ÉDITO

Télécharger le pdf

par Caroline GUIGUET, Coordinatrice

Ce mois-ci nous avons le plaisir de vous présenter un acteur du roannais, le Point Accueil Écoute Jeunes « **Le Cocon** ». C'est un lieu d'informations et d'échanges pour les jeunes de 12 à 25 ans. C'est un lieu **anonyme** et **confidentiel** où les jeunes sont reçus **gratuitement**, avec rendez-vous, par une conseillère et/ ou un(e) psychologue.

Le Cocon est porté par la MJC de Charlieu depuis sa création en 2007. Il est financé par la Communauté de Communes Charlieu Belmont, la DDCS, l'ARS et le Crédit Mutuel pour des subventions de projets ou de fonctionnement.

Le cadre de nos suivis individuels :

Lorsque nous recevons un jeune, nous lui proposons un premier accueil de trois rendez-vous. Au terme de ces trois rendez-vous, lui sera proposé soit :

- Un suivi plus approfondi (une série de plusieurs rendez vous hebdomadaires sur une courte période 2/3 mois)
- Un suivi de lien (des rendez vous espacés de plusieurs semaines sur une plus longue période)
- Un lien avec un dispositif de soin public / privé, ou de type social
- Des ateliers spécifiques (organisation du temps/gestion des émotions…)

Ce premier accueil aura plusieurs objectifs :

- Rencontrer le jeune et lui faire connaitre le fonctionnement du PAEJ et prendre le temps de créer un lien pour avoir plus de pertinence sur l'orientation possible.
- Proposer une première écoute qui, parfois, peut suffire
- Evaluer la situation du jeune, sa demande, son état affectif/psychologique

Interventions proposées par le PAEJ

12/25 ans

Cohésion de groupe :

- Vivre une expérience de groupe de manière réfléchie et pouvoir échanger sur son vécu.
- Exercices pour prendre conscience de l'autre, de soi, de la communication non verbale, du rythme et des effets de "l'être en groupe".

Gestion des émotions :

- Pouvoir mettre des mots sur ces états.
- Utilisation d'outils facilitant l'expression et la formulation des émotions et ressentis individuels, qui amène à une meilleure gestion de son stress et de ses émotions.
- Minimum 5 séances.

Estime de soi/ Confiance en soi :

- Apporter au jeune un regard différent de lui-même, que celui véhiculé par le groupe de pairs, les enseignants et les parents. Lui permettre, dans des situations de la vie quotidienne, au collège ou lycée et aussi chez lui, de tenter de prendre du recul et trouver les ressources pour surmonter les difficultés.
- Minimum 5 séances.

Prévention des Addictions :

- Échanger sur ce qu'est une addiction. Comment peut-on en comprendre les causes et quels moyens peut on utiliser pour faire des choix éclairés, si le "produit" se présente.
- Mise en scène de situations où l'on est tenté d'essayer ou de continuer.
- Intervention de 2h.

Prendre soin de soi, se sentir bien :

- Prendre conscience de son corps, porter un regard sur soi et sur ce qu'il se passe à l'intérieur de soi afin de gérer au mieux son stress, ses humeurs, etc….
- Minimum 2 séances.

15/25 ans

Les changements à l'adolescence (Ciné-débat) (11/13 ans) :

- A partir du Film "Lou", échanger sur ce que fait vivre le fait de devenir adolescent, en particulier les changements du corps et de l'esprit. Intervention de 2h30.

La vie affective et sexuelle :

- Échanges autour des idées préconçues, des diktats sociétaux.
- Pouvoir prendre conscience de ses envies, ses besoins, que l'on peut les exprimer. Respect de son corps et de celui de l'autre

Le devenir adulte (Ciné-débat) :

- Difficultés pour les jeunes des secteurs ruraux de partir du domicile parental, afin de poursuivre des études supérieures ou de trouver du travail. Aborder ensemble des questions diverses liées au "devenir adulte ": (Apprendre à s'organiser seul sur le plan administratif et financier, apprendre à organiser son temps, sa vie émotionnelle, sa santé, ses liens, ses projets. Quel parent va-t-on être pour soi-même ? La liberté acquise peut être vécue de différentes manières qu'il peut être utile d'identifier. Vers qui vais-je me tourner en cas de difficulté ? Comment je vis ma dépendance/indépendance financière par rapport à ma famille ?)
- A partir d'extraits de différents films. Environ 2h.

Appréhender l'épreuve du Baccalauréat :

- Proposer un espace d'échanges afin d'appréhender l'épreuve du Baccalauréat dans des conditions psychiques, émotionnelles favorables.
- Outils (photo-langage, mise en scène) permettant d'aborder le travail à fournir, l'examen, la peur de l'échec, la pression de l'Autre et de soi.
- Minimum 5 séances.

Chante ton bac d'abord (Ciné-débat) :

- Aborder la vision des jeunes et des adultes sur le Baccalauréat et l'avenir qu'ils peuvent se construire.
- Film docu-fiction sur différents parcours d'élèves. Intervention de 2h30.

Intervention lors de journée d'intégration :

- Vivre ensemble, apprendre à se connaitre, à se tolérer.
- Exercices pour faire connaissance, et pour appréhender des situations de conflits potentiels.
- Intervention de 2h.

Devenir responsable :

- Réflexion en cas de dégradation de matériel, d'insolence, d'oubli ou de retard.
- Quels sont les outils que je peux mettre en place pour évacuer d'une autre manière ce qu'il se passe en moi ?
- Minimum 5 séances.

Toutes autres interventions pourront être réalisées sur demande.

Formations pour les professionnels :

Évaluer, reconnaître, prévenir le harcèlement :

- Échanges à destination des assistants d'éducation. Intervention de 2h.

Sanction & Réparation :

- Formation à destination des animateurs d'accueil de loisirs. Intervention de 2h.

Organiser et animer un ciné débat sur le thème des émotions :

- Formation à destination des professionnels en lien avec des enfants de 3 à 14 ans.
- Durée 7h

Nous réalisons également des actions TOUT public, lors des semaines de la parentalité, des semaines d'informations sur la santé mentale, etc...

L'équipe du Cocon vous accueille les mardis et mercredi de 9h à 18h

Tél. : 06 31 30 90 49
ou par mail lecocon42@gmailcom
Site lecocon42.wixsite.com

De gauche à droite : **Romain Chambard**, Psychologue, **Adriana Chartier**, Éducatrice Spécialisée, **Pauline Sivignon**, Psychologue

LOIRÉADD

LA LETTRE DU RÉSEAU ADDICTIONS N°125

Nos bureaux sont ouverts du lundi au vendredi de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30
Présidente : Dr Aurélia GAY - Rédactrice en chef : Joëlle ESCOFIER
Coordinatrice : Caroline GUIGUET - Chargé de Mission : Gilles PEREIRA - Assistante administrative : Lucie GOUNON

LOIRÉADD

LA LETTRE DU RÉSEAU ADDICTIONS N°125

Nos bureaux sont ouverts du lundi au vendredi de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30
Présidente : Dr Aurélia GAY - Rédactrice en chef : Joëlle ESCOFIER
Coordinatrice : Caroline GUIGUET - Chargé de Mission : Gilles PEREIRA - Assistante administrative : Lucie GOUNON

Un Pôle Ressource est également à la disposition des professionnels ou particuliers. C'est une antenne de l'IREPS RA/ Education Santé Loire, qui propose de la documentation, des affiches, et outils pédagogiques sur la santé pour tous les âges de la vie.

Les PAEJ existent depuis 1998 et sont représentés au niveau national par l'ANPAEJ (Association nationale des Points Accueil ecoute jeunes). L'ANPAEJ fédère les points accueil-écoute jeunes et les représente auprès du ministère de la Cohésion sociale. Elle milite au côté d'autres acteurs pour une politique ambitieuse de prévention en faveur de la jeunesse. Elle mène des travaux de réflexion et d'élaboration des pratiques pluridisciplinaires avec les dispositifs innovants que sont les Points Accueil Écoute Jeunes.

Dans la Loire, l'autre PAEJ se trouve à Pélussin, il s'agit du CHAPI qui accueille les adolescents et jeunes adultes de 12 à 25 ans ainsi que les parents qui rencontrent des difficultés.

Pour toute demande de renseignements, merci de contacter le secrétariat ou les psychologues par téléphone

Agenda Loire

Infos et Inscriptions

Rencontre thématique N°2

EFT (Emotional Freedom Techniques)

Mme Gwenaëlle PERSIAUX
Psychologue & Psychothérapeute
CHU Saint-Etienne

Jeudi 11 Avril 2019 – 19h30
IFSI Bellevue – Amphithéâtre B

L'EFT (Emotional Freedom Techniques) appartient au champ des techniques psycho-corporelles et est à ce jour la plus connue des techniques de la psychologie énergétique grâce à son fondateur Gary Craig. L'EFT permet de travailler sur les plans énergétique, émotionnel et psychologique de l'individu par le biais de stimulations de points d'acupuncture précis sur le visage et le haut du corps.
En amenant à la conscience des liens entre le mental et le corps, l'EFT est une technique de psychothérapie efficace pour travailler sur les traumatismes psychologiques, les blocages émotionnels et les schémas inconscients.
Auprès de patients souffrant d'addictions, l'EFT peut être un bon outil en auto-traitement pour réguler les émotions (mieux gérer les moments de crises par exemple) et est intéressant dans une prise en charge thérapeutique plus longue pour explorer en douceur les blessures psychiques de la personne qui l'amènent à des comportements addictifs.

Réserver une place

Rencontre thématique N°3

Dernières actualités sur les hépatites

En partenariat avec le laboratoire Gilead
Dr. MELIN Pascal
Président SOS Hépatites
Jeudi 16 Mai 2019 – 19h30
IFSI Bellevue – Amphithéâtre B

Réserver une place

Retour sur la rencontre thématique N°1

Le diaporama est disponible en téléchargement dans la page des Rencontres Thématiques et dans les Archives 2019.

Nous consacrerons la Newsletter de Mai à ce programme.

Les Lundis de Loiréadd'

La consultation de tabacologie de l'hôpital Nord du CHU de Saint-Étienne présente actuellement un délai anormalement allongé, tout comme à l'Hôpital de Saint-Chamond. Cette situation est provisoire et devrait se rétablir d'ici quelques semaines mais si vous souhaitez arrêter de fumer personnellement ou orienter un patient ou une personnes suivies, Pensez aux Lundis de Loiréadd'.

Programme et inscriptions en ligne. Séances gratuites chaque lundis soir de 18h à 20h (hors vacances scolaires) dans les locaux de l'IREPS Loire Quartier de la Terrasse.

Inscriptions sur saint-etienne.fr

Semaine des gestes qui sauvent les 9, 10 et 11 Avril 2019

Animations et stands d'information par les associations partenaires
Protection Civile – Croix Rouge française – Ordre de Malte – SAMU
Etablissement français du sang
1er étage de l'Hôtel de Ville
Les 9, 10, 11 avril de 9 h à 17 h

Escape-Game organisé par la Croix-Rouge Française
Devant l'Hôtel de Ville
Les 9, 10, 11 avril de 9 h à 17 h

Maison des Adolescents SAINT-ÉTIENNE

Accompagner nos adolescents face aux écrans

La Maison des adolescents de Saint-Etienne organise des groupes de parole et d'échanges à destination des parents d'adolescents, un jeudi par mois de 18h30 à 20h au Pavillon 6 de l'Hôpital de Bellevue à Saint-Etienne

Jeudi 25 avril 2019 à 18h30, le thème proposé sera « Accompagner nos adolescents face aux écrans ».

Pour vous inscrire, vous pouvez contacter l'équipe de la MDA au 04 77 21 40 77

Consulter le calendrier des groupes de parole : http://www.chu-st-etienne.fr/mda/Parents.asp

CRIS ET CHUCHOTEMENTS, soirée débat organisée par l'association Vie libre Roanne

Vendredi 26 avril 2019 à 19h30
Théâtre Saint Philibert Place Saint Philibert à Charlieu
Entrée gratuite

1ère partie :
« Cris et chuchotements », de la fête à l'excès. Témoignages mis en lumière, lectures décalées et mises en mouvement par la compagnie de théâtre Inpulse et l'Espace du mouvement créatif.

2ème partie :
Interventions du Dr Alex médecin Alcoologue et de M. Fabien Dreyfuss, Directeur de la clinique du Chambon/Lignon.

3ème partie :
Présentation de l'association Vie Libre

La soirée se terminera par le verre de l'amitié, accompagné de mignardises, un moment convivial de rencontres et d'échanges pour tous les acteurs et participants.

Pour mémoire, la **13e édition du Congrès de l'ALBATROS** aura lieu les **mercredi 05, jeudi 06 et vendredi 07 juin** 2019 au Brongniart Event Center à **Paris** sur le thème : "**Les addictions : un défi pour la société, la science et la politique**".

Votre **inscription exclusivement en ligne** sur
http://www.congresalbatros.org/inscriptions

BETA atlantico
ÊTES-VOUS PRÊT À CHANGER D'AVIS ?

Cette intéressante proposition venue des joueurs de jeux-vidéo eux-mêmes pour combattre leur addiction

Michael Stora a répondu aux questions du site « Atlantico » à propos d'un joueur anglais qui alerte sur l'addiction aux jeux vidéo et a créé un site Internet (Game Quitters) de conseils pour les joueurs et leurs parents.

» Lire l'article