

AMOUR

FAMILLE

TRAVAIL



# Sommaire

<b>Editorial</b>	3
<b>Introduction</b>	4
<b>Consultation et thérapie</b>	
Taux de satisfaction élevé et quelques nouveautés	5
Du vieux vin dans de nouvelles outres – la médecine à nouveau intégrée	8
<b>Prévention et santé sexuelle</b>	
Changement au niveau des structures – demande constante	10
Devenir une école à l’écoute – structure d’une démarche de promotion de la santé	12
Game over!? Le thème « nouveaux médias » a rencontré un grand écho	14
AlcoTool – un site internet interactif pour les jeunes et les jeunes adultes sur le thème de l’alcool	15
MOVE – entretiens motivationnels brefs	16
La sexualité reste un thème sensible	17
<b>Bilan</b>	18
<b>Comptes d’exploitation</b>	19
<b>Membres du Conseil de Fondation</b>	20

# Editorial

Chère lectrice,  
cher lecteur,

Les personnes ayant des problèmes de dépendance ont souvent de la peine à se confier et à demander de l'aide. Bien que celles-ci soient conscientes des conséquences pour leur santé, elles continuent souvent à vivre avec leur dépendance. Quelles sont les raisons déterminantes qui poussent un jour ces personnes à s'adresser à un-e professionnel-le ?

- « Mon conjoint menace de me quitter. »
- « Mes amis s'éloignent de moi. »
- « Ma famille souffre trop de mon comportement. »
- « Mon employeur menace de me licencier. »



## Amour, famille et travail

La plupart du temps, la peur de perdre sa famille, son partenaire, d'autres proches ou son travail pousse les personnes ayant des problèmes de dépendance à faire appel à une aide professionnelle, qu'il s'agisse d'alcool,

de tabac, de jeux de hasard, de troubles alimentaires, de cyberaddiction ou de médicaments.

Dans le travail de prévention aussi, l'environnement des personnes joue un rôle prépondérant. Si la prévention veut être efficace, elle doit agir là où les personnes vivent, aiment, travaillent et jouent. Conjointement avec les parents, les entreprises, les homes, les écoles, les structures d'accueil de jour pour enfants et les communes, nous adaptons les mesures de prévention en lien avec des sujets tels que les dépendances, la violence/le harcèlement ou la dépression et les mettons en pratique de manière efficace. En outre, dans le cadre de l'éducation sexuelle dans la partie alémanique du canton, nous proposons un espace pour des questions liées aux relations et à la sexualité.

Amour, famille et travail étaient aussi au centre de notre campagne de l'année dernière, affichée dans les lieux publics et dans les transports en commun de Berne, Bienne, Berthoud et Thoune.

Vous constatez que notre Fondation est proche de vous par ses prestations et ses offres. Notre objectif prioritaire est de vous soutenir dans vos efforts de maintenir une famille saine, une entreprise saine, une école saine ou un foyer sain et de préserver votre propre santé. Là où vous vivez, là où vous aimez, là où vous travaillez.

Ueli Studer  
Président du Conseil de Fondation

## Introduction

Nous avons tous tendance à nous approprier des habitudes. Même si nous savons qu'en fin de compte certaines de ces habitudes ne nous font pas du bien ou qu'elles nous rendent dépendants.

Qu'est-ce qui pousse l'être humain à franchir le pas pour sortir de cette habitude, à modifier quelque chose, à oser faire un nouveau pas? Très souvent ce sont des personnes de l'entourage proche qui ont le courage de poser des questions désagréables. C'est la supérieure directe qui ne veut pas fermer les yeux sur le problème d'alcool de son employé ; ou la direction d'une école qui refuse de subir le harcèlement et la violence entre enfants.

Nous avons le mandat de soutenir ces personnes en cherchant avec elles un moyen d'améliorer les conditions cadres et d'aider les personnes concernées.

Avec nos offres de prévention nous voulons agir pour premièrement empêcher que des gros problèmes se développent. Notre objectif est de maintenir et de promouvoir la santé, que ce soit par des informations, du coaching, un soutien méthodique ou par des formations dans le domaine de l'éducation sexuelle.

Par ailleurs, nous avons pour tâche d'adapter constamment nos offres de thérapie aux besoins des personnes concernées. Pour cette raison, nous avons continué à développer et à compléter nos offres, comme par exemple avec une offre de consultation en ligne. Une autre nouvelle offre est le sevrage ambulatoire d'alcool. Il est sous la responsabilité d'un médecin et permet à nos clientes et nos clients de rester à domicile durant le traitement d'une durée d'une semaine et ainsi de réduire au minimum l'absence de la place de travail.

Afin d'accomplir ces tâches de manière optimale, nous avons également adapté notre organisation du point de vue structurel. Elle est dorénavant divisée en deux domaines opérationnels : le domaine « consultation et thérapie » et le domaine « prévention et santé sexuelle ». De cette manière nous disposons de plus grandes équipes qui investissent leurs forces de manière plus optimale.



Dans les pages suivantes, nous rendons compte de thèmes, d'offres, de projets et de manifestations qui nous ont occupés l'année dernière.

Nous accomplissons toutes nos tâches sur mandat de la Direction cantonale de la santé publique et de la prévoyance sociale. Pas en solitaire, mais en collaboration avec de nombreuses organisations partenaires.

Bruno Erni  
Directeur

## Consultation et thérapie

# Taux de satisfaction élevé et quelques nouveautés

En 2008, nous avons consciemment focalisé notre attention sur les prestations offertes à nos clientes et nos clients. Parmi eux nous comptons, d'une part les personnes qui bénéficient de nos offres de consultation et de thérapie ou de nos séances d'information et de sensibilisation, et d'autre part les organisations partenaires qui recourent à nos services, comme par exemple les collaboratrices et collaborateurs des services sociaux, les médecins indépendants ou hospitaliers, les thérapeutes des cliniques spécialisées ainsi que les autorités.

L'évaluation de la satisfaction de notre clientèle montre à trois niveaux les effets de cette focalisation :

1. Satisfaction en lien avec les offres de consultation et de thérapie dans leur ensemble<sup>1</sup>
  - a) Satisfaction des clientes et des clients par rapport aux offres de consultation et de thérapie  
2004 : 84,4%  
2005 : 83,8%  
2006 : 85,4%  
2008 : 85,4%
  - b) Satisfaction par rapport à la conseillère, au conseiller  
2004 : 93,7%  
2005 : 93,0%  
2006 : 93,6%  
2008 : 93,7%
  - c) Recommandation de Santé bernoise  
2004 : 95,9%  
2005 : 95,3%  
2006 : 95,7%  
2008 : 96,5%

Ces valeurs montrent que depuis plusieurs années nos client-e-s sont très satisfaits de nos prestations dans le domaine de la consultation et de la thérapie.

### 2. Satisfaction lors du premier entretien

Nos clientes et clients sont encouragés à évaluer le premier entretien. Cette saisie est réalisée de manière permanente. Le taux de questionnaires retournés dépasse les 50%.

Nous interrogeons nos client-e-s sur des aspects que nous estimons prioritaires par rapport à nos tâches. Les résultats en 2008 étaient les suivants :

- J'ai obtenu rapidement un rendez-vous : 94,8%
- J'ai été aimablement accueilli-e : 98,3%
- J'ai été reçu-e ponctuellement : 96,0%
- Le premier entretien m'a été profitable : 93,8%

### 3. Satisfaction des organisations partenaires au niveau de la collaboration

En 2008, pour la première fois, nous avons aussi interrogé les organisations partenaires. Comme le montrent les chiffres ci-dessous, leur satisfaction vis-à-vis de notre travail est également très élevée.

- Santé bernoise est facilement atteignable : 98,4%
- Les prestations de Santé bernoise sont un soutien pour mon travail : 95,1%
- Le site internet de Santé bernoise est convivial : 95,4%
- Le matériel d'information (dépliants, etc.) de Santé bernoise est compréhensible : 97,3%
- Santé bernoise propose aux client-e-s un rendez-vous dans un délai raisonnable : 94,6%
- Les prestations de Santé bernoise ont des effets positifs auprès des client-e-s : 84,4%

Grâce à ces évaluations argumentées, nous avons défini des mesures d'amélioration. Dorénavant, nous informerons encore mieux les services mandataires et les organisations partenaires de nos prestations et nous optimiserons le parcours du patient. Nous serons particulièrement attentifs à ce que les médecins connaissent encore mieux nos prestations, ainsi que les possibilités de collaboration interdisciplinaire, vu que 40% de nos client-e-s indiquent qu'ils ont été dirigés chez nous par le médecin de famille, une clinique ou un hôpital. Nous tenons à maintenir une bonne collaboration avec nos partenaires. C'est pourquoi, en 2008 déjà, nous avons réévalué la collaboration au niveau des traitements stationnaires avec la clinique spécialisée Südhang et la Croix-Bleue.

<sup>1</sup> Cet extrait tiré des résultats détaillés se base sur un retour de 35 à 40%. Les données pour 2007 manquent, étant donné que depuis 2006 la saisie est faite tous les deux ans.

## Extension de nos offres

Avec l'engagement d'Oliver Grehl comme médecin responsable, nous avons élargi notre offre. Dans le processus de consultation et de thérapie, nous pouvons dès maintenant proposer à nos client-e-s :

- des diagnostics médicaux ou leur délégation
- une collaboration interdisciplinaire avec les médecins traitants
- des sevrages ambulatoires d'alcool qualifiés

Dans le chapitre « Du vieux vin dans de nouvelles outres – la médecine à nouveau intégrée » vous trouverez des informations complémentaires.

## Mieux atteindre le public

Par une campagne de pub étendue, nous avons communiqué à une large population nos offres de consultation d'alcool. Les affiches vues dans les lieux publics et les transports en commun de Berne, Bienne et Thoune devraient encourager le public à bénéficier suffisamment tôt

de nos prestations. La campagne mettait l'accent sur les conséquences d'une consommation d'alcool abusive.

Parallèlement à cette campagne, nous avons facilité l'accès à nos offres et à nos informations. A cet effet, l'automne dernier, la possibilité de consultation par courriel a été introduite. De cette façon, nous soutenons les personnes pour lesquelles une consultation face à face n'est dans un premier temps pas envisageable. Jusqu'en 2009, une vingtaine de personnes ont bénéficié de cette prise de contact.

Avec la mise en service du numéro de téléphone gratuit 0800 070 070, nous avons créé un accès facile à l'information et à la consultation. Ce numéro a été composé plus de 200 fois par mois depuis le mois d'août 2008.

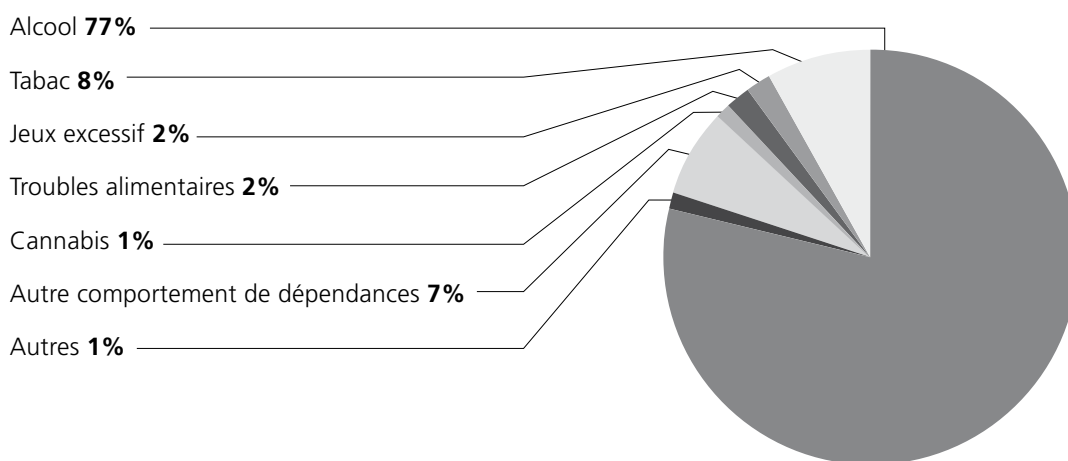
## L'alcool toujours en tête des dépendances

La consultation et la thérapie de personnes ayant des problèmes de dépendance, de leurs proches et de leur entourage est la tâche principale de nos conseillers et sollicite 86% de leur temps de travail.

	2005	2006	2007	2008
Pourcentage des postes de collaborateurs	2265	2265	2238	2212
Nouvelles annonces	1645	1631	1749	1695
Entretiens de consultation	10 847	10 824	10 861	11 146
Situations traités	2585	2665	2656	2767
Situations pour un poste à 100 pour cent	115	117	116	125
Groupes	44	50	55	39
Séances de groupe effectués	315	316	345	277
Participants dans les groupes	363	452	442	351
Contacts brefs	1209	1308	1334	1265
<b>Total des client-e-s concerné-e-s</b>	<b>4157</b>	<b>4425</b>	<b>4432</b>	<b>4383</b>

Au niveau de l'aide en matière de dépendance, l'alcool est le plus grand problème dans le canton de Berne. Ces faits sont également vérifiés dans les indications de substances

problématiques principales de nos client-e-s en début de consultation :



### Sensibiliser l'opinion publique

11% du temps de travail de nos conseillères et conseillers ont été investis l'année dernière dans des manifestations d'information et de sensibilisation, des formations, du

travail de réseau/coordination avec d'autres institutions, du travail avec les médias, avec internet et pour la médiathèque.

	2005	2006	2007	2008
Formations	13	24	33	23
Participant-e-s à des formations	474	676	549	459
Séances d'information	98	90	150	91
Participant-e-s aux séances d'information	3002	2862	3581	2155
<b>Total participants aux formations/séances d'information</b>	<b>3476</b>	<b>3538</b>	<b>4130</b>	<b>2614</b>

### Les capacités sont utilisées au maximum

Les chiffres des ressources de nos conseillers démontrent que nos offres pour la consultation et la thérapie ont atteint la limite supérieure avec les moyens dont nous disposons.

A l'avenir aussi, nous nous efforcerons d'investir ces moyens le plus efficacement possible et à bon escient.

Roger Gernet  
Directeur consultation et thérapie

## Consultation et thérapie

### Du vieux vin dans de nouvelles outres – la médecine à nouveau intégrée

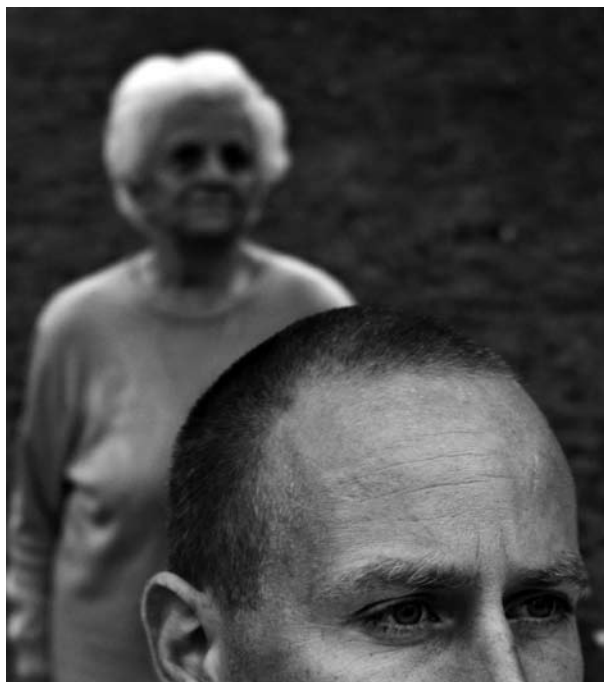
En 2008, nous avons concrétisé la décision de réintégrer la médecine dans la consultation ambulatoire des dépendances. Les services médico-sociaux, c'est-à-dire nos anciennes structures, bénéficiaient déjà de médecins conseil sous contrat. Avec la création de la Fondation Santé bernoise, cette compétence a été supprimée. Dans la pratique de consultation et de thérapie au cours de ces dernières années, cette perte a été ressentie de plus en plus. La recherche scientifique est unanime sur le fait que les maladies liées aux dépendances exigent une collaboration interdisciplinaire entre la psychothérapie, la psychiatrie, la médecine somatique ainsi que la consultation psychosociale et la thérapie. Dans le passé, nous avons tenu compte de cette interdisciplinarité en collaborant étroitement avec des professionnels externes du monde médical. Pourtant, pour certain-e-s client-e-s, il est indiqué de suivre une thérapie intégrale provenant d'une seule institution.

Avec l'engagement d'Olivier Grehl comme médecin responsable, nous pouvons nous appuyer sur un médecin expérimenté dans les dépendances ayant des références tant dans l'ambulatoire que dans le stationnaire. Les client-e-s ont ainsi la possibilité de bénéficier de prestations médicales chez nous également. Grâce à l'intégration de la médecine, nous sommes un partenaire encore plus compétent pour les médecins indépendants, les médecins des cliniques spécialisées et des hôpitaux. Les réactions de l'année dernière ont montré que ces professionnel-le-s font de plus en plus appel à nous pour diriger leurs patient-e-s vers notre institution et qu'ils apprécient nos prestations.

#### Sevrages ambulatoires d'alcool qualifiés

Avec la mise en place de cette nouvelle offre, nous apportons, en plus de la collaboration interdisciplinaire, une valeur ajoutée pour nos clientes et clients. Le sevrage ambulatoire vise un nouveau groupe cible. De nombreuses personnes ayant une consommation d'alcool abusive et néfaste pour leur santé sont conscientes qu'elles boivent trop ou trop souvent de l'alcool. Elles ne savent cependant souvent pas comment modifier leur comportement par elles-mêmes. Jusqu'à présent, la plupart de ces patient-e-s étaient hospitalisés en clinique psychiatrique, en clinique spécialisée ou en hôpital.

Durant ces dernières années, le sevrage ambulatoire d'alcool s'est révélé être un complément utile au traitement stationnaire en clinique, en hôpital et en psychiatrie. Ce traitement présente quelques avantages : tout d'abord les candidats restent intégrés au monde du travail et à leur réseau social. Ainsi l'absentéisme est réduit au minimum et l'entourage reste partenaire du processus. En second lieu, l'entrée en sevrage est plus accessible et plus rapide. Troisièmement, comparé à un sevrage stationnaire, le sevrage ambulatoire est plus avantageux : une économie dont profitent également les patient-e-s. L'abstinence devient ainsi pour beaucoup une alternative envisageable.



#### Sevrage en huit jours

Les patient-e-s participent, sans engagement, à un entretien d'indication avec notre médecin. Le médecin informe la personne de la procédure, il procède à une première anamnèse et examine les critères d'admission et d'exclusion. Les critères d'admission relèvent de la gestion de l'alcool, de symptômes de sevrage ne dépassant pas une sévérité moyenne, de la motivation à rester abstinent (du moins pour une durée limitée) et de l'environnement social de la personne. Les critères d'exclusion ressortent des maladies somatiques ou psychiatriques aiguës, d'un risque suicidaire aigu, d'un risque de mise en danger d'autrui,

de crises épileptiques et/ou de troubles délirants apparus pendant des traitements de sevrage précédents.

Si nécessaire, les client-e-s sont dirigés vers des institutions existantes, par exemple vers des cliniques spécialisées, des centres psychiatriques, des psychiatres établis. La procédure se discute dans tous les cas avec les médecins déjà impliqués, ainsi qu'avec d'autres institutions.

Durant la première phase de huit jours, le sevrage ambulatoire d'alcool comprend quatre consultations auprès du médecin et cinq entretiens auprès de la conseillère ou du conseiller. Au cours des mois suivants, des entretiens individuels ou en groupe ont lieu et, en cas de besoin, des consultations supplémentaires chez le médecin.

Vous pouvez obtenir d'autres informations sur notre site [www.santebernoise.ch](http://www.santebernoise.ch). Pour les médecins, la nouvelle rubrique « médecine » sur notre site internet permet de promouvoir la collaboration et d'offrir une vue d'ensemble spécifique de nos offres.

Roger Gernet  
Directeur consultation et thérapie

# Changement au niveau des structures – demande constante

Le domaine « prévention et éducation sexuelle » y compris celui des « projets » a été restructuré en 2008. L'objectif de cette réorganisation était de concentrer nos ressources limitées et pouvoir ainsi fournir nos prestations de manière plus efficace. Sirkka Mullis, qui a repris la direction de ce domaine au début de l'année dernière a été chargée de ce mandat. Dans le courant de l'année est né le domaine « prévention et santé sexuelle », qui englobe les prestations de base de la prévention, les projets et l'éducation sexuelle.

### Rôle des médiatrices et médiateurs au sein de l'éducation sexuelle<sup>2</sup>

En 2008 aussi, nos offres ont rencontré un large intérêt auprès des groupes cibles. L'équipe d'éducation sexuelle a ainsi atteint 3479 personnes par des consultations, des formations sur le thème de l'éducation sexuelle et par des séances d'information. Parmi elles, 459 personnes (13%) ont bénéficié de notre offre de consultation. Ceci montre bien que le travail de nos professionnel-le-s dépasse largement la consultation concrète.

16 des 372 formations qui ont été dispensées par nos 4 professionnel-le-s s'adressaient à des médiatrices et à des médiateurs. Il s'agit premièrement d'enseignant-e-s, de personnel travaillant dans les foyers ainsi que d'autres personnes proches des jeunes. Nous souhaitons que l'enseignement de l'éducation sexuelle ne soit pas dispensé exclusivement dans les classes, mais que des adultes soient formés pour aborder les thèmes de « la sexualité » et de « l'amour » avec les jeunes.

Dans le chapitre « la sexualité reste un thème sensible » nous revenons plus en détail sur notre offre dans le cadre de l'éducation sexuelle.

### La demande pour des offres de prévention reste toujours élevée

Le domaine Prévention Prestations de base a connu lui aussi une recrudescence de client-e-s : alors qu'en 2007 nous avons pu soutenir 7963 personnes, elles étaient 8571 en 2008 (+8%). L'utilisation de nos offres de prévention l'année dernière se répartit ainsi :

	2007	2008
Nombre de consultations de prévention	695	748
Nombre de formations de médiatrices et de médiateurs	196	210
Nombre de séances d'information	101	102

Vous en apprendrez plus sur le travail de nos professionnel-le-s de la prévention en lisant les chapitres « Game over?! » et « Devenir une école à l'écoute ».

<sup>2</sup> dans la partie alémanique du canton

### **Neuf projets en cours, un nouveau en préparation**

Au niveau des projets, nous nous situons dans le dernier tiers de la phase de programmation de 4 ans de 2006 à 2009. Ceci signifie que nos professionnel-le-s étaient surtout occupés à réaliser les neuf projets existants, bien que le projet « profINFO – un instrument internet qui s'adresse aux enseignant-e-s » ait déjà été évalué et par là-même clos. Dans ce rapport annuel nous vous présentons de manière plus détaillée les expériences des projets « MOVE » et « AlcoTool ».

Le nouveau projet « BuonAp » a été intégré dans la planification. Il a pour but d'améliorer l'offre des collations pour les enfants et les jeunes dans le cadre des loisirs et ainsi de contribuer à la réduction de l'excédent de poids et des maladies qui en résultent.

La demande pour nos prestations dans le domaine de la promotion de la santé, la prévention et l'éducation sexuelle continue à augmenter. Avec les moyens financiers et les

ressources personnelles inchangés depuis de nombreuses années, nous sommes aux limites de nos capacités, ceci malgré la réorganisation.



Sirkka Mullis  
Directrice prévention et santé sexuelle

## Prévention

# Devenir une école à l'écoute – structure d'une démarche de promotion de la santé

La demande suivante nous parvient régulièrement : « Comment peut-on planifier et mettre en œuvre des mesures de promotion de la santé dans une école ? Concrètement, comment se passe votre intervention ? » L'exemple ci-dessous répond à ces questions.

Un lundi de novembre 2007, le téléphone sonne ... une sous-directrice de gymnase explique que l'équipe de direction de son établissement a eu l'occasion de développer une vision pour les mois, voire années à venir : « Devenir une école à l'écoute ». Une journée de travail pour tout le corps enseignant est prévue en février 2008, pour donner corps à cette vision. « Quelle aide pouvez-vous nous apporter ? »

Une rencontre de clarification permet de mettre en lumière les besoins qui se cachent derrière cette demande : il s'agit de développer l'écoute et la communication à tous les niveaux de l'institution. Ce sont des composantes fondamentales du climat scolaire et donc des éléments qui participent à la promotion de la santé dans cette école.

Un groupe de pilotage se met au travail pour construire le programme de cette journée : deux membres de la direction et une représentante des enseignants de l'école accompagnés, conseillés, parfois dirigés par une professionnelle de Santé bernoise. Quels sont les objectifs prioritaires ? Quelles activités proposer ? Comment susciter l'intérêt des enseignants ? ... et une foule d'autres questions et réflexions vont nous permettre de nous préparer à mettre en route les quelques 90 personnes francophones et alémaniques de ce corps enseignant.

La journée commence par un travail individuel : chacun est invité à réfléchir et à lister les valeurs personnelles et professionnelles qui fondent son travail. Un échange à deux, puis à quatre, puis à huit, puis à seize, puis en plénum permet de confronter ses propres valeurs à celles des collègues et de cristalliser, petit à petit, des valeurs communes. Six valeurs ou concepts, sur lesquels la ma-

ajorité des participants se met d'accord pour dire : voilà ce que nous voudrions voir fleurir dans notre école. Ce sont : respect, écoute, confiance, autorité structurante, soutien de la direction face à la dévalorisation du métier et autonomie professionnelle.



La pause, le grand air, la pluie et le café nous redonnent de l'énergie pour continuer !

La salle est réaménagée en 24 petites tables de 4 personnes, à chaque table, un de concepts est discuté : Qu'est-ce qui se fait déjà dans ce domaine, dans notre école ? Qu'est-ce qui devrait être fait ? Qu'est-ce qui existe dans d'autres écoles et qui pourrait être transposé chez nous ? Sur le modèle d'animation du World Café, les enseignants se mettent au travail. L'aula commence à ressembler à une ruche. Chacun est invité à échanger un moment à une table, noter les points principaux de la discussion sur la nappe en papier, changer de table, participer à tous les thèmes.

C'est le petit groupe de pilotage qui se charge de synthétiser les résultats des discussions, les propositions et les demandes. Quelques semaines plus tard, nous élaborons un document qui décrit, pour chacun des 6 concepts définis, quelques pistes d'action. Il est soumis à la lecture et à la critique de tous les enseignants. Finalement, un travail de priorisation et un calendrier de mise en œuvre sera encore nécessaire. En été 2009, les actions devront être évaluées soigneusement et les résultats détermineront l'orientation future et peut-être des nouvelles visions.

Le point de vue de la direction de l'établissement et celui d'une professionnelle en promotion de la santé se rejoignent : tout ce travail n'était qu'une étape dans le développement de la qualité de vie dans l'école. Mais cette étape a été vécue comme constructive. Les enseignants ont eu l'occasion d'échanger, ils ont participé activement à une démarche qui contribue au bon climat de cette école. L'écoute progresse !

Catherine Heiniger  
Spécialiste prévention

## Game over!? Le thème « nouveaux médias » a rencontré un grand écho

Le 5e séminaire de Santé bernoise et de l'inspectorat scolaire régional du Seeland a réuni 430 enseignant-e-s et membres des commissions scolaires qui se sont penchés sur le thème des chances et des risques des nouveaux médias à l'école.

Quelles conséquences les médias ont-ils sur nos enfants ? Dans quelle mesure influencent-ils notre cohabitation, la communication entre adultes et enfants, nos idéaux et nos manières d'agir ? Comment les aspects positifs des nouveaux médias peuvent-ils être utilisés dans l'enseignement ? Comment la compétence des médias et par là un éveil sain peut-il être développé et promu auprès des enfants ?



Ces thèmes ainsi que d'autres ont été éclairés par des exposés et une table ronde de discussion avec des professionnel-le-s de la recherche en médias, de la pédagogie des médias, de la psychologie et de la prévention des dépendances et illustrés au moyen d'expériences vécues. Des moyens possibles d'utiliser ces médias dans les écoles ont été présentés ainsi que le fait de sensibiliser les élèves à une utilisation plus consciente et plus contrôlée. De son côté, l'inspectorat scolaire a présenté une vue d'ensemble des tâches et des offres de soutien en lien avec l'éducation aux médias à l'école. Les « VARIETÄTER », par leur théâtre animé, ont apporté un peu de légèreté au programme.

Du point de vue de la promotion de la santé, les professionnel-le-s étaient unanimes, les enfants et les jeunes doivent acquérir des compétences pour bien gérer les nouveaux médias. Les potentiels positifs des offres ne peuvent être utilisés de manière optimale que lorsque les médias ne sont pas un substitut à la vie réelle, mais un complément. Même si les jeunes sont souvent plus habiles et s'y connaissent mieux que les parents ou les enseignant-e-s, ils ont besoin de leur accompagnement. Les parents et les pédagogues ont donc la tâche et le devoir de se familiariser et de se confronter avec ce thème pour qu'une utilisation naturelle soit cultivée et que la discussion avec les enfants et les jeunes puisse être encouragée.

Irène Affolter-Fringeli  
Directrice Centre Jura bernois-Seeland

Les exposés et documents complémentaires (en allemand) sur les séminaires des années passées sont disponibles en format pdf sous [www.bernergesundheits.ch](http://www.bernergesundheits.ch). Vous trouverez de la littérature spécialisée sur ce thème dans nos médiathèques.

## Prévention

# AlcoTool – un site internet interactif pour les jeunes et les jeunes adultes sur le thème de l'alcool

L'alcool ? Aucun problème ! Presque tout le monde dit cela. Même celles et ceux qui régulièrement boivent jusqu'à l'ivresse le week-end. Ça va avec, tout le monde le fait. Il n'est pas rare que l'ivresse soit accompagnée de lourdes conséquences : bagarres, accidents, blessures, problèmes avec la police, admissions à l'hôpital ou rapports sexuels non protégés. Selon une étude, trois quarts des jeunes de 16 ans qui recherchent l'ivresse ont déjà vécu l'une ou l'autre de ces situations.

### Test personnalisé, journal de bord en ligne et AlcoLimit

Avec [www.alcotool.ch](http://www.alcotool.ch), nous permettons à des jeunes et jeunes adultes entre 14 et 22 ans de se confronter de manière simple, par ordinateur, à leur propre consommation d'alcool. L'auto-test AlcoTool est composé de divers éléments : il livre un feedback détaillé et personnalisé sur des questions telles que : « Existe-t-il des indicateurs de consommation problématique? Suis-je réaliste dans mon estimation de la consommation? » Le journal de consommation en ligne AlcoCheck aide celles et ceux qui souhaitent observer leur consommation d'alcool sur une plus longue période et AlcoLimit soutient celles et ceux qui souhaiteraient diminuer leur consommation.



AlcoTool a été développé en allemand et en français et a été mis en ligne en avril 2008. Par la suite, diverses mesures de promotion ont eu lieu pour faire connaître AlcoTool, par exemple par l'envoi de cartes postales et affiches aux écoles, centres de jeunesse, services sociaux, foyers de jeunes, semestres de motivation et autres institutions. En outre, un stand AlcoTool était présent au Festival Greenfield à Interlaken et au Barstreet Festival à Frutigen.

### Bilan intermédiaire positif

Une évaluation intermédiaire en juillet 2008 a montré que le groupe cible est atteint. 87% des utilisatrices et utilisateurs ont fait le test en allemand, 13% en français. Environ trois quarts d'entre eux indiquent être âgés de 14 à 24 ans. Environ 7 personnes sur les 10 ayant fait le test sont des hommes. L'évaluation intermédiaire a également révélé qu'AlcoTool vise surtout des personnes présentant une consommation à risque : 63% des utilisatrices et des utilisateurs ont indiqué dans le test individuel qu'ils consomment au moins 2-3 fois par semaine de l'alcool. Mais il semble que l'ivresse aussi soit répandue parmi eux. La consommation de 5 verres d'alcool ou plus lors d'une soirée, ceci au moins trois fois par mois, est particulièrement problématique. 68% des hommes âgés entre 18 et 22 ans présentent un tel comportement de consommation, contre 52% des femmes du même âge.

Jusqu'à la fin 2008, le test d'évaluation personnalisé a été rempli environ 2500 fois. Durant la même période, 270 personnes se sont inscrites à AlcoCheck et 70 personnes à AlcoLimit et ont pris ainsi la décision de se pencher plus précisément sur leur propre consommation d'alcool.

Une évaluation détaillée d'AlcoTool sera faite au printemps 2009.

Maya Mezzera  
Directrice du projet

## Prévention

### MOVE – entretiens motivationnels brefs

Les adultes manquent souvent d'assurance face aux jeunes qui consomment des produits psychoactifs et qui ont un comportement problématique. Dans notre cours de 3 jours, des professionnels des domaines de la formation professionnelle, de l'école, du travail social et de l'animation de jeunesse, des foyers et des associations apprennent comment entrer en discussion avec les jeunes au sujet de leur comportement problématique et comment les accompagner sur le chemin du changement.

#### Objectifs de MOVE

Un objectif primordial est que les personnes de référence prennent confiance vis-à-vis des jeunes qui consomment des produits psychoactifs ou qui ont un comportement problématique. Ainsi les participant-e-s découvrent des nouvelles formes d'intervention et acquièrent des stratégies qui leur permettent d'aborder ces comportements problématiques. Lors de simulations pratiques, ils s'exercent à rester en dialogue avec les jeunes dans des situations difficiles (par exemple lors d'opposition). Par ailleurs, les participant-e-s reçoivent des informations sur les consommations des jeunes et sur les institutions qui proposent du soutien pour eux-mêmes et pour les jeunes. MOVE poursuit également des objectifs clairs pour les jeunes eux-mêmes, par exemple la confrontation avec son propre comportement de consommation, la promotion de l'estime de soi et la responsabilisation ainsi que le renforcement des ressources.

#### Du projet pilote à l'offre de base

MOVE a été lancé en 2007 dans le cadre de notre projet pilote AlcoFlop. Durant cette phase nous avons pu proposer notre cours dans un centre de culture pour jeunes (Gaskessel à Berne), au service social de Bienne et avec des formatrices et formateurs en informatique de l'administration fédérale. Sur la base des bonnes expériences faites durant ce cours et des retours extrêmement positifs nous avons repris MOVE dans notre offre de base à l'automne 2008. Depuis, nous avons donné 3 autres cours : à la police cantonale de Berne (département prévention), à l'Institut

fédéral des hautes études en formation professionnelle à Zollikofen et avec un groupe de projet du bureau suisse des associations de jeunesse. Dans chacun de ces cours nous avons abordé spécifiquement les préoccupations quotidiennes des participant-e-s.



MOVE propose une combinaison équilibrée entre théorie et pratique, mais le positionnement personnel des participant-e-s est toujours au premier plan. Le cours laisse de la place à la réflexion individuelle et permet un échange et un travail de réseau approfondi au sein du groupe en formation.

Les retours des participant-e-s indiquent ce qu'ils ont particulièrement apprécié dans MOVE. Ils citent pour exemple le programme diversifié comprenant une combinaison d'exposés, de travaux de groupes et d'exemples concrets. Un autre point fort est le fait, que MOVE s'adapte bien au travail quotidien avec les jeunes.

Les feedbacks positifs nous renforcent et nous motivent à réaliser d'autres cours MOVE, cours qui sont d'ailleurs déjà planifiés.

Karin Wittwer  
Directrice du projet

# La sexualité reste un thème sensible

Les adolescent-e-s et les jeunes adultes qui participent à nos cours d'éducation sexuelle sont au début, au milieu ou à la fin de la puberté. Ils se situent dans une phase de grands changements et de recherche d'identité. Des questions telles que « Qui suis-je? Qu'est-ce que je veux et qu'est-ce que je ne veux surtout pas? Comment me voient les autres? Leur suis-je sympathique? Qui me plaît et est-ce que je me plais? » deviennent importantes. En outre, le temps passé avec des jeunes du même âge augmente constamment.



Parmi les 5000 questions posées par 1205 filles et 1156 garçons qui en 2008 ont bénéficié d'un cours de notre équipe de l'éducation sexuelle<sup>3</sup>, on trouve notamment les questions suivantes : « Pourquoi se déclenche la puberté? Pourquoi les règles provoquent-elles des douleurs? A quoi remarque-t-on qu'on est homosexuel-le? Quelle doit être la longueur du pénis? Qu'est-ce qui plaît aux femmes? Pourquoi les hommes sont-ils souvent si machos? Pourquoi les jeunes hommes regardent-ils des films pornos? Comment fonctionne la sexualité? Comment est-ce que j'entretiens une relation? Comment est-ce que je remarque que je suis amoureux-se? Quand est-ce que cela devient de l'amour? Pourquoi suis-je parfois jaloux-se? Que peut faire une jeune fille lorsqu'elle est enceinte à 15 ans? »

### Le rôle des médias

Malgré sa grande présence médiatique, la sexualité est restée un thème sensible dans la sphère privée. Le développement de la sexualité est encore aujourd'hui empreint de honte, d'insécurité et de demi-vérités. Les adolescent-e-s

ont donc besoin d'une information qui les soutienne et les aide à s'orienter. De nombreuses expériences physiques et émotionnelles sont vécues pour la première fois à la puberté. Les jeunes sont plus sûrs d'eux-mêmes et se montrent plus respectueux les uns des autres lorsqu'ils sont bien informés. Ils sont intéressés à ce qui touche à la sexualité et, en raison de leur âge, ils sont à la recherche de réponses concernant leur identité sexuelle, les relations, le désir et la fécondité. Ils s'intéressent à toutes les sources d'informations disponibles. Internet et les autres médias jouent un rôle tout aussi important que les nombreux héritages culturels et sociaux des familles.

Les nouvelles technologies de l'information étaient aussi au centre du film documentaire que la télévision alémanique a consacré l'an passé à notre travail d'éducation sexuelle. Ce film s'intéressait à des thèmes comme l'utilisation, l'influence, les effets de la pornographie dans ces nouveaux médias sur les adolescents et les jeunes adultes. Les filles et les garçons étaient séparés dans le film où ils s'exprimaient par rapport à des questions, des soucis, des expériences et des peurs concernant la pornographie. Barbara Müller, la réalisatrice de ce documentaire, a réussi à capter une image intimiste du monde imprégné de sexualité des jeunes et à raconter les expériences et les difficultés de ces jeunes avec la sexualité et la pornographie.

### Le besoin de soutien des écoles est grand

En 2008 nous avons mené 6 séances d'information de base sur le thème « éducation sexuelle à l'école ». En outre, les séminaires sur l'éducation sexuelle organisés à Bienne et Lucerne soulignent l'important besoin de soutien et de sensibilisation dans les écoles.

Notre équipe d'éducation sexuelle tient à son orientation, elle veut garder sa délicatesse, son attention et sa capacité d'étonnement. Le travail vivant et diversifié d'éducation sexuelle doit rester en mouvement aussi ces prochaines années.

Renate Krähenbühl et Stefan Lenz  
Spécialistes en éducation sexuelle

<sup>3</sup> dans la partie alémanique du canton

# Bilan

<b>ACTIF</b>	31.12.2008 Francs	31.12.2007 Francs
Liquidités	3 101 835.18	3 553 165.53
Créances	57 361.30	26 902.20
<b>TOTAL ACTIF CIRCULANT</b>	<b>3 159 196.48</b>	<b>3 580 067.73</b>
<b>PLACEMENTS</b>	<b>204 030.55</b>	<b>166 002.00</b>
<b>TOTAL ACTIF</b>	<b>3 363 227.03</b>	<b>3 746 069.73</b>
<b>PASSIF</b>		
<b>Capital étranger</b>		
Capital étranger à court terme	380 207.25	424 036.30
Fonds liés à des projets	696 795.17	897 702.18
<b>TOTAL DU CAPITAL ETRANGER</b>	<b>1 077 002.42</b>	<b>1 321 738.48</b>
Capital de la Fondation	10 000.00	10 000.00
Capital propre disponible	2 413 669.85	2 413 007.62
Résultat de l'exercice	-137 445.24	1323.63
<b>TOTAL DU CAPITAL PROPRE</b>	<b>2 286 224.61</b>	<b>2 424 331.25</b>
<b>TOTAL PASSIF</b>	<b>3 363 227.03</b>	<b>3 746 069.73</b>

## Comptes d'exploitation

<b>PRODUITS</b>	1.1. - 31.12.2008 Francs	1.1. - 31.12.2007 Francs
<b>TOTAL DES PRODUITS</b>	<b>8 132 870.60</b>	<b>8 321 628.68</b>
<b>CHARGES</b>		
<b>Prestations externes</b>	<b>230 640.00</b>	<b>228 900.00</b>
<b>Charges de personnel</b>	<b>6 877 277.40</b>	<b>6 624 640.14</b>
Frais d'exploitation	576 528.56	586 807.00
Frais administratifs	341 672.93	311 984.22
Frais liés aux projets	528 278.16	558 677.44
Autres charges	9237.85	9296.25
<b>Total autres charges</b>	<b>1 455 717.50</b>	<b>1 466 764.91</b>
<b>Total charges d'exploitation</b>	<b>8 563 634.90</b>	<b>8 320 305.05</b>
<b>Recettes imprévues</b>	<b>-</b>	<b>-</b>
<b>Résultat d'exploitation 1</b>	<b>-430 764.30</b>	<b>1323.63</b>
<b>Modification des comptes projets</b>	<b>293 319.06</b>	<b>-</b>
<b>Résultat d'exploitation 2</b>	<b>-137 445.24</b>	<b>1323.63</b>

## Membres du Conseil de Fondation 2008

### Présidence

**Wüthrich Urs**, préfet, Fraubrunnen

### Vice-présidence

**Bittner Brigitte**, directrice de SPITEX, Berne

**Ackermann Madeleine**, directrice d'institution, Bienne

**Burkhalter Annemarie**, députée au Grand Conseil, Bätterkinden

**Heiniger Lorenz**, secrétaire communal, Wyssachen

**Huber Susanne**, mairesse, Meiringen

**Rychiger Esther**, commerçante, Steffisburg

**Studer Ueli**, responsable du Département social, santé et école, Köniz

**Zumstein Katrin**, députée au Grand Conseil, Langenthal

## Agir ensemble pour une vie saine

Nous nous engageons pour une promotion de la santé efficace et professionnelle. Nous nous occupons essentiellement de prévention et de consultation en matière de dépendances et, dans la partie alémanique du canton, d'éducation sexuelle. Les prestations de notre fondation sont offertes sur mandat de la Direction cantonale de la santé publique et de la prévoyance sociale. La certification QuaTheDa nous est attribuée pour notre management de la qualité.

Nous sommes proches de vous avec nos 4 centres régionaux à Bienne, Berne, Berthoud, Thoun, et nos 17 antennes de consultation.

### Centre de Berne

Eigerstrasse 80, case postale, 3000 Berne 23

Tél. 031 370 70 70

Courriel : [bern@beges.ch](mailto:bern@beges.ch)

Antennes de consultation : Belp, Jegensdorf, Laupen, Schwarzenburg

### Centre Emmental-Oberaargau

Bahnhofstrasse 90, 3400 Berthoud

Tél. 034 427 70 70

Courriel : [burgdorf@beges.ch](mailto:burgdorf@beges.ch)

Antennes de consultation : Langenthal, Langnau, Worb

### Centre Jura bernois-Seeland

18, rue J. Verresius, case postale, 2501 Bienne

Tél. 032 329 33 73

Courriel : [bienne@beges.ch](mailto:bienne@beges.ch)

Antennes de consultation : Ins, Lyss, Moutier, St-Imier, Tavannes

### Centre Oberland

Krankenhausstrasse 14E, 3600 Thoun

Tél. 033 225 44 00

Courriel : [thun@beges.ch](mailto:thun@beges.ch)

Antennes de consultation : Erlenbach, Frutigen, Interlaken, Meiringen, Zweisimmen

[www.santebernoise.ch](http://www.santebernoise.ch)

