par le CJEAÉ. Les jeunes de ces programmes bénéficient d'ateliers santé offerts une fois par mois par une infirmière et une travailleuse sociale du Programme partenarial Pikatemps. Ces rencontres permettent de mesurer l'impact de l'entraînement physique chez les jeunes et de discuter de sujets touchant leur santé. Dans le cadre de l'entraînement au marathon, les jeunes ont également bénéficié des conseils d'une nutritionniste, d'une kinésologue (provenant du CSSS) et de conférences de motivateurs.

L'entraînement

Pendant une période de 16 à 35 semaines, les jeunes font deux heures d'activité physique par semaine. Durant la période hivernale, les entraînements sont principalement offerts au centre sportif Cyclotonus qui propose différentes activités comme le *pilates*, l'entraînement abdo-fesses-cuisses, le *spinning* et le *cardio-tae-box*. Des activités extérieures comme la raquette, le ski de fond et le hockey sont aussi organisées. Durant l'été, les activités extérieures sont privilégiées. L'entraînement chaque semaine est obligatoire pour les jeunes qui participent à un programme, mais la participation à des activités spéciales, comme le marathon, est volontaire.

Au début de l'été 2011 s'est ajouté l'entraînement pour le cinq kilomètres du Marathon de Montréal. Sous les conseils d'une kinésologue, les jeunes participant à cette épreuve étaient encouragés à faire certains exercices dans leur quotidien, soit en dehors des plages horaires habituellement dédiées à l'activité physique.

Les ateliers santé

L'infirmière et la travailleuse sociale du Programme partenarial Pikatemps rencontrent les jeunes, qui bénéficient du projet d'entraînement, une fois par mois. Ces rencontres de groupe durent en moyenne deux heures et permettent le suivi de l'amélioration de la condition physique des jeunes. Ces ateliers sont aussi consacrés à des discussions sur les saines habitudes de vie. Les thématiques abordées sont déterminées à l'avance par les intervenants en fonction des besoins des jeunes.

Les intervenants travaillent la motivation et l'estime de soi des jeunes, mais le contenu des discussions est défini sur la base des préoccupations exprimées par les jeunes. Les intervenants du Programme partenarial Pikatemps privilégient une approche basée sur les échanges avec les jeunes plutôt que des exposés magistraux ou des conférences.

La grille de suivi

Les jeunes disposent d'une grille de suivi comportant des objectifs d'amélioration de leur santé. Les objectifs sont fixés conjointement par les conseillers du CJEAÉ et les jeunes. Il peut s'agir de réduction de leur consommation de tabac, d'amélioration de leur alimentation ou d'amélioration de leur rythme cardiaque. Pour prendre conscience de leur évolution, les jeunes inscrivent aux quatre semaines les différentes données en lien avec leurs objectifs comme le nombre de cigarettes fumées par jour, le pouls et la qualité et la quantité de sommeil. L'un des jeunes raconte : « C'est une feuille de 12 semaines environ. Ils font la pré-évaluation, tant de cigarettes, le souffle court, je fais ci, je fais cela. Après quatre semaines, je fume un peu moins, j'ai moins mal au ventre. »

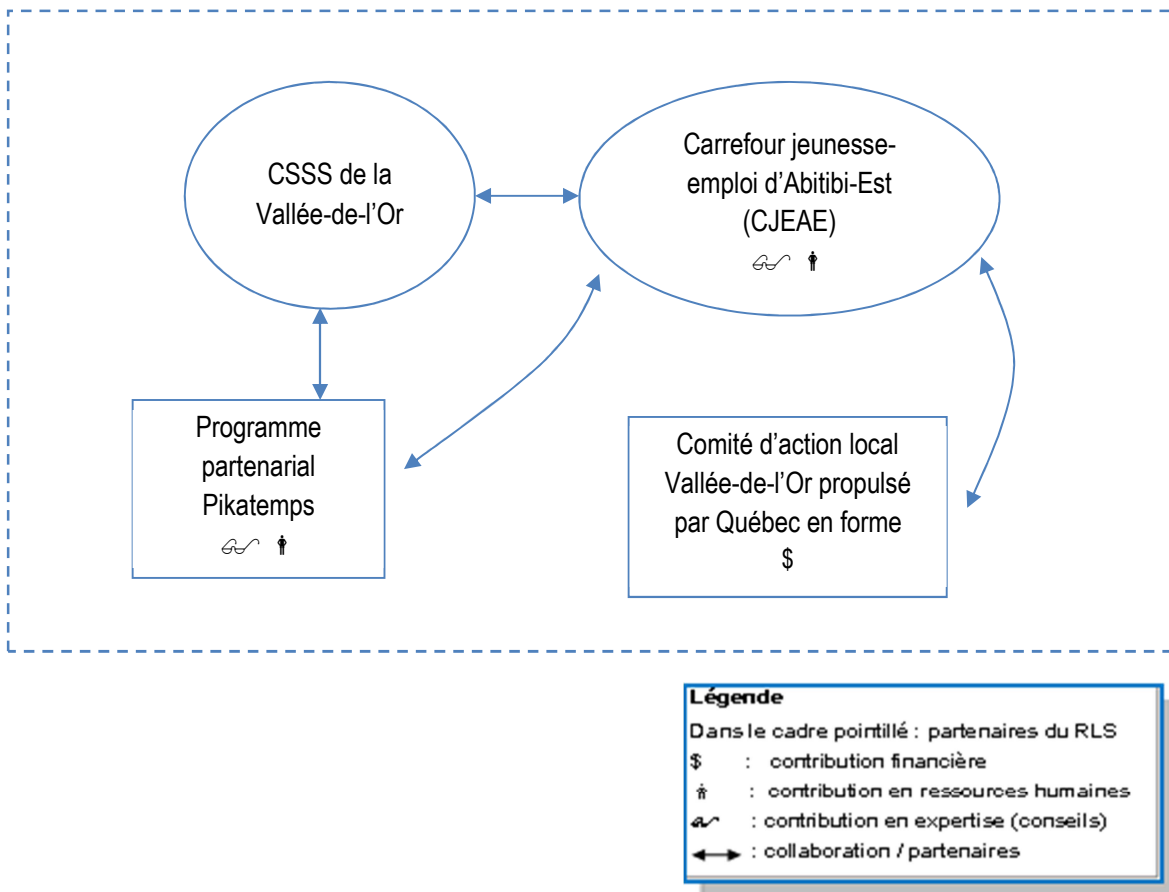
¹ Le programme Exqualibur de Service Canada est offert aux jeunes de 16 à 30 ans ayant décroché du milieu scolaire et sans revenu ou en emploi précaire. Le but est de favoriser leur retour à l'école ou sur le marché du travail et leur retour à la santé. Ce programme s'échelonne sur 16 semaines, à raison de 30 heures/semaine. Les jeunes reçoivent une petite allocation pour participer aux activités de ces programmes.

² La mesure Jeunes en Action (Emploi-Québec) s'adresse aux jeunes de 18 à 24 ans prestataires d'assurance-emploi, de l'assistance-emploi ou sans soutien de revenu public souhaitant intégrer le marché du travail ou un retour en formation. Leurs prestations sont bonifiées s'ils participent au programme.

4. Qui sont les partenaires impliqués dans l'initiative?

Les partenaires principaux au programme sont le Carrefour jeunesse-emploi d'Abitibi-Est (CJEAÉ), le comité d'action local Vallée-de-l'Or, propulsé par Québec en forme, et le CSSS de la Vallée-de-l'Or.

RLS de la Vallée-de-l'Or



Carrefour jeunesse-emploi d'Abitibi-Est (CJEAÉ)

Le CJEAÉ a pour mandat d'offrir aux jeunes adultes de 16 à 35 ans des programmes d'insertion en emploi, de retour aux études ou de démarrage d'entreprise. Les intervenants jeunesse du CJEAÉ travaillent à outiller les jeunes afin d'améliorer leur autonomie fonctionnelle et d'optimiser leurs chances d'intégrer le marché du travail. De nombreuses activités sont organisées pour soutenir ces objectifs, par exemple les visites d'entreprises et les ateliers sur les techniques de recherche d'emploi, le logement, le budget, les aptitudes sociales et la santé.

Le CJEAÉ est considéré comme l'organisme coordonnateur de l'initiative « Attache tes souliers et cours ». Cet organisme a mobilisé les partenaires et coordonne les activités offertes aux jeunes dans le cadre de leur entraînement physique. Bien que chaque intervenant associé (infirmière, travailleuse sociale, nutritionniste, entraîneur, etc.) à cette initiative décide du contenu de ses activités en fonction de son expertise, les conseillers en emploi du CJEAÉ demeurent les principaux intervenants auprès des jeunes et sont consultés pour toute question qui concerne l'entraînement et la santé.

CSSS de la Vallée-de-l'Or – Programme partenarial Pikatemps

Pikatemps est un programme partenarial sous la responsabilité du CSSS de la Vallée-de-l'Or. L'équipe pivot est composée d'une infirmière et d'une travailleuse sociale. Ce programme est le fruit de la collaboration de neuf partenaires du milieu institutionnel et communautaire et autochtone, dont la clinique régionale VIH-sida, le Centre de santé Kitcisakik, le Centre Normand, le Centre d'amitié autochtone de Val-d'Or et l'Agence de la santé et des services sociaux de l'Abitibi-Témiscamingue (ASSS). Son principal mandat est de prévenir et de dépister les ITSS auprès d'une population qui ne consulte pas les ressources institutionnelles. Les locaux du programme sont situés à l'extérieur des murs du CSSS. Une approche milieu est privilégiée pour joindre cette clientèle de Val-d'Or. Selon une intervenante du Pikatemps, les intervenants impliqués au programme, qu'ils relèvent ou non du CSSS, doivent : « Faire autrement et simplement. Parce que notre clientèle est marginalisée, elle n'ira pas dans les services traditionnels. Nous devons trouver des façons différentes de joindre les gens, de créer le lien de confiance et ensuite, de les ramener vers les ressources plus stables. »

Le Programme partenarial Pikatemps contribue à l'initiative « Attache tes souliers et cours » en prenant en charge le contenu et le déroulement des ateliers santé offerts aux jeunes.

Comité d'action local Vallée-de-l'Or

Le Comité d'action local Vallée-de-l'Or propulsé par Québec en forme finance les activités physiques auxquelles participent les jeunes de l'initiative « Attache tes souliers et cours ». À l'exception du marathon, il s'occupe de payer la location d'équipement de plein air et assure l'accès des jeunes au centre Cyclotonus.

Coordination de l'initiative

Le CJEAE est responsable de coordonner l'ensemble des activités offertes dans le cadre de l'initiative. Les partenaires se réunissent pour discuter des différents aspects de l'initiative. Il n'y a pas de processus formel d'évaluation ou de suivi du projet, il s'agit plutôt de rencontres qui se tiennent selon les besoins exprimés par les partenaires ou les intervenants. Lorsqu'est venu le temps de postuler au gala d'excellence de l'ASSS ou lorsque les partenaires ont l'impression qu'il est temps de faire le point sur le déroulement de l'initiative (ce qui se produit tous les trois ou quatre mois), ils se rencontrent.

5. Quelles sont les ressources utilisées pour mettre en œuvre cette initiative?

Les ressources humaines

Deux intervenants jeunesse du CJEAE ont pour rôle d'accompagner les jeunes inscrits aux programmes Exqualibur et Jeunes en action. Deux intervenants du Pikatemps, une infirmière et une travailleuse sociale participent au projet environ deux heures, une fois par mois. Le CSSS dégage les services d'une nutritionniste et d'une kinésiologue pour des occasions spéciales comme la préparation des jeunes au Marathon de Montréal. Finalement, par le biais du financement de Québec en forme, un entraîneur suit les jeunes au centre Cyclotonus.

Les ressources financières

À ce jour, le Comité d'action local Vallée-de-l'Or propulsé par Québec en forme a investi financièrement. Cet investissement permet de défrayer le coût des activités pour chaque jeune au centre sportif pour la durée de sa mesure d'insertion ainsi que les autres coûts liés au matériel sportif. Ce déboursé peut varier en fonction du programme et des besoins de chaque jeune.

La participation des jeunes au Marathon de Montréal en 2011 a été rendue possible grâce à une campagne de financement coordonnée par le CJE. Les quatre jeunes qui ont pris part à l'événement ont réalisé une collecte de fonds (dîner spaghetti, sollicitation auprès des élus, recherche de commanditaires) avec le soutien des intervenants jeunesse.

6. Quelles sont les retombées associées à la mise en place de l'initiative?

Retombées	Avant	Après
<p>Pour les jeunes en démarche d'insertion professionnelle ou de retour aux études</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Mauvaises habitudes de vie : tabagisme, drogues, mauvaise alimentation, troubles de sommeil, comportements sexuels à risque - Insertion en emploi ou retour aux études compromis par de mauvaises habitudes de vie 	<ul style="list-style-type: none"> - Adoption de saines habitudes de vie pendant la durée du programme : exercice, alimentation, repas équilibrés et peu coûteux, etc. - Information sur des questions de santé physique et l'importance d'une bonne hygiène de vie en abordant des sujets comme le développement personnel, le sommeil, la consommation, la dépression, les ITSS, le tabagisme et la santé mentale - Sensibilisation au maintien des habitudes après le programme - Répercussions positives sur les mesures d'insertion parce que les jeunes sont motivés à prendre soin d'eux. - Perception d'une meilleure santé des jeunes (fréquence cardiaque, sommeil, réduction de la consommation de tabac, de boissons énergisantes et de drogues, etc.) à la fin du programme³ - Les jeunes ont développé un sentiment d'appartenance au groupe de participants à l'initiative.

³ Pour l'instant, aucune donnée n'est disponible à savoir si ces saines habitudes se maintiennent après la participation des jeunes à ce programme.

Retombées	Avant	Après
<p>Pour l'organisation des services</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Souvent éloignés des services du CSSS, méfiants à l'égard des institutions. - Les différents organismes travaillent en silo et collaborent peu. 	<ul style="list-style-type: none"> - Développent une confiance envers les intervenantes du Pikatemps; moins d'hésitation à avoir recours aux services du CSSS et aux services Pikatemps. - Accès plus facile aux services du Pikatemps - Implication de plusieurs partenaires pour œuvrer à l'insertion des jeunes - Réussite qui sert d'inspiration et qui favorise une ouverture dans le milieu par rapport aux jeunes, notamment à travers le gala de reconnaissance de l'Agence. - Que Pikatemps se joigne à l'initiative contribue à renforcer la présence du CSSS auprès de la population.
<p>Pour le partenariat</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Peu ou pas de collaboration entre le CJE et le CSSS, ou entre le CJE et Québec en forme 	<ul style="list-style-type: none"> - Collaboration bien établie et solide entre ces partenaires. - L'appui de la communauté à la campagne de financement (Marathon de Montréal)
<p>Pour les pratiques des intervenants</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Isolement des intervenants jeunesse qui se sentent démunis devant les problèmes de santé des jeunes. 	<ul style="list-style-type: none"> - Partage d'expertise pour soutenir les intervenants dans leur travail - Changement positif des habitudes de vie des intervenants qui ont fait les entraînements et la course au Marathon de Montréal.

7. L'avis des partenaires et de la population au regard de cette initiative?

La coordonnatrice des services psychosociaux du Carrefour jeunesse-emploi – Abitibi-Est

Selon la coordonnatrice des services psychosociaux du CJEA, l'initiative « Attache tes souliers et cours » offre aux jeunes l'opportunité de constater les bienfaits de l'adoption de saines habitudes de vie et d'une plus grande estime de soi. Elle rend compte du cheminement de l'un des jeunes participants de l'initiative :

Il n'était pas en forme, un petit surplus de poids. Quand ce jeune-là est sorti d'ici, il avait les épaules droites. Il était timide, renfrogné, refermé sur lui-même. Il s'entraîne. Il est capable de faire du *spinning*, il n'aurait jamais pensé ça. Le jeune avoue que c'était difficile au début, mais après quelques semaines, il se sent bien. Il précise que ces idées sont plus claires.

Toujours selon la coordonnatrice, la dynamique qui s'est installée entre les intervenants entraîne un partage d'expertise. Les savoirs psychosociaux, de la santé, de l'entraînement physique ou de la nutrition sont également une plus-value de cette initiative.

Elle constate également que l'alliance entre le milieu institutionnel et communautaire permet de mettre en commun des perspectives différentes et d'améliorer l'accessibilité des services de santé et services sociaux aux jeunes. Elle illustre de la manière suivante cette nouvelle approche :

C'est intéressant que des professionnels de la santé sortent de leurs bureaux du CSSS. Qu'ils viennent parler aux jeunes sur le terrain. Ce sont des jeunes qui sont déjà intimidés, qui, parfois, n'ont pas toujours eu de belles expériences avec les réseaux de la santé et des services sociaux. Il y en a qui viennent du centre jeunesse. Qu'il y ait des infirmières, des nutritionnistes, des kinésiologues qui viennent ici mardi matin, à 9 h, parler aux jeunes. Les jeunes doivent se dire que s'il s'est déplacé, s'il est sorti de son bureau et qu'il est venu me voir, il est accessible.

Intervenant jeunesse du Carrefour jeunesse-emploi d'Abitibi-Est

Selon l'intervenant jeunesse rencontré, la participation à l'initiative permet aux jeunes de constater qu'ils ont les moyens d'accomplir quelque chose. Souvent, poursuit-il :

Ils n'ont plus beaucoup de projets dans leur vie. Les projets qu'ils ont faits n'ont pas été jusqu'au bout. Donc, de s'approprier un projet, une activité physique dans laquelle ils croient leur redonne de la motivation. Quand ils voient que le but, c'est d'aller au Marathon de Montréal, ils voient jusqu'où ils peuvent se rendre.

Cet intervenant jeunesse croit également que les jeunes sont joints beaucoup plus facilement par un type de démarche où ils peuvent constater concrètement les bienfaits de leurs actions. La formule retenue par l'initiative permet aux jeunes d'être davantage sensibilisés aux questions de santé lorsqu'ils prennent part à un entraînement physique que lorsqu'ils ne font que participer à des ateliers ou des conférences.

L'intervenant jeunesse souligne également la qualité de la collaboration entre le Programme partenarial Pikatemps et Québec en forme.

Les intervenants du Programme partenarial Pikatemps

Deux intervenantes⁴ du CSSS de la Vallée-de-l'Or rattachées à Pikatemps affirment qu'en plus de développer les connaissances des jeunes sur les saines habitudes de vie, l'initiative « Attache tes souliers et cours » a eu de nombreux impacts sur le développement personnel et la vie sociale des jeunes. Selon elles, les jeunes sont davantage motivés à prendre soin d'eux-mêmes lorsqu'ils comprennent l'importance d'adopter certaines habitudes de vie. Cela leur donne également un sentiment d'accomplissement. L'une des intervenantes précise : « C'est sûr qu'il y en a des incurables, mais pour le moment, on n'en a pas vraiment vus. Il y a eu une motivation qui s'est créée, l'effet de groupe. Ils ont plus d'assurance qu'avant. Ils ont reçu quelque chose, ils ont appris des choses. »

Elles constatent aussi que l'initiative permet aux jeunes d'adopter de meilleures habitudes de vie. Une des intervenantes rencontrées parle du rôle important joué par la nutritionniste dans le changement observé chez les jeunes : « Elle va cuisiner avec eux avec des aliments qui ne sont pas chers, [...] mais qui sont équilibrés, qui ont un niveau calorique et nutritionnel intéressants. Et nous, notre mandat, c'est qu'effectivement, les jeunes se réapproprient une façon de faire qui est adaptée à leurs besoins. »

Dans un autre ordre d'idées, les intervenantes pivots du Programme partenarial Pikatemps affirment que leur participation à cette initiative est stimulante. Une formule où les jeunes posent leurs questions, choisissent les thématiques et participent aux discussions, les obligent à être prêtes à aborder un vaste registre de sujets. Elles ajoutent que l'initiative est aussi dynamisante parce que le rapport entre les acteurs du milieu, y compris les jeunes, s'est naturellement imposé :

[Les ressources de Val-d'Or travaillent en silo. Chacun leur plate-bande. Et là, ça n'a pas été le cas. \[...\] dans le sens où l'on se met sur un pied d'égalité, on travaille ensemble pour le mieux-être communautaire. Voir que l'on peut encore arriver à travailler autrement que chacun pour soi, que l'individualisme dans notre société n'a pas pris toute la place.](#)

La reconnaissance du travail fait par chacun des partenaires, mais aussi par les institutions et organisations de la région est une autre retombée de cette initiative qui a d'ailleurs été sélectionnée par l'Agence de la santé et des services sociaux de l'Abitibi-Témiscamingue dans le domaine du partenariat aux prix d'Excellence de la santé et des services sociaux.

Le fait que les intervenants se déplacent au CJEAE pour rencontrer les jeunes contribue à faire connaître les services du Pikatemps, mais surtout, cela permet de créer un lien de confiance avec eux. L'une des intervenantes précise que : « Par ces ateliers, on se fait connaître, [...] les jeunes savent maintenant notre mandat en dehors de ces ateliers-là [...] Et c'est de se rendre disponibles en fonction des besoins ». Les intervenantes voient de façon positive le développement de ce lien avec les jeunes et croient que c'est d'autant plus important étant donné que plusieurs de ces jeunes ont connu, malgré leur jeune âge, de nombreuses ruptures avec la famille, les centres jeunesse, le décrochage scolaire. Une des intervenantes ajoute qu'il y a aussi le développement d'un sentiment d'appartenance chez ces jeunes : « Ils arrivent, et là, ils sont quelqu'un. Ils appartiennent à un groupe, ils font partie d'une équipe. »

Gestionnaire du CSSS de la Vallée-de-l'Or

Tout comme les intervenants terrain, le gestionnaire du CSSS croit aux bienfaits de cette initiative sur la motivation et l'estime de soi des jeunes. Ces effets bénéfiques poursuit-il, se répercutent sur leur santé. Il pense aussi que le lien de confiance établi entre les intervenants du Pikatemps et les jeunes est précieux et qu'il contribue à renforcer la présence du CSSS auprès de la

⁴ Une infirmière et une travailleuse sociale

population. Il ajoute que la sensibilisation de ces jeunes peut avoir des répercussions positives sur la santé des autres résidents du territoire en ce sens que : « Plus il y a de gens qui sont porteurs de la bonne nouvelle, mieux on est. Donc, oui, il y a toujours un gain à avoir, à pouvoir raccrocher des gens face à la santé. »

Selon ce gestionnaire, le partenariat solide développé entre les partenaires est un autre aspect positif de cette initiative. Plus précisément, la capacité de ces partenaires à rallier le milieu. L'attitude et la motivation des promoteurs y ont contribué. Il pense que : « C'est ce qui fait la beauté de la chose. Des gens qui croient en ce qu'ils sont en train de faire [...] qui vont chercher les partenaires de la communauté, mais aussi du réseau, pour répondre à leur objectif. Vraiment tout le monde pour pouvoir bien mener à bien leur projet. »

Finalement, il voit des effets bénéfiques sur la mission première du Programme partenarial Pikatemps et comme il le précise, sur la prévention des ITSS : « Si tu as une saine habitude de vie générale, tu vas avoir une saine habitude de vie sexuelle qui va s'enclencher. »

Le gestionnaire rencontré déclare qu'il a une grande confiance en la compétence des intervenantes du Programme partenarial Pikatemps. Tout en étant administrativement rattachées au CSSS, elles sont très autonomes dans leur pratique. Elles travaillent dans un local qui est à l'extérieur du CSSS auprès de la clientèle démunie du réseau local de services. Elles ont établi par elles-mêmes le partenariat de cette initiative. Il avoue même que celle-ci ne lui a jamais été soumise.

Jeunes

Un des jeunes participants de Jeunes en Action rencontrés a fait appel au CJAE pour l'aider à définir ses objectifs de carrière et pour l'aider à comprendre les raisons pour lesquelles il n'arrivait pas à garder un emploi. Comme tous les autres participants, il a bénéficié de l'entraînement une fois par semaine. Il dit avoir été enthousiaste quand la proposition de participer à la course de cinq kilomètres du Marathon de Montréal lui a été soumise : « Quand ils sont venus nous en parler, les autres étaient un petit peu réticents, mais moi et deux autres personnes, on était vraiment dedans. On a réussi à motiver les autres. Et, vraiment à la base, pour vouloir commencer à y participer, c'était la motivation. »

Selon lui, un des effets bénéfiques de sa participation au Marathon, est une confiance en lui accrue, acquise non seulement lors de l'entraînement et de la course, mais aussi par le rôle actif que lui et les autres jeunes ont joué dans la campagne de financement. À cette occasion, ils ont eu à prendre la parole en public, solliciter des donateurs, organiser des événements. Cette confiance a également été renforcée lorsque la communauté, par une bonne participation à la campagne de financement, a donné son appui à leur projet de participer au Marathon de Montréal. Ce jeune avoue s'être également découvert des talents et une passion pour ce genre d'événements.

Ce participant a également beaucoup apprécié la motivation et le professionnalisme des différents intervenants. Il a trouvé les ateliers sur la santé intéressants, mais a particulièrement été interpellé par la formule interactive des ateliers. Comme il l'explique, il avait de la difficulté à socialiser, mais dans les ateliers : « On n'était pas obligé de parler de nos expériences. Mais cela faisait du bien de partager ce que t'as vécu avec d'autres. Qu'ils étaient souvent dans le même *pattern*. Ils avaient vécu la même chose. Moi, j'ai vraiment tripé. »

Ce jeune participant dresse un portrait positif de son expérience. Il a l'intention d'inciter d'autres jeunes à en bénéficier :

Dans le fond, cela a vraiment touché ma motivation. Et l'estime de soi, la confiance en soi. Cela peut paraître naïf, mais au niveau de la recherche d'emploi, même dans les études, ça prend ces choses pour pouvoir avancer et garder la motivation [...] Plus tard, quand j'aurai une famille, je sais qu'une des choses que je vais me rappeler, c'est que je n'ai jamais lâché (dans la préparation de la course faite au marathon de Montréal).

8. Que retirons-nous de cette initiative?

Les intervenants jeunesse reconnaissent que le soutien des jeunes est une tâche exigeante, d'autant que ces jeunes ont tendance à baisser les bras rapidement en présence de difficultés. Pour ce faire, les intervenants doivent montrer l'exemple en restant motivés, persévérants et de bonne humeur. Ils reconnaissent volontiers que cela peut être exigeant et lourd à porter, mais ce rôle est néanmoins nécessaire. Pour un des intervenants jeunesse, le fait que lui-même et sa collègue donnent l'exemple en participant eux-mêmes aux activités est un facteur de réussite important.

Une autre leçon intéressante de cette initiative est le caractère informel de la collaboration. Cela semble avoir été très apprécié des personnes rencontrées : « Cela s'est fait rapidement, autour d'une table, ou on s'en va manger à quelque part, on parle, on *brainstorm*, puis voilà. On n'a pas besoin de requêtes et de recherches, on y va comme ça. On y va vraiment avec les besoins populationnels, les besoins de la base ». Cette fluidité des rapports contribue à l'efficacité de la coordination de l'initiative.

Une autre condition de succès réside dans le fait que les partenaires adhèrent au même objectif d'améliorer les conditions de vie des jeunes. Un intervenant jeunesse donne le conseil à quiconque souhaitant mettre ce type de projet en place :

D'y aller de façon spontanée. D'y aller avec le terrain. Pour démarrer quelque chose, appelle ta collègue, ton représentant de Québec en forme, assoyez-vous ensemble, puis parle de ton projet. Cela peut commencer tout petit et devenir un peu plus gros. À un moment donné, il y a plus de gens, plus de partenaires. Y aller simplement.

En partant du milieu, on s'assure de l'adhésion de tous aux objectifs du programme, et les chances de succès de l'initiative sont accrues. Dans cette optique, l'adhésion de Québec en forme au projet s'est avérée essentielle, puisque son apport financier a été « un gros morceau » pour assurer le fonctionnement de l'initiative.

Selon une des intervenantes du Pikatemps, la motivation de tous à participer au projet comprend également celle des jeunes. Cette motivation aurait été facilitée par le fait que les jeunes sont partie prenante de l'initiative et donc un acteur de sa réussite. Elle précise que les jeunes « ont été inclus dans le processus dès le départ. On est tous partis sur un pied d'égalité, on travaille ensemble, puis on fait quelque chose ensemble [...] Ça revient à faire « avec » et non pas « pour ». Ça c'est notre philosophie, nous, on travaille comme ça ».

Les personnes rencontrées évoquent l'importance des conditions facilitantes comme la présence d'un leadership partagé, la gestion collégiale et la complémentarité entre les partenaires, mais elles insistent sur la confiance réciproque entre les acteurs et le respect des champs de compétence de chacun. Il semble également que la confiance des administrations en leurs intervenants ait été un facteur déterminant dans le succès de cette initiative.

9. Les suites de l'initiative

Actuellement, les partenaires ne prévoient aucun développement à cette initiative. Cependant, un intervenant rencontré mentionne la pertinence d'approfondir l'intervention sur la question des dépendances en ayant recours à la collaboration d'un organisme ou d'un spécialiste de la question.

L'idée de participer au Marathon de Montréal était de lancer un défi aux jeunes et de leur donner un but concret. Le financement nécessaire à la réalisation d'un tel projet a été considérable. Le CJEAE envisage donc de changer le défi pour les prochaines années.

10. Les ressources mises à contribution pour la documentation

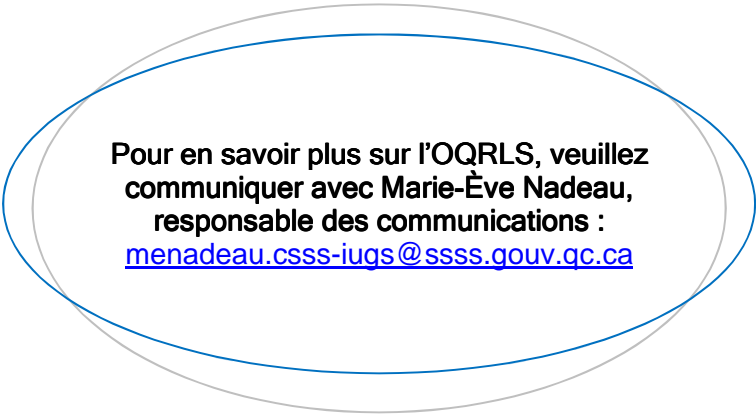
Rappel : L'OQRLS documente les initiatives à partir de différents points de vue par le biais d'entrevues. L'expérience et la perception des acteurs locaux sont au cœur des travaux de l'Observatoire québécois des réseaux locaux de services. Ce récit a été rédigé à partir des sources suivantes.

- Entrevue avec la coordonnatrice des services psychosociaux du Carrefour jeunesse-emploi d'Abitibi-Est
- Entrevue avec l'intervenant jeunesse du Carrefour jeunesse-emploi
- Entrevue avec le gestionnaire du CSSS de la Vallée-de-l'Or
- Entrevues avec deux intervenantes (une infirmière et une travailleuse sociale) du Programme partenarial Pikatemps
- Entrevue avec un jeune ayant participé à la démarche « Attache tes souliers et cours »

Remerciements

L'équipe de l'OQRLS tient à remercier les personnes suivantes d'avoir participé à la documentation de cette initiative :

Anne-Marie Malo, Victor-Hugo St-Germain, Kathleen Bélanger, Isabelle Cornet et Luc Vézina. Nous remercions également Ysabelle Lamarche, Sofie Roy et Louise Levert.



Pour en savoir plus sur l'OQRLS, veuillez
communiquer avec Marie-Ève Nadeau,
responsable des communications :
menadeau.csss-iugs@ssss.gouv.qc.ca

Citation suggérée

Deshaies, S., Gervais, J., Archambault, J., Battaglini, A., Gosselin, N., Nadeau, M.-E., Pollender, H. et Thériault, M. (2013). *Prendre sa santé en main pour favoriser la confiance en soi et la réinsertion à l'emploi*. Récit, Observatoire québécois des réseaux locaux de services, 2 avril 2013, 14 pages.

Rédaction

Suzanne Deshaies, courtière de connaissances, CSSS de Bordeaux-Cartierville – Saint-Laurent
Julie Gervais, courtière de connaissances, CSSS Bordeaux-Cartierville – Saint-Laurent

En collaboration avec

Johanne Archambault, directrice responsable, CSSS-IUGS (Sherbrooke)
Alex Battaglini, coresponsable, CSSS de Bordeaux-Cartierville – Saint-Laurent
Nathalie Gosselin, courtière de connaissances, CSSS-IUGS (Sherbrooke)
Marie-Ève Nadeau, responsable des communications, CSSS-IUGS (Sherbrooke)
Hugo Pollender, courtier de connaissances, CSSS de la Vieille-Capitale
Myriam Thériault, étudiante, CSSS de Bordeaux-Cartierville – Saint-Laurent

Mise en pages

Valérie Plante, technicienne en administration, CSSS-IUGS (Sherbrooke)

Révision linguistique

Lucie Roy, agente administrative, CSSS-IUGS (Sherbrooke)

Dépôt légal

Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2013
Bibliothèque et Archives du Canada, 2013
ISSN : 1923-5895 (version imprimée)
ISSN : 1923-5909 (version PDF)

La reproduction des textes est autorisée et même encouragée, pourvu que la source soit mentionnée.

© Centre de santé et de services sociaux – Institut universitaire de gériatrie de Sherbrooke
Observatoire québécois des réseaux locaux de services, 2013

P:\DSPDC\projets_spdc\IS0003_OQRLS\01 - Liste des initiatives\49\RECIT_Prendre_sante_main_confiance_soi_reinsertion_emploi_Revise_2013-04-23.docx, révisé 23 avril 2013