

RENDEZ-VOUS

Les addictions au cœur du forum « On s'met bien... »

Après 2022 et 2023, le service jeunesse de l'Agglomération du Bocage bressuirais organise la 3^e édition du forum « On s'met bien... », lundi et mardi à la Cité de la jeunesse et des métiers (CJM). Il s'agit de sensibiliser des jeunes à une vaste question de société. Cette fois-ci, toutes les addictions seront abordées. « Trois grandes thématiques seront traitées : le numérique, les produits et le quotidien. Six partenaires locaux et deux venus de l'extérieur – un de Poitiers et un de Nantes – interviendront lors des huit ateliers mis en place », décrit Christine Jacquet, chef de projet jeunesse à l'Agglo.

Les huit ateliers

Les jeunes (N.D.L.R. : à partir de 14 ans, cette année, c'est une nouveauté) seront acteurs des ateliers de manière ludique : participer pour mieux se rendre compte. En ce qui concerne le numérique, ils pourront suivre les ateliers Procès des z'écrans (avec Matthieu Aguesse de L'Agora) et « Dark Pattern » capte les jeux vidéo (avec Vincent Bernard de l'association Éternel septembre). Dans la catégorie des produits, Bourré de talent ! par le collectif Ekinox, un défi en réalité virtuelle par l'agence Adecco et, enfin, Dose ou overdose ? par le groupe « Repair santé » de Unis-Cité (un escape game) mettront eux aussi les jeunes en situation. Enfin, A balle de sucre par l'association SIEL Bleu ; Bye, bye le stress ! par Carole Marquois (peindre ou dessiner pour se concentrer, se recentrer et évacuer ses maux) et l'atelier tchoukball proposé par l'École des sports du Bocage bressuirais (pratiquer, par équipes de trois, une activité spor-



Bressuire. De l'activité physique adaptée était l'un des ateliers proposés lors d'une précédente édition du forum « On s'met bien ».

PHOTO : ARCHIVES CO - FABIEN GOUAULT

tive et de surcroît fort originale) insisteront sur les notions de bien-être, d'alimentation et d'exercice physique... mais pas en surdose.

« Les deux premières éditions ont attiré à chaque fois environ 300 jeunes. Nous avons déjà quelque 270 jeunes inscrits pour le moment. Le collège d'Argentonnay viendra avec deux classes et celui de Cerizay (Clemenceau) avec quatre classes. Les IME de Thouars et de Bressuire seront présents eux aussi. Ce forum permettra également de sensibiliser les enseignants », soulignent Christine Jacquet et André Guillermic, vice-président de l'Agglo en charge de la jeunesse. Chaque atelier sera inséré dans un créneau de 40 minutes.

Guillaume RAINEAU

Au CJM les lundi 26 et mardi 27 mai, de 10 à 12 h et de 14 à 17 h.

BRESSUIRE - LE BOCAGE

Addictions : trouver ses limites

Quelque 300 jeunes, scolarisés dans sept établissements du Bocage bressuirais, participent depuis hier au 3^e forum « On s'met bien... » organisé à la Cité de la jeunesse et des métiers.

Dans une salle de la Cité de la jeunesse et des métiers (CJM), hier matin. Une élève du collège Blaise-Pascal, à Argenton-sur-Creuse, enfle une paire de lunettes spéciales. Elle a un petit parcours à accomplir, qu'elle doit ponctuer par une frappe dans un ballon de foot. Ce cheminement s'assimile vite à un parcours... du combattant. Même si elle est secondée par une camarade, la collégienne éprouve des difficultés à marcher normalement. Les repères visuels sont défectueux, la distance entre les plots devient erratique et l'équilibre est précaire. Quant à la frappe, en bout de marche, elle est parfaitement assurée mais dans un plot ! Les lunettes sont responsables de cet état de fait. Elles chamboulent complètement la perception des choses. Bref, en les portant, c'est comme si on était ivre.

« Tout le monde ne réagit pas de la même façon lors de cet atelier. Il s'agit bien de faire de la prévention. On montre ce qu'il peut advenir si on boit trop, par exemple », souligne Véronique Vrignaud, directrice Solutions emploi chez Adecco.

ACTEURS DES ATELIERS

Ce Défi en réalité virtuelle est l'un des huit ateliers organisés dans le cadre du 3^e forum « On s'met bien... » par le service jeunesse de l'Agglomération du Bocage bressuirais. « 300 jeunes scolarisés dans sept établissements différents participent à ces ateliers. Ils viennent rarement pour un seul atelier et en changent toutes les heures. Ce forum est consacré aux conduites addictives. Les jeunes sont acteurs de ces ateliers. Ils vivent les expériences. C'est à eux de trouver leurs limites. »

« On est là pour leur dire : quand on va trop loin, on met à mal les corps et les âmes. C'est à eux de réfléchir pour savoir ce qu'ils veulent pour leur vie et leur santé », décrit Christine Jacquet, chef de projet jeunesse à l'Agglo.

Dans la sous-thématique « le quotidien », un atelier donne concrètement de l'info sur le sucre. On ne s'imaginerait pas à quel point il est (omni) présent dans notre vie et nos habitudes alimentaires.

Là aussi, par le jeu, les jeunes sont directement impliqués. Savez-vous combien de morceaux de sucre contient tel ou tel aliment ?

Quand on leur livre les réponses, les jeunes sont souvent abasourdis. Notamment pour les « recettes » de la



Bressuire, hier. Le tchoukball est une activité sportive intense : il n'est pas nécessaire d'en faire des heures pour qu'elle soit efficace.

PHOTO : CO. GUILLAUME RAINEAU

nourriture industrielle.

DES ABUS, MÊME EN SPORT

« Dans le sport aussi, on peut parler d'une conduite addictive. Des enfants s'y réfugient et y deviennent parfois complètement accros », note Christine Jacquet. Là aussi, il s'agit de faire passer un message : il est possible de s'aérer les méninges et de faire du bien à son corps sans sombrer dans l'abus.

C'est l'approche défendue par Mathis Greau, éducateur sportif à l'École de découverte des sports du Bocage, qui supervise la production de jeunes collégiens de Blaise-Pascal au tchoukball, un sport intense où les changements de rythme sont légion. Il n'est pas nécessaire d'en faire des heures pour que cette activité physique soit efficace.

Un autre atelier est mis en place afin de dire Bye bye au stress. Des jeunes n'échappent pas à cet état d'inquiétude ou de tension mentale. « Quand on a des maux, on peut les formuler de différentes manières. Ce matin, c'est par le dessin... », dit Christine Jacquet. La praticienne en art-thé-

rapie Carole Marquis interroge les jeunes sur ce que leur inspirent les mots figurant sur une grande carte à jouer tirée au sort. On verbalise et on passe aux travaux pratiques avec des pastels. Apaisant.

LES ÉCRANS EN PROCÈS

Enfin, un autre atelier, à l'étage de la CJM, se propose de faire le « procès des z'écrans ! » Les écrans auxquels la très grande majorité des adolescents sont totalement accros. Cette question est abordée de façon très originale lors d'un procès orchestré par Matthieu Aguesse, de L'Agora - Maison des adolescents. Des avocats, des juges et des procureurs - rôles joués par les élèves - argumentent autour de l'omnipotence des écrans. Les bons côtés du numérique sont aussi soulignés, mais un mot d'ordre s'impose : avec les écrans, il faut y aller modérato.

« L'an dernier, certains élèves ont pu faire un podcast sur les réseaux sociaux avec Collines la radio. Cette année, cela nous semblait logique de proposer quelque chose du même ordre à plus délégués. Cet atelier

s'intègre bien dans le Parcours santé suivi par les collégiens », explique Stéphane Rebeyrat, prof de physique-chimie et professeur principal au collège Blaise-Pascal.

Guillaume RAINEAU



Secondée par une camarade, cette élève ne peut marcher correctement à cause des lunettes spéciales.

PHOTO : CO. GUILLAUME RAINEAU