

Formation

# M' Ta Vie



**Prévention primaire, nouvelle dynamique...**

La prévention, c'est l'affaire de tous, mais comment faire ?

« L'addiction, c'est un échec dans la recherche de mieux être. »

*Le mieux être est un ensemble de ressources et de compétences nécessaires pour vivre sa vie. Elles doivent être développées dès le plus jeune âge.*

*Plus tôt les adultes seront sensibilisés à cette prise de conscience, plus tôt nous aurons l'espoir de régler ces questions d'addiction (phénomène sociétal).*



## Présentation du programme M'Ta Vie

Il s'agit d'un programme de promotion de la santé et de prévention durable destiné à tout professionnel ou bénévole travaillant auprès de jeunes (dès l'âge de 5 ans).

Il a pour but d'accompagner les jeunes à effectuer une prise de conscience et un changement de regard sur leur situation.

Cette sensibilisation se fait par le biais de différents thèmes en lien avec les addictions, notamment la santé, la prise de risques, la résolution de problèmes et la recherche du sens de la vie.



## Ses principes

- Privilégier une approche mettant au centre **la personne et son contexte** plutôt que **le produit ou le comportement**.
- S'intéresser aux **causes des difficultés** et pas uniquement aux symptômes dérangeants.
- Aborder la thématique des addictions en proposant des **alternatives à la consommation** et en **évitant la moralisation**.
- Développer des **processus participatifs** avec le jeune et **utiliser leurs ressources propres**.
- Impliquer **les professionnels ou les adultes** dans l'ensemble de la démarche.

**« Faire pour moi, mais faire sans moi, c'est faire contre moi »**

*Gandhi*



# Calendrier de la formation

Dates	Thématiques	Objectifs
<b>Module 1</b>		
<b>2 journées</b> 9h30 - 17h30 Repas libre	<b>« La Santé, c'est quoi ? »</b>	Permet une exploration des différentes facettes de la santé et des facteurs qui l'influencent.
<b>Module 2</b>		
<b>2 journées</b> 9h30 - 17h30 Repas libre	<b>« Prendre des risques, jusqu'où ? »</b>	Invite à une réflexion sur les limites, droits et devoirs ainsi que sur la notion de prise de risque.
<b>Module 3</b>		
<b>2 journées</b> 9h30 - 17h30 Repas libre	<b>« Résoudre ses problèmes, quelles solutions ? »</b>	Visé l'expérimentation et la découverte de différents modes de résolution de problèmes.
<b>Module 4</b>		
<b>2 journées</b> 9h30 - 17h30 Repas libre	<b>« Chercher un sens à sa vie, quel chemin ? »</b>	Atelier de la découverte de ses désirs, de ses rêves et des valeurs qui donnent un sens à sa vie.

**Chaque module se déroule sur deux jours.**

**Le nombre de places est limité.**



## Le service de prévention du CSAPA 53

L'équipe de prévention du CSAPA 53 est composée d'une infirmière, Manuella Pescheux, et d'une éducatrice spécialisée, Géraldine Bouvet. L'équipe met en place des actions de prévention et de promotion de la santé en lien avec l'addiction sur l'ensemble du département, avec pour objectifs de :

- développer et/ou consolider les compétences des intervenants dans différents milieux (scolaires, éducatifs, publics vulnérables...),
- soutenir les professionnels sur leur terrain d'activité que ce soit dans :
  - . les rencontres des jeunes et/ou de leur famille,
  - . les synthèses ou explorations de situations,
- favoriser le repérage précoce des jeunes et leur proposer une prise en charge adaptée.



## Le formateur

### **Manuella Pescheux**

Responsable du module de formation, infirmière spécialisée en addiction, formée à l'intervention systémique, sensibilisée à la bientraitance, sensibilisée à la psychologie de l'enfant, diplôme universitaire en alcoologie.



## Renseignements et inscriptions

- Courriel : [manuella.pescheux@chlaval.fr](mailto:manuella.pescheux@chlaval.fr)
- Téléphone : 02 43 590 690 / 07 61 84 13 86 / Fax : 02 43 53 20 80
- Adresse : CSAPA 53  
Service prévention  
30 bis, rue du Gué d'Orger  
53000 Laval

**Adresser vos inscriptions à l'attention de Manuella Pescheux.**