

# **Les relais**

# **Paul Verlaine :**

# **la santé par**

# **les pairs**

**Dr Catherine BURGAIN**

## Résumé

Depuis 2005, le SUMPPS (service universitaire de médecine préventive et de promotion de la santé) de l'université Paul Verlaine-Metz a mis en place un vaste projet d'éducation à la santé des pairs par les pairs au travers du recrutement, de la formation et surtout de l'encadrement d'un réseau d'une dizaine d'**étudiants-relais**, salariés du service et chargés de « **prévention** santé » sur les lieux de vie étudiante. Après une formation multi partenariale assurée sur dix heures par des professionnels de la santé et du secteur social, l'équipe d'étudiants-relais conçoit et assure des actions ponctuelles d'animation et **d'éducation à la santé par les pairs** dans les différentes universités, à la bibliothèque universitaire, à la maison de l'étudiant, dans les cités et restaurants universitaires des trois campus messins.

Qu'il s'agisse de prévention des addictions, de la promotion du Plan National Nutrition Santé et de l'activité physique, des ateliers de gestion du stress ou de la thématique Contraception /IST / SIDA, ces actions encouragent vraiment les modifications des comportements tout en permettant une réelle écoute des demandes et des besoins exprimés sur le terrain par la population étudiante.

Portés par une **communication** jeune et innovante (podcast, mailing, sites Internet) qui reste elle aussi entre les mains des étudiants, les « relais de Paul Verlaine » permettent de mieux faire connaître le service santé-social universitaire et les ressources qu'il offre, améliorant ainsi l'accès aux soins et aux droits sociaux pour les étudiants.

**Mots clés : étudiant-relais, éducation à la santé, prévention, communication, pairs.**

## Introduction

A l'université, une politique de santé doit avoir pour objectif essentiel et spécifique de développer la qualité de la vie étudiante tant au niveau individuel que collectif et de contribuer à la réussite de chacun. En bref, il s'agit d'accompagner les étudiants dans la construction de leur parcours professionnel et de leur vie d'adultes responsables et citoyens.

Les étudiants représentent une population majoritairement en bonne santé mais ils sont soumis à des contraintes bien particulières susceptibles d'engendrer des difficultés d'adaptation à la vie universitaire et des problèmes de comportement préjudiciables à la santé.

Dans le cadre de la loi Pécresse, le décret du 26 décembre 2007 prévoit la possibilité de recruter des étudiants sur contrat dans différents domaines laissés à l'appréciation des universités.

L'université de Metz et son SUMPPS (service universitaire de médecine préventive et de promotion de la santé) ont fait le choix de promouvoir depuis 2005 l'emploi d'étudiants-relais santé pour promouvoir sa politique de santé.

Relais entre les professionnels de santé et leurs camarades, ils représentent par leurs multiples interventions sur le campus et dans les lieux de vie étudiante ce que peut être « sur le terrain » l'appropriation réelle par un public cible des actions d'éducation à la santé qui lui sont destinées.

Leur activité est centrée autour des thématiques « santé jeune » que sont les IST (infections sexuellement transmissibles), la contraception, la diététique, les addictions, l'alcool (en particulier dans les soirées étudiantes), le tabac et l'activité physique. Elle permet ainsi de réaliser des actions innovantes et adaptées au public étudiant sans distorsion générationnelle, tout en répondant au mieux aux demandes. Car si on a facilement conscience des besoins, les demandes parviennent plus difficilement aux professionnels. De même, les étudiants-relais savent, mieux que les professionnels de santé, adapter les messages au langage de leur âge et utiliser les moyens les plus récents de communications, préférés par cette génération.

### 1) Analyse des demandes des étudiants :

La vie étudiante n'est pas un long fleuve tranquille. Parlons ainsi du vécu des étudiants : « à la fac, on existe en petits groupes ; on est personne ; on croise beaucoup de monde à la fac ; beaucoup d'individualité, chacun pour soi. ».

« A la rentrée, c'est pire. Quand on arrive pour la première fois, on est complètement paumé ! On ne connaît rien aux problèmes de logement, à la sécu étudiante, aux démarches à faire pour la bourse. Alors les histoires de vaccins en règle ou de lunettes... »

Les étudiants se plaignent d'un déficit reconnu en chambres universitaires à Metz (elles sont donc occupées dans leur grande majorité par des étudiants boursiers, à faibles et très faibles revenus).

Enfin 14 % des étudiants messins (enquête 2008 du département de psychologie de l'université de Metz)(**ref**) se disent stressés. Ils regrettent fortement de ne pas avoir de salle pour se retrouver, se reposer et qui soit proche de leur salle de cours car la maison de l'étudiant est très excentrée sur le campus.

### 2) Analyse des besoins selon les professionnels du SUMPPS :

Les étudiants traversent une période de transition entre le monde adolescent et le monde adulte, avec des problèmes de santé propres à leur âge et influencés par les spécificités de la vie étudiante :

Ils ont peu de moyens financiers, la majorité des étudiants français de Metz sont **boursiers (45 %)** et l'université accueille un nombre toujours croissant d'étudiants étrangers de toutes nationalités (surtout Maghreb et Afrique noire) : nombreux sont ceux en situation de réelle précarité. Beaucoup renoncent à souscrire une mutuelle santé, font **l'impasse sur les soins dentaires, gynécologiques ou ophtalmologiques**. Le rapport Wauquiez en fait d'ailleurs état au niveau national (**ref**)

La pression des études, des familles qui ont investi leurs espoirs en eux, l'incertitude de leur avenir professionnel, la première vraie rupture avec le milieu familial, voire le pays d'origine, le manque de savoirs et de savoir-faire en matière d'alimentation saine ou de gestion d'un budget serré, le goût de la prise de risque inhérent à cet âge transitionnel, la solitude enfin ne créent pas un environnement favorable à la santé mentale, physique ou sociale de ces jeunes

vulnérables. **L'arrivée de la crise financière a touché en première ligne cette population vulnérable et augmenté le poids de ces déterminants. Le stress de l'étudiant augmente.**

Un élément nouveau est à considérer : la consommation festive et très excessive d'alcool, à la mode anglo-saxonne qui, comme la consommation de cannabis, est banalisée par les étudiants. Les deux sont souvent jugées nécessaires à la lutte contre le stress !

L'université Paul Verlaine-Metz a dû déplorer l'année 2007/2008, trois décès en rapport avec ces consommations excessives.

Il nous est apparu indispensable de développer **des alternatives au stress autres que les produits psycho actifs** en allant au devant de l'étudiant.

Enfin beaucoup d'étudiants avouent encore, au bout de plusieurs mois ou années à l'université, ne pas connaître leurs droits sociaux ou même méconnaître l'existence d'un service santé/social sur le campus. Etrangers au pays, étrangers à la ville ou de toute façon nouvel arrivant à Paul Verlaine, chaque jeune devrait bénéficier d'un réel accueil en matière d'accès aux soins et aux droits. La communication et l'information nous paraissent essentielles et négligées et les étudiants doivent, là plus qu'ailleurs, s'approprier la transmission des messages de santé

3) L'université de Metz a déjà mis en place des réponses pour améliorer la santé des étudiants.

Le soutien fort et politique du service médical et social par l'université est un argument important : visites médicales, accueil infirmier, travail et écoute des assistantes sociales ont lieu au même endroit. Par ailleurs, le SUMPPS (Service Universitaire de Médecine Préventive et de Promotion de la Santé) est aussi antenne de centre de Planification Familiale de l'hôpital Sainte-Croix de Metz. Il accueille chaque semaine le Centre Dépistage des Infections Sexuellement Transmissibles, propose un cours de relaxation, des consultations de diététique, de gynécologie, d'addictologie (travail en réseau avec le Comité Mosellan de Sauvegarde de l'Enfance, de l'Adolescence et des Adultes) et un Bureau d'Aide Psychologique Etudiant. L'université offre aussi des services de la vie étudiante renforcés (Service Université des Activités Physiques et Sportives, théâtre, Maison De l'Etudiant).

Pour éviter l'isolement, le désœuvrement des étudiants, bien souvent source de problèmes de santé mentale, d'addiction (mal-être, dépendances alcool, tabac et produits psycho actifs), pour améliorer l'accès aux soins et aux droits sociaux, pour mieux percevoir les demandes aussi, il semblait indispensable de compléter cette politique de santé publique universitaire par la mise en place d'un réseau d'étudiants- relais, relais entre les professionnels de santé et leurs camarades.

Leur rôle serait de concevoir pour les étudiants de Paul Verlaine des programmes d'action de promotion de la santé intégrés dans les milieux de vie et assurés par les pairs dans un but de prévention et de promotion de la santé globale.

Autour des thématiques de prévention des addictions, autour de la promotion du Programme National Nutrition Santé (travail partenarial avec le Centre Régional des Œuvres Universitaires et Scolaires) ou de la prévention SIDA /IST, la présence des relais permet des actions qui encouragent vraiment la modification des comportements des jeunes. Leur travail se fait en relation avec les représentants des associations d'étudiants et les autres partenaires de la vie étudiante.

Ainsi le SUMPPS a été amené à définir trois objectifs majeurs lors de la création de ce réseau d'étudiants-relais.

## Les objectifs et les stratégies d'actions

**Objectif 1.** Rendre les étudiants promoteurs d'actions en maintenant opérationnel le réseau 2008/09 d'étudiants-relais santé pour préparer dès juin 2009 la rentrée 2009/2010 ;

**Objectif 2.** Concevoir un programme d'Actions Education Santé calendaire, articulé autour d'un déterminant santé par mois en moyenne et en assurer une communication innovante et adaptée au public jeune ;

**Objectif 3 :** Améliorer l'accès aux soins et aux droits sociaux des étudiants en utilisant le réseau des étudiants-relais pour aller au devant du public étudiant.

### OBJECTIF 1 : Rendre les étudiants promoteurs d'action de santé :

Il s'agit de recruter, mobiliser et former un groupe d'étudiants-relais rémunérés et placés sous la responsabilité du SUMPPS qui les encadre. L'action a débuté en septembre 2005 et se renouvelle chaque année.

Nous détaillerons plus particulièrement celle qui a eu lieu en 2008/2009.

#### Phase 1 : Constitution de l'équipe des relais

*Définition :* l'étudiant-relais est un acteur de santé (et non un professionnel de santé) qui sert de relais entre les étudiants et le SUMPPS et participe à l'épanouissement de la vie étudiante à l'université. Son rôle est d'inciter ses pairs à l'appropriation de leur santé dans son aspect global au travers d'actions d'éducation à la santé sur les lieux de vie étudiante (campus, cités universitaires, restaurants universitaires, lieux de loisirs étudiants) .Cette mise en place d'un réseau d'étudiants relais s'accompagne d'une charte le définissant, posant ses obligations et ses limites, ainsi que son engagement. La charte fixe des obligations aux étudiants-relais notamment en terme de respect de deux heures par semaine de travail de groupe encadré par un professionnel du SUMPPS.

*Recrutement :* il a eu lieu via le site Internet de l'université Paul Verlaine-Metz, rubrique « job étudiant » et sous l'égide du Conseil des Etudes et de la Vie Universitaire avec Curriculum Vitae et lettre de motivation. Un entretien auprès d'une commission de recrutement rassemblant étudiants bénévoles et professionnels du SUMPPS a permis ensuite de former une équipe de dix étudiants-relais.

*Les critères retenus :*

-l'âge : les étudiants primo arrivant qui semble moins apte à aider leurs camarades de part leur manque de connaissance de l'université et les étudiants trop âgés risquent d'être perçus par les autres comme « improbable étudiant », soit une équipe de 18 à 23 ans.

- le sexe, le but étant que le groupe respecte la parité.

En 2008 notons quatre garçons et six filles.

- le besoin de rémunération, légitime, ne doit pas masquer une grande précarité qui limiterait la disponibilité des étudiants et déséquilibrerait le groupe. On note que souvent les relais ont un autre emploi, ce qui confirme l'idée que la crise retentit déjà sur les populations plus vulnérables que sont les étudiants messins (45 % de boursiers)

- la nationalité (ou l'origine) devait refléter la variété du campus : on a donc retenu une majorité de français (ou européens) mais aussi la présence indispensable d'étudiants du Maghreb et d'Afrique noire.

-la diversité des croyances religieuses nous a tenu à cœur également (particularités des populations musulmanes ou israélites concernant l'alimentation, l'abord de la sexualité et de la contraception).

- la proximité géographique était impérative ; loger sur ou près du campus, voire dans une des résidences universitaires ce qui permet d'être identifié par les pairs comme co-résidents et d'assurer avec eux une communication permanente.

Il est nécessaire d'offrir une grande disponibilité et flexibilité (Actions de durées variables d'une demi-heure à plusieurs heures, parfois en soirée etc.)

-la formation et l'UFR suivies : la variété était recherchée, mélange de scientifiques et de littéraires. Il était nécessaire d'être suffisamment disponible pour faire vraiment 20 à 30 heures par mois.

-la motivation et le désir personnel de s'investir dans le secteur de la santé et dans un travail d'équipe, original et créatif est vite apparue comme essentielle, la rémunération ne suffisant pas à assumer les contraintes inhérentes au job. Les démissions des années passées nous confirment cet élément clé : seuls restent ceux qui sont intéressés par les caractéristiques valorisantes de ce travail (sur un CV par exemple).

- les étudiants retenus avaient tous eu une expérience professionnelle dans le secteur commercial ou le relationnel en général, la participation à des associations en particulier bénévoles et/ou artistiques étaient recherchées comme le signe de personnalités aimant le contact et le partage. L'accent était mis sur la nécessité d'un travail d'équipe mais où la

créativité de chacun était attendue. Les compétences particulières (informatique et Internet, photo, dessin, théâtre) sont des éléments clés.

- la disponibilité de deux heures de présence obligatoires par semaine au sein du SUMPPS et en équipe a été imposée. Ces réunions fixes sont précisées dès l'embauche. Le suivi hebdomadaire du groupe sera ainsi assuré, principalement par Dr Catherine Burgain au cours de ces deux heures.

Les étudiants-relais participent à l'animation calendaire prévue (objectif 2), synchronisée sur les campagnes et journées de sensibilisation nationales au travers d'actions d'éducation à la santé sur les lieux de vie étudiante et à la mise en place de stratégies de communication innovante, adaptées au public jeune.

Le groupe de 10 étudiants est ainsi constitué en septembre 2008 pour 20 à 30 heures de travail mensuel.

Les défections feront ensuite chuter l'effectif et un second recrutement sera en janvier. Ceci est lié au mode de fonctionnement semestriel particulier à l'université (stages, abandon des études, variation d'emploi du temps).

### Phase 2 : Formation des étudiants-relais

La formation comporte six demi-journées de deux heures environ. Elle porte sur les principaux thèmes de prévention de ce public jeune et en bonne santé générale : addictions, IST, contraception, activité physique et équilibre alimentaire, bien-être psychologique, stress. Responsable : Dr Burgain, médecin en charge de la promotion de la santé.

-Présentation de chaque étudiant-relais, du service SUMPPS, de l'ensemble du personnel sanitaire et social et des fonctions de chacun ; présentation et définition des actions calendaires d'éducation à la santé prévues (objectif 2) auxquelles ils participeront. On leur explique leur rôle de relais auprès de leurs pairs, d'animations à créer dans les cités universitaires et surtout le travail d'équipe, de réflexion, d'imagination et de concertation que l'on attend d'eux.(Par le responsable du groupe Dr Burgain ).

-Présentation de la notion de santé globale, des évolutions sur les définitions de la santé dans l'histoire, de la charte d'OTTAWA, d'outil interactif d'éducation à la santé (par une infirmière du SUMPPS pendant une heure puis par nos partenaires de l'Institut Régional

d'Education et de Promotion de la Santé pendant deux heures qui développe les notions de représentations de la santé et le Plan National Nutrition Santé).

-Présentation par la diététicienne du SUMPPS du rôle et de la place des étudiants-relais dans la thématique « Alimentation » ;

-Formation alcool assurée par le IREPS ;

-Formation addiction par un membre du Service en amont CMSEA ;

-Formation SIDA- IST-Contraception par une sage femme du centre de planification du CHR de Metz ;

-Formation à l'aspect social de la santé par une assistante sociale du service.

Cette formation a lieu en fait en alternance avec les actions, elle permet d'améliorer la cohésion du groupe, de laisser chacun exprimer ses attentes, ses impressions, ses divergences, d'évaluer leurs compétences particulières et surtout leurs nombreuses idées.

Les étudiants-relais signent une charte, précisant leur rôle, leurs limites et leurs obligations vis-à-vis des pairs et des professionnels. Plus de rigueur (respect des horaires..) et d'écoute (respect de la parole de l'autre..) sont demandées.

[OBJECTIF 2 : Concevoir un programme d'AES calendaire articulé autour d'un déterminant santé par mois et en assurer une communication innovante et adaptée au public jeune.](#)

### 1) Elaboration du calendrier SUMPPS

Les étudiants ont conçu et réalisé pour la rentrée de septembre 2008 un calendrier gratuit tenant compte des animations calendaires assurées par le SUMPPS à savoir :

-du 13 au 19 octobre 2008 : semaine du goût ;

-le 5 novembre 2008 : forum du bien-être en partenariat avec la MGEL (Mutuelle Générale des Etudiants de l'Est) ;

-le lundi premier décembre 2008 : journée contre le SIDA en partenariat avec les associations étudiantes

Étaient rajoutées sur ce calendrier toutes les dates intéressantes pour un étudiant de Paul Verlaine tel que semaine blanche, examens, vacances, animations culturelles. Enfin, ce calendrier pouvait être utilisé par l'étudiant pour noter ses rendez-vous.

L'objectif était d'en faire un outil de communication pour annoncer les actions d'éducation à la santé mais aussi de tenir compte des autres manifestations susceptibles d'intéresser un étudiant et de faciliter son bien-être sur les campus de Metz.

Le calendrier a ainsi été prêt dès la rentrée et pu être distribué dès de la semaine de prérentrée et autres manifestations qui accueillent les primo arrivants (voir objectif 3)

	SEPTEMBRE	OCTOBRE	NOVEMBRE	DÉCEMBRE	JANVIER
1	Lun	Mer	Sam Fête	Lun Journée du SIDA	Jeu Bonne année !!!
2	Mar	Jeu	Dim	Mar	Ven
3	Mer	Ven	Lun	Mer	Sam
4	Jeu	Sam	Mar	Jeu	Dim
5	Ven	Dim	Mer	Ven	Lun
6	Sam	Lun	Jeu	Sam	Mar
7	Dim	Mar	Ven	Dim	Mer
8	Lun	Mer	Sam	Lun	Jeu
9	Mar	Jeu	Dim	Mar	Ven
10	Mer	Ven	Lun Fête	Mer	Sam Exams
11	Jeu Prérentrée	Sam	Mar	Jeu	Dim
12	Ven	Dim	Mer	Ven	Lun Corrections
13	Sam	Lun	Jeu	Sam	Mar
14	Dim	Mar	Ven	Dim	Mer
15	Lun	Mer	Sam	Lun	Jeu Jury
16	Mar	Jeu	Dim	Mar	Ven
17	Mer	Ven	Lun	Mer	Sam
18	Jeu	Sam	Mar	Jeu	Dim
19	Ven	Dim	Mer	Ven	Lun
20	Sam	Lun	Jeu	Sam	Mar
21	Dim	Mar	Ven	Dim	Mer
22	Lun	Mer	Sam	Lun	Jeu
23	Mar	Jeu	Dim	Mar	Ven
24	Mer	Ven	Lun	Mer	Sam
25	Jeu	Sam	Mar	Jeu Vacances de Noël	Dim
26	Ven	Dim	Mer	Ven	Lun
27	Sam	Lun	Jeu	Sam	Mar
28	Dim	Mar	Ven	Dim	Mer
29	Lun	Mer	Sam	Lun	Jeu
30	Mar	Jeu	Dim	Mar	Ven
31		Ven	Dim	Mer	Sam

## 2) Actions ponctuelles sur les campus en fonction du calendrier des manifestations nationales « prévention santé »

-La semaine du goût du 13 au 19 octobre 2008 a repris le thème national « Construisez votre goût...cuisinez ». Dans les restaurants universitaires de Metz, ce thème a été mis en avant par le concours de recettes intitulé « Et si le chef c'était vous » : il s'agit de proposer sa recette préférée, deux seront sélectionnées et seront réalisées par les restaurants universitaires. La communication s'est faite par le biais de flyers conçus par les étudiants-relais mais aussi (plus

innovant) par diffusion en ligne de l'info du site de l'université (dans vie étudiante) et par la création et l'enregistrement d'un podcast par les étudiants-relais avec l'aide du service communication. Les ER ont assuré tous les jours, de 12 h à 14 h, en équipe de deux, une animation dans les RU du Saulcy, du Technopole et de Bridoux

-Le forum jeune en octobre proposait de façon officielle un stand d'accueil pour les arrivants à l'université. Une étudiante-relais était présente toute la journée (infos variées, accès aux soins, présentation du SUMPPS, santé et social).

#### -Le forum bien-être en novembre

Travail partenarial avec la MGEL qui s'est chargé de la communication. Un lieu de détente - atelier relaxation a été installé dans une salle à proximité. Il a permis de proposer aux étudiants un court moment de relaxation (par un professionnel du service) sur matelas avec tisanes et musique d'ambiance. Un stand nutrition coanimait le forum.

Un autre stand sur les IST et la contraception était assuré par les sages-femmes du centre de planification de l'hôpital Bon-Secours. Notons l'utilisation d'un photo-langage sur le bien-être de notre partenaire espace prévention (de l'assurance maladie).

#### -La journée mondiale contre le SIDA organisée par le SUMPPS le 1er décembre

Le lundi premier décembre (journée et soirée) a été choisi pour assurer l'essentiel de l'animation. Ainsi, quatre stands différents se sont tenus dans les halls des universités suivis d'un regroupement de tous les animateurs de stands à midi pour un grand jeu dans le hall central.

Sensibilisation des étudiants-relais aux deux objectifs de cette journée :

- Promouvoir de façon innovante la journée elle-même par une communication plus jeune ;
- Aider à l'accès au dépistage auprès des professionnels de santé du SUMPPS

La communication innovante a été le point fort de cette année : les étudiants-relais ont imaginé et créés :

- 120 rubans SIDA de 80 cm de haut, fabriqués en 07/08 et placés sur les portes des UFR (Unités de Formation et de Recherche) ce jour-là ;
- La mascotte « godo le préso » a été imprimée sur flys et affiches distribués dans la semaine précédant l'action.

- Elaboration et enregistrement par les étudiants-relais et le service audiovisuel de l'université d'un podcast pour la journée, diffusé ensuite sur le site de l'université : choix de phrases chocs et humoristiques
- Création sur un grand carton de messages de promotion de la consultation du CDAG (Centre de Dépistage Anonyme et Gratuit) du mardi au SUMPPS : la fréquentation en augmentation de 50 % dans les semaines suivantes a bien marqué le succès de ses actions de terrain. Le partenariat a permis d'ailleurs de bénéficier ce jour-là d'une journée supplémentaire de dépistage.

Utilisation par les étudiants-relais d'outils créés par leurs prédécesseurs des années 07/08 et 06/07 à savoir quiz, jeu papier variés, bocal à questions (issues du site SIDA info service mais présentées sur des supports papier colorés) et utilisation des 2000 flyers conçus par le collectif SIDA de la mairie de Metz. Ceci a permis aux étudiants-relais d'animer les stands de façon très dynamique. L'accent était mis sur l'accès au dépistage et la conduite à tenir en cas de prise de risque.

A 12h, les étudiants ont été invités à se regrouper, à l'initiative des étudiants-relais, pour un grand jeu de Twister au sol, conçu par les étudiants relais .Le but était de « jouer » pour engager la conversation autour du SIDA et des IST, pour être dans une éducation santé tout à la fois légère et sérieuse, à l'image du public cible jeune. De façon très ludique et symbolique, ce grand tapis coloré entouré de préservatifs a eu un grand succès et permis de créer une dynamique de solidarité forte autour de la lutte contre le Sida.

100 personnes participèrent au jeu dans le hall de l'UFR SHA (Sciences Humaines et Arts), à tour de rôle par groupes de 6 ou 7 à la fois applaudis et encouragés par les spectateurs. 2000 préservatifs masculins et 500 féminins ont été distribués.

En soirée, un concert à la maison de l'étudiant a été organisé grâce à la collaboration des étudiants-relais et de l'association étudiante « arts en bulles ».

L'animation était assurée en première partie de soirée de 20 h à 22 h par les étudiants-relais qui avaient construit un grand quiz géant et décoré à la Maison De l'Etudiant. Distribution de préservatifs « en pluie » à chaque partie gagnante

Bilan : Bonne participation d'environ 800 étudiants .10 h à 16 h. Soirée de 150 personnes. Le lendemain au SUMPPS les demandes à la consultation de dépistage anonyme et gratuit augmentent à 45 !

**-Journée portes ouvertes à l'université : le 31 janvier.** Un étudiant aidait les professionnels santé à attirer les pairs pour améliorer auprès des futurs étudiants la localisation du service et

notamment sa dimension « accès aux droits sociaux », deux éléments mal connus du public étudiant.

- **Action « Se parler avant de s'aimer » le 13 février 09 autour de la saint Valentin** : cette fête a servi de prétexte à une animation d'une journée autour de la sexualité et surtout de la contraception (pour ne pas être redondant avec la journée SIDA, plus axée sur les IST).  
Elaboration et enregistrement par les ER et le service audiovisuel de l'université d'un *podcast* pour la journée, diffusé ensuite sur le site de l'université : choix d'un dialogue homme-femme humoristique, style « un gars une fille » (voir <http://www.univ-metz.fr/podcast/> : archives



Création affichage original

Animation en journée d'un vaste stand très décoré par de multiples petits « cœurs » rouges, répandus même au sol, infos et cartons de graffe autour du sexe plaisir (en rouge) et du sexe amour (en rose). Les étudiants-relais disposaient d'une caméra pour un micro trottoir ludique. Ils ont créé un diaporama avec diffusion de citations sur PC en rapport avec amour et contraception.

Une sage-femme de l'hôpital Sainte-Croix et un professionnel du SUMPPS étaient présents sur stand pour transmettre les informations, répondre aux questions et faire la démonstration plus pratique de certains outils de contraception (anneau, stérilet, plaquettes de pilule). Le mélange professionnels-infos médicales et étudiants-relais, décontracté et ludique permet à chaque étudiant de s'intéresser au stand, de s'exprimer et d'apprendre.

L'Action « Se parler avant de s'aimer » a été reconduite le 12 mars victime de son succès et de la demande des étudiants.

Participation des étudiants-relais au **Festival contre le racisme 18 au 21 mars** : organisé par les associations étudiantes et la MDE

Le travail des relais a été organisé et encadré par une assistante sociale du service. Utilisation de trois panneaux de graffe sur trois thèmes : racisme, sexisme et préjugés anti-jeunes (difficultés pour certains de trouver un stage). Cette animation a permis de faire connaître sur le campus du Saulcy le rôle social du SUMPPS et en général l'importance de l'aspect social de la santé (versus aspect médical)

**-La semaine de l'équilibre alimentaire du 23 au 27 mars 2009**: En partenariat avec la MGEL, les étudiants-relais ont travaillé avec le CROUS (pictogrammes en cours de finalisation, formation des professionnels de la restauration à ces pictogrammes). Les étudiants-relais ont ensuite assuré le suivi de la bonne utilisation des pictogrammes dans les restaurants.

Le *podcast sur la semaine de l'équilibre* a été conçu par les étudiants-relais autour d'un micro-trottoir « manger pour toi c'est quoi ». Les ER ont assuré ensuite l'animation dans les restaurants universitaires, accordant un cadeau en récompense (jus offert par la MGEL) pour tout plateau repas équilibré.

**- Le Forum addiction les 1,2 et 3 avril 09 :**

Mercredi 1er, jeudi 2 et vendredi 3 avril, les étudiants-relais ont animé avec les professionnels du SUMPPS cinq stands tournants (changeant de place chaque jour). Un thème par stand avait été choisi : ainsi il y avait un stand alcool, un tabac, deux toxicomanies et un stand « alternatives positives à l'addiction ». Leur animation utilisait de nombreux outils collectés auprès de nombreux partenaires (espace prévention, sécurité civile et routière, prévention routière, MGEN ADOSEN, Mutualité de la Moselle). Signalons le stand « alternatives positives à l'addiction » avec salle de relaxation et boissons sans alcool, tisanes et atelier « estime de soi » : ce stand déroutait les étudiants et permettait de transmettre autour de la santé globale. Enfin, le stand géré par les assistantes sociales du service utilisait des jeux autour de l'addiction et de la citoyenneté. Les étudiants-relais ont travaillé à l'organisation et aux concepts de ses stands. Cent cinquante éthylo-tests ont été distribués.

### Objectif 3. Améliorer l'accès aux soins et aux droits sociaux des étudiants en utilisant le réseau des étudiants-relais pour aller au devant du public étudiant

- Lors de la **semaine de prérentrée du 8 au 12 septembre**, les étudiants-relais ont conçu puis diffusé sur PC portable un court PowerPoint de cinq diapositives qui «tourne en boucle» sur «l'essentiel au SUMPPS» pour mieux faire connaître le service et les actions prévues. De même, les « calendriers » conçus par eux étaient distribués à cette occasion. Cette semaine permet l'accueil des étudiants de première année à l'université et assure de toucher un public nombreux d'étudiants au niveau des différentes UFR et des IUT.

- **Trois soirées d'intégration dans les cités universitaires ont eu lieu** sur les campus en collaboration avec le CROUS.

Objectif : convivialité et création de lien social autour d'un buffet offert par le CROUS.

Il s'agissait là aussi de mieux préparer le terrain à nos actions futures et de sensibiliser les étudiants. Les étudiants-relais ont participé à la création d'affiches et de tracts pour la communication sur ces soirées dans les cités universitaires, réactualisé et amélioré toute une série de fiches d'informations variées pour les étudiants nouvellement arrivés et étrangers à l'université.

Les étudiants-relais ont animé ces soirées.

- **Un clip vidéo** a été scénarisé par les relais et tourné avec la participation des étudiants en arts du spectacle pour être diffusé en page d'accueil du site de l'université. Court, musical et muet, il valorise l'accès aux soins et aux droits et met en vedette le rôle d'écoute gratuite et confidentielle.

Chemin d'accès : [www.santesocial.univ-metz.fr](http://www.santesocial.univ-metz.fr)

- Des **affichettes d'aide aux toxicomanes** recensant les lieux ressources pour l'étudiant en situation d'addiction ont été conçues par les étudiants-relais puis affichées dans les toilettes du campus Bridoux. 104 affiches ont été placardées dont trois modèles différents avaient été retenus.

## Conclusion et perspectives

Ainsi pour le SUMPPS de l'université de Metz, les **actions d'éducation à la santé par les pairs étudiants-relais doivent à la fois perdurer et se renouveler**. Il faut permettre aux étudiants d'être pleinement acteurs de leur santé : la mise en place de points santé variés assurés par les relais (soirées d'intégration, journées d'accueil, action SIDA etc..) permet une meilleure écoute et prise en compte des demandes des étudiants et ce, dès la rentrée, période de l'année où les primo arrivants s'avouent « complètement perdus, mal informés, stressés ». La formation puis la présence dans les lieux de vie et sur les campus, des étudiants-relais doit être précoce dans l'année pour être un véritable accueil puis régulier sur toute l'année sous forme d'actions périodiques conçues et animées par les jeunes eux-mêmes.

Une **communication innovante au sujet de ces actions est capitale** dans ce monde jeune, submergé par les médias et la psychologie du zapping. Elle doit être modernisée et placée entre les mains des étudiants eux-mêmes car si les professionnels connaissent le fond du message à communiquer, les étudiants maîtrisent mieux les techniques attractives de mise en forme (flyage, multimédia, podcast sur site, mailings, clips vidéo). La communication par ailleurs fait déjà partie intégrante de l'action de prévention.

Enfin un effort doit être fait, encore et toujours, face à ce public en perpétuel renouvellement pour **faire connaître le service de santé universitaire et les ressources** qu'il offre en matière de soins et de droits sociaux (par exemple pour des sujets aussi variés que la date limite de dépôt des dossiers de bourse, la pilule du lendemain ou la gestion d'une crise d'angoisse). La demande de « gestion du stress » remonte de plus en plus. Mais l'étudiant reste un jeune très occupé et pressé qui ne se déplace pas pour les séances de cours collectif de relaxation. Aller au devant de ces jeunes par des ateliers mensuels mobiles de « relaxation spot », dans leurs universités mêmes, pendant leurs pauses intercours sera un de nos objectifs 2009. De tels points d'écoute mobiles, brefs (génération zapping oblige), animés par les étudiants-relais mais aussi par un professionnel de santé et portants sur un thème attractif et demandé par les étudiants (tout le monde accepte de se reconnaître stressé) constitueront une méthode souple et innovante d'être sur le terrain. Le but est de laisser le public étudiant s'approprier sa santé en lui enseignant quelques éléments de techniques de relaxation, même rudimentaires, de leur fournir au moins une fois par mois une pause détente intercours et de faire remonter du terrain les problèmes et demandes, au travers du dialogue et de l'écoute

entre pairs. Mais aussi à terme d'améliorer pour l'étudiant de Metz l'accès aux soins et aux droits sociaux.

Les étudiants-relais sont les citoyens et les parents de demain .Ainsi sensibilisés à la promotion de la santé, ils continueront à être dans l'avenir des acteurs importants de la prévention.