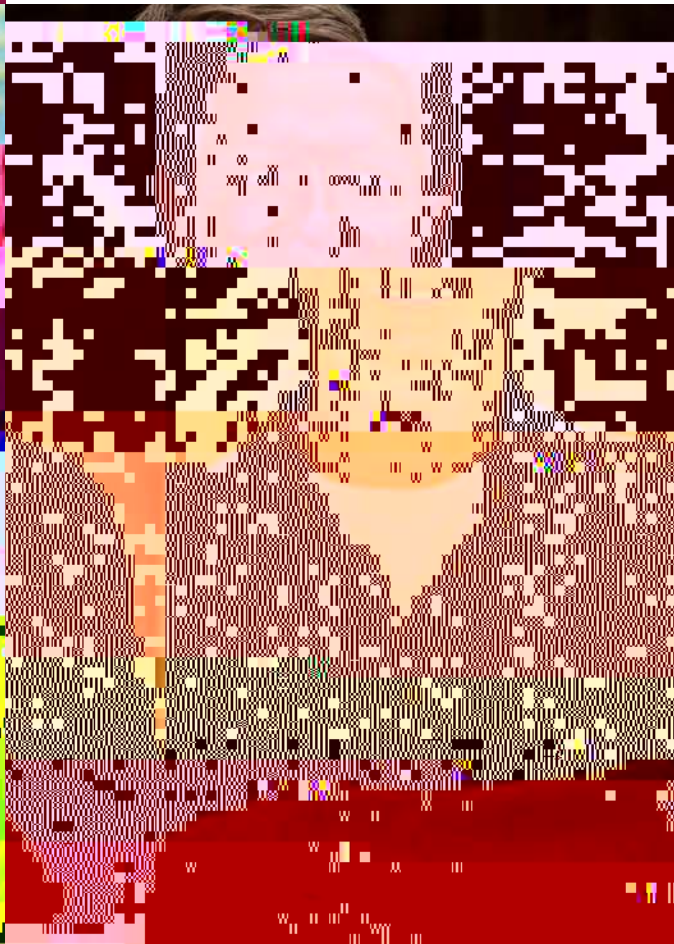


# Step Référents santé **By** Communauté des Sheds SBS **Step**

Interreg   
EUROPEAN UNION

2014-2020  
Santé  
Mars 2014



# Présentation du programme des référents santé

## Contexte

Partout en Europe, les hommes meurent en moyenne 6,1 ans plus tôt que les femmes. Ils sont également plus nombreux à développer des infections de longue durée évitables (telles que les maladies cardiaques), à fumer et à être en surpoids. Enfin, ils ont plus tendance à repousser le moment de consulter leur médecin généraliste ou à essayer de régler eux-mêmes les problèmes sans l'aide d'un professionnel.

Cela signifie que les hommes n'utilisent pas pleinement l'aide disponible. Pour réduire les inégalités entre les femmes et les hommes, il faut que ces derniers changent leur façon d'interagir avec la santé, qu'ils comprennent que celle-ci n'est pas un sujet tabou et que consulter leur généraliste n'est pas une perte de temps.

Le programme SBS des référents santé a été conçu spécifiquement pour permettre aux hommes de parler à d'autres hommes dans un cadre communautaire informel, afin de réduire les inégalités en matière de santé. Il a été réalisé en collaboration avec des hommes du Royaume-Uni, de France, de Belgique et des Pays-Bas dans le cadre du modèle SBS visant à améliorer la santé, la santé mentale et l'employabilité masculine.

Communauté des Sheds SBS

## À propos du programme

Le programme des référents santé vise à former et à aider les membres des Sheds SBS, afin qu'ils acquièrent les compétences et la confiance nécessaires pour apporter des changements positifs au sein de leur communauté.

D'une manière générale, les référents santé :

- Discuteront de la santé avec leurs pairs en utilisant une approche fondée sur des preuves pour aider au changement de comportement
- Orienteront leurs pairs vers les services de santé locaux

Les référents santé feront partie de la structure du Shed SBS. N'importe quel membre du Shed peut devenir un référent santé.

Les référents santé ne sont pas des professionnels de la santé et ne donnent pas de conseils. Au contraire, ils posent les bonnes questions afin que leurs interlocuteurs puissent réfléchir à leurs problèmes de santé personnels et prendre leurs propres décisions pour prendre leur santé en main.

En promouvant la santé au sein de la communauté, le programme vise à encourahp0Q



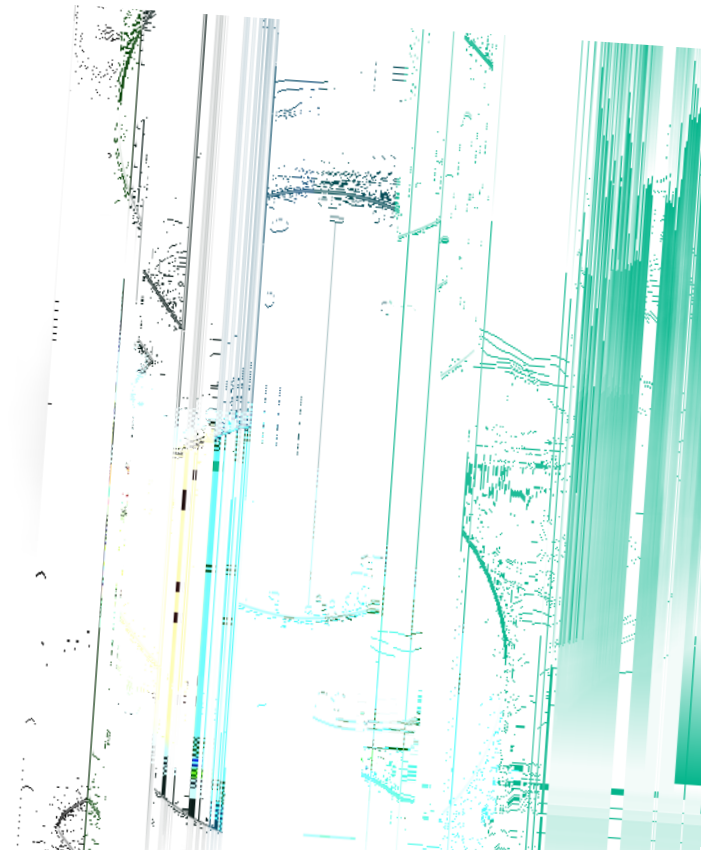


Les hommes se soutiennent naturellement les uns les autres et leur désir d'aider les autres est inné. Ce programme aide les hommes à se soutenir mutuellement, d'une manière saine qui leur convient. La formation donne aux référents santé la confiance et les compétences nécessaires pour faire ce qu'ils ont toujours voulu faire.

## Valeurs

Le programme des référents santé repose sur trois valeurs fondamentales :

- La santé commence dans la communauté, bien avant que les gens n'aient besoin des services de santé, et les communautés jouent un rôle essentiel dans l'amélioration de la santé et la réduction des inégalités.
- Les hommes savent déjà ce que signifie être en bonne santé mais il ne leur est pas toujours facile d'apporter des changements sains à leur vie, même s'ils sont plus que disposés à s'entraider.
- Le fait de discuter de la santé peut contribuer à améliorer celle d'un individu, ce qui, à terme, contribuera à améliorer celle de la communauté au sens large.





# Les enseignements du projet-pilote

## Élaboration du programme

Le programme a été élaboré par le biais d'une série de groupes de discussion locaux et internationaux réunissant les partenaires du projet, les Sheddiers et les principales parties prenantes. Les remarques des Sheddiers et des référents santé qualifiés ont été recueillies tout au long du projet-pilote et ont été prises en compte dans le développement du programme.

La formation initiale était basée sur le principe que tout contact compte (« Making Every Contact Count », MECC) mais les groupes de discussion ont clairement montré que la formation devait être adaptée spécifiquement aux hommes. La formation, la mercatique et la communication ont suivi les mêmes principes essentiels :

- Utiliser le langage que les hommes utilisent
- Se concentrer sur les représentations positives de la santé, par exemple la force et la forme physique
- Se concentrer sur les avantages pour les individus et pour leur Shed
- Indiquer clairement que le programme est axé sur les hommes et leur est destiné
- Être facile à lire
- Mettre l'accent sur les instructions pratiques

Certains partenaires avaient imprimé le manuel du référent santé spécifique à leur région qui contribue à leur mission au quotidien. Ce manuel comprenait des informations locales ainsi que des conseils pour prendre soin de soi et constituait un



## Mise en place du programme

Plus de 130 référents santé ont été formés au Royaume-Uni, en France, en Belgique et aux Pays-Bas, dans 80 Sheds différents. Le programme de formation, tout en suivant une structure de base, a été adapté aux besoins des Sheddés.

Chaque région disposait d'un coordinateur des référents santé, qui était chargé de :

- S'assurer que la formation était disponible
- Promouvoir la formation au sein des Sheds SBS de la région
- Fournir une aide aux référents santé après leur formation
- Veiller à ce que les référents santé aient accès à des possibilités de mise en réseau

Les responsables de Sheds ont également joué un rôle essentiel en :

- S'assurant que les Sheddés avaient entendu parler du programme et qu'on les encourageait à y participer
- Aidant les référents santé pour qu'ils puissent discuter avec les Sheddés, par exemple en leur fournissant le temps et l'espace nécessaires à ces discussions.

Les référents santé avaient la responsabilité :

- D'appliquer ce qu'ils avaient appris au cours de la formation
- De veiller à leur propre santé et à leur bien-être
- De profiter des possibilités de mise en réseau et de développement personnel offertes par le programme

Les référents santé ne sont pas censés donner des conseils et ne sont pas responsables des actions des autres Sheddés.

Après la formation, le coordinateur des référents santé supervisera l'exécution du programme, prendra régulièrement contact avec les référents santé pour leur apporter de l'aide et s'assurera qu'ils se sentent à l'aise dans leur rôle.

## Principaux enseignements

Les hommes ont facilement adhéré au programme car celui-ci est resté simple. Il rendait le rôle de référent plus accessible car personne ne se sentait obligé d'atteindre des objectifs fixes. De plus, chacun pouvait s'approprier le rôle à sa façon et l'adapter à son Shed.

## Formation

La formation de référent santé comprenait 6 heures d'enseignement, pauses comprises, et était dispensée sous différentes formes, allant d'une journée entière en face à face à un cours de formation en ligne en plusieurs sessions. La formation suivait un schéma de base dans chaque site partenaire SBS mais était dispensée de manière à répondre aux besoins locaux.

La formation :

- sensibilisait à certains problèmes de santé auxquels les hommes sont confrontés
- formait aux conversations saines, basée sur le principe « Making Every Contact Count »
- proposait des solutions pour orienter les individus vers d'autres services
- insistait sur l'importance de la confidentialité
- présentait le rôle de référent santé
- abordait les opportunités futures

Une fois la formation validée, les référents santé ont reçu un certificat pour marquer leur réussite et un manuel pour les aider à poursuivre leur action. Ce manuel contenait des informations essentielles sur la santé, un résumé des concepts de base et un répertoire local des principaux services de santé.



## Pourquoi faire en sorte que chaque contact compte ?

Making Every Contact Count (MECC) est une approche du changement de

## Exemple de plan de formation

---

Durée (en minutes)	Sujet	

# À propos de Step by Step (SBS)

Step by Step (SBS) est un projet collaboratif mené par dix organisations. L'objectif est de développer et tester un nouveau modèle communautaire pour améliorer la santé mentale et physique des hommes.

Le modèle a été conçu pour

- Donner aux hommes les moyens de passer d'une santé précaire et/ou de l'isolement à une participation sociale saine ou à un engagement actif sur le marché du travail.



Communauté des Sheds SBS