

" Promouvoir la santé à l'école " est un e-Journal destiné aux professionnels de la promotion de la santé à l'école et, plus largement, ceux intéressés par les enjeux de santé en milieu scolaire



PROMOUVOIR  
LA SANTÉ  
À L'ÉCOLE

*L'e-Journal PSE*

N°70 Avril 2019

## Sommaire

**DOSSIER** Les jeunes, le numérique et les réseaux sociaux, c'est une grande histoire d'amour. De récentes enquêtes permettent de mieux comprendre comment et pourquoi. Et donc de s'interroger sur l'accompagnement des adultes qui serait le plus pertinent et le plus utile.

**PREVENTION** Un nouveau look qui donne envie de s'y plonger, un langage accessible à tous, des niveaux de lecture qui correspondent aux demandes des lecteurs sur Internet : le site [www.vaccination-info.be](http://www.vaccination-info.be), coordonné par Question Santé et initié par l'ONE, l'AVIQ et la Cocof, a été relifté. Avec de bonnes raisons à la clé.

**PIPSA** *Faites le mur ; Internet et moi : questions d'usage(s) ? ; iRespect ; Cyber@TIC'tudes ; Et toi, t'en penses quoi ?* : des outils d'animation et des jeux pour susciter le débat et donner la parole aux jeunes sur la place du numérique dans leurs vies.



## Dossier

### Les jeunes et le numérique : une enquête et des débats pour ne pas passer à côté...

Les adolescents regardent, étonnés et sceptiques, le temps passé où "cela n'existait même pas". Eux, ils sont nés dedans et avec : au bout de leurs doigts, presque naturellement, on trouve un smartphone. A l'instar d'autres recherches, une récente enquête réalisée à la demande des Mutualités Libres permet d'éclairer leurs pratiques, leurs comportements, de repérer leurs points forts et leurs faiblesses. Elle conduit aussi à s'interroger sur la dépendance qui guette les jeunes, tout comme sur les réponses à imaginer pour y remédier. En France, par exemple, les smartphones sont désormais interdits dans les établissements scolaires. Est-ce une solution "raisonnable", envisageable, productive ?

Fin 2018, un colloque intitulé "Adolescence et sexualité à l'ère du numérique" s'est également penché sur l'impact d'Internet sur la sexualité des jeunes. Est-ce que les oreilles ont sifflé au cours des débats ? Il n'en a rien été. Le psychologue Pascal Minotte explique pour quelles raisons, en matière de sexualité aussi, Internet et les réseaux ne sont pas forcément maléfiques.

Cette enquête et ce colloque nous donnent l'occasion de revenir sur ces mutations que vivent les adolescents et de mieux connaître leurs attitudes (y compris en balayant nos idées reçues).

De quoi réfléchir aux pistes que les adultes pourraient envisager pour guider et accompagner les jeunes dans le monde formidable - mais aussi, il faut bien l'avouer, un brin inquiétant ou risqué - du numérique.

---

## Petite autopsie (sans trop de douleur) d'adolescents connectés

**Devinette. En moyenne, combien de fois par jour les adolescents consultent-ils leur smartphone ? Quinze fois ? Non, c'est plus. Trente fois ? Mais non, davantage encore. Fin du suspense : la réponse, c'est 47. Vous trouvez cela inquiétant ? Eh bien, vous n'avez pas forcément raison...**

De plus en plus de recherches se penchent sur l'impact du smartphone sur la santé physique des jeunes, avec les problèmes de dos ou de sommeil qui peuvent en résulter. Souvent, elles explorent aussi l'impact possible sur leur santé mentale (par exemple, les risques de dépression ou d'anxiété). En décembre dernier, Xavier Brenez, directeur général des Mutualités Libres, a ajouté une nouvelle pierre à cet édifice en présentant les principaux résultats d'un sondage en ligne conduit auprès de 976 jeunes Belges (de 12 à 23 ans), autour du thème du numérique (1). Entre autres, elle confirme que les jeunes ne peuvent se passer du numérique et de ce smartphone qu'ils consultent, en moyenne, 47 fois par jour.



"Ainsi, 80% des jeunes interrogés ont admis qu'ils étaient sur les réseaux sociaux tous les jours et ce en moyenne pendant plus d'une heure et demi. Mais 40% d'entre eux y restent bien davantage... D'ailleurs, 1 jeune sur 2 (51%) se sent dépendant de son smartphone. Cela signifie qu'il y passe plus de temps qu'il ne le pense ou qu'il ne

le souhaite (lire l'article ci-dessous). Cette situation touche aussi les plus jeunes (de 12 à 15 ans). Elle concerne principalement les Wallons, suivis par les Bruxellois puis par les Flamands..

### La curiosité est un vilain...

Cette dépendance a une explication, et les spécialistes lui ont déjà trouvé un nom. Il s'agit du phénomène de 'Fear of Missing out' : s'ils ne sont pas en ligne, 51% des jeunes (selon l'enquête) ont peur de passer à côté de quelque chose (lire l'encadré ci-dessous).

Malgré tout, et alors que les filles sont plus conscientes (à 48%) que les garçons (37%) de l'utilisation de leur smartphone, 1 jeune sur 2 assure également faire attention à ne pas être constamment pris par son écran ou à ne pas trop le consulter lorsqu'il est en famille.

Est-ce dû aux alertes ou aux informations données par les adultes (et, en particulier, aux professionnels présents dans le milieu scolaire) ou à leurs propres expériences, y compris "à la dure" ? En tout cas, loin d'être des "oies blanches", un grand nombre de jeunes connaissent les effets secondaires délétères du numérique. Ainsi, 4 sur 10 ont répondu avoir déjà regretté une publication ou l'envoi d'une photo sur les réseaux sociaux. Et 1 sur 2 a dit avoir déjà été victime de cyberintimidation. De quoi renforcer l'idée de l'importance des messages de prévention dispensés par les adultes, en particulier au sein des écoles ? Sans doute. Mais avec une réserve : de nombreux spécialistes répètent que pour être entendus par les jeunes, rien ne sert de diaboliser les réseaux sociaux.

En effet, aux yeux des jeunes, leurs avantages paraissent supérieurs à leurs inconvénients.. Par exemple, plus de 8 jeunes sur 10 jugent les réseaux sociaux essentiels pour rester en contact avec leurs amis, bien plus que ne le permettent les SMS. Or on sait à quel point le lien entre pairs est crucial lors de l'adolescence...

De même, si, selon ce sondage, les jeunes passent désormais à peu près autant de temps à communiquer en ligne que "de visu", ils avancent des arguments pour le faire. En effet, alors que les deux tiers d'entre eux continuent toujours à préférer les contacts réels, les répondants expliquent que pour les plus timides, il est plus facile de s'exprimer dans les médias sociaux. Ce mode de communication donne aussi davantage de temps pour réfléchir et répondre, tout comme il permet d'exprimer facilement des émotions, grâce aux émoticônes.

## Surveiller, punir ou éduquer : un vieux débat...

"Quelles leçons peuvent retirer les services PSE, les centres PMS et les professionnels de l'éducation des résultats de ce sondage ? Tout d'abord, ils ne manqueront sans doute pas de noter qu'un parent sur trois seulement surveille de près l'utilisation des smartphones de leur progéniture. Et que 4 parents sur 10 ne le font pas du tout auprès des 12 à 15 ans. Malgré tout, un grand nombre de parents dispensent diverses recommandations ou établissent des règles de pratiques, parfois assez minutieuses. Elles concernent principalement la demande de ne pas publier de données personnelles sur Internet (70%), de ne pas y parler avec des inconnus (69%), de ne pas toucher aux jeux payants (65%) et de ne pas accepter n'importe qui comme follower (58%). Seuls 3 adolescents sur 10 estiment que leurs parents exagèrent et 7 sur 10 des 12 à 15 ans apprécient les conseils parentaux. Un grand nombre semble même les suivre, révélant une sagesse parfois inattendue.

Ainsi, le sondage indique que seul 1 jeune sur 10 laisse voir toutes ses publications à tout le monde et que 8 sur 10 les réservent uniquement à leur amis. De même, 7 sur 10 ne transmettent pas en ligne des données personnelles à des personnes qu'ils ne connaissent pas très bien. Mieux encore : les plus jeunes font également partie de ces "prudents". De quoi confirmer qu'il faut continuer à "accompagner les jeunes" dans leur parcours numérique puisque des messages pertinents parviennent à les atteindre.

Dans le sondage, 7 jeunes sur 10 disent avoir parlé des risques du numérique et des réseaux sociaux dans le cadre scolaire. Les plus pessimistes diront que cela n'a pas empêché un grand nombre d'entre eux de devenir dépendants. Les plus optimistes rétorqueront que la question est de savoir si une approche moins "diabolisante" et plus ouverte aux "bons côtés" du numérique ne pourrait pas faire la différence...

( 1) Ce sondage, mené entre le 27 septembre et le 11 octobre 2018, a été présenté le 7 décembre 2018 à Bruxelles, lors du colloque "Grandir en bonne santé à l'ère digitale", organisé par les Mutualités Libres.

---

## Le smartphone, nouveau doudou des jeunes

**Selon le Pr Lieven De Marez, la génération smartphone est guettée par la dépendance et "l'obésité numérique". A moins, peut-être, de prendre conscience qu'il est possible de se passer (au moins parfois) de ce nouveau "partenaire de vie".**

"Lui aussi, c'est un adolescent : le smartphone n'a que 11 ans", rappelle le Pr Lieven De Marez, directeur de recherche à l'imec-mict/UGent, qui a mené une enquête sur les jeunes 'homo-digitalis' (1). Pourtant, cet outil, si petit en taille, a pris une place souvent disproportionnée dans la vie des jeunes. Au point de mener, dans de nombreux cas, à une réelle dépendance.

La génération des 15 à 25 ans semble loin de réaliser la part croissante du temps passé dans des discussions où le langage corporel est absent. De même, les jeunes sous-estiment, et de beaucoup, le temps passé sur les médias sociaux en période de blocus (parfois trois heures ou davantage encore). Or ces heures-là ne servent pas uniquement, loin s'en faut, à répondre à la question concernant une révision et qui a pu être le prétexte du début d'un échange...

### Gare aux fantômes

Ainsi que le rappelle le Pr De Marez, il arrive qu'entre le smartphone et les jeunes, un véritable conditionnement s'installe. "Comme la cloche du chien de Pavlov, chaque nouvelle notification WhatsApp mène à un enchaînement qui conduit à contrôler la teneur du message, constate-t-il. Peu importe l'endroit où ils se trouvent : ils le font. Ils finissent aussi par contrôler tout le temps si une notification arrive. Par jour, le smartphone est scruté 28 fois pour une 'notification fantôme'."

Attentifs à contrôler les réactions de leurs amis, "les jeunes actifs sur les réseaux et les médias sociaux se créent une bulle, un monde parallèle, avec des rituels particuliers (comme le fait de regarder son iPhone dès le réveil et obligatoirement, une fois encore, avant de dormir), poursuit-il. Au final, ils mènent une activité de surveillance de leur iPhone, puis de partage. Au point d'envoyer des photos des plats qu'ils viennent de se voir servis au restaurant... à des amis qui se trouvent à la même table."



Selon le Pr De Marez, "l'obésité numérique touche déjà de nombreux plus de 25 ans : ils doivent sortir leur smartphone partout, l'avoir tout le temps à portée de main. Le techno-stress qui les habite se nourrit de la peur de louper quelque chose..."

A l'instar des boissons sucrées pour l'obésité, afin de stopper l'épidémie, faudrait-il interdire les smartphones dans les écoles ?, interroge le Pr De Marez. En tout cas, assure-t-il, comme face à l'obésité, il s'agit d'éviter de laisser le jeune seul dans ce combat, sous peine de l'abandonner. D'où l'intérêt de structures ou de groupes susceptibles d'aider à endiguer les pratiques problématiques.

"Comme de jeunes amoureux, ils sont fous de leur smartphone, ce partenaire pour le reste de leur vie. Ce sentiment va de pair avec une naïveté et une croyance en une capacité d'autorégulation : il faut confronter les jeunes à leur utilisation, afin de leur apprendre à doser, suggère-t-il. Dans des maisons ou des centres de vacances, l'expérience a déjà été menée : les jeunes ont dû se priver de leur "nouveau doudou". Surprise : ils ont constaté qu'ils n'en étaient pas morts. Et ils ont même reconnu que ces heures déconnectées ne changeaient pas leur vie. Miracle à numérique city..."

(1) Les propos de cet article ont été tenus lors de l'exposé du Pr Lieven De Marez, au cours du colloque "Grandir en bonne santé à l'ère digitale" (7 décembre 2018).

### **Une école connectée, le rêve des jeunes**

Selon le sondage des Mutualités Libres, environ 9 jeunes sur 10 ont déjà utilisé un smartphone, une tablette ou un ordinateur à l'école. Les trois-quarts d'entre eux, y compris les plus jeunes de 12 à 15 ans, sont favorables à une plus grande utilisation des outils numériques à l'école, en particulier parce qu'ils les jugent pratiques, par exemple pour trouver facilement une information, pour travailler en groupe ou pour mieux organiser la collaboration qu'en découle.

Cependant, dans la mesure où les jeunes reconnaissent que le numérique peut également être un élément perturbateur à l'école, ils sont aussi demandeurs d'un cadre clair sur son utilisation au sein des établissements.

Quant à l'interdiction totale des smartphones en classe, une décision qui a été prise récemment en France, c'est clair et net : 61% des jeunes Belges y sont hostiles. Prévenez les directions.

### **Des jeunes pas si perdus que ça...**

Pour en savoir davantage sur les jeunes et le numérique, le Pr Laura Merla (UCL) rappelle les résultats d'une enquête sur "les usages et pratiques des adolescents en contexte familial", menée dans 23 établissements de la Fédération Wallonie-Bruxelles, auprès de 1600 jeunes (de 11 à 18 ans).

Parmi eux, de 15 à 20% ont admis avoir envoyé des photos ou des vidéos à des inconnus, avoir déjà agi en prétendant être un autre ou avoir adressé des informations personnelles à des inconnus. Les filles se montrent plus prudentes (13% envoient des infos à des inconnus, pour 25% de garçons ; 14% des photos, pour 25% de garçons).

"Ces pratiques à risque diminuent cependant avec l'âge", constate le Pr Laura Merla.

Parmi les répondants, 361 ont dit avoir subi des traitements blessants ou dégradants via un réseau social au cours de l'année écoulée. Ces faits étaient plus nombreux chez les garçons de 11 à 13 ans ; ils avaient touché majoritairement les filles entre 13 et 14 ans.

Les réponses montrent également que l'usage du numérique est bien plus important au sein des familles mononucléaires. En effet, il y permet souvent au jeune de converser avec le parent absent du foyer et d'entretenir le lien avec lui. En définitive, poursuit le Pr Laura Merla, "ce qui ressort très fortement de nos travaux et de l'enquête, c'est qu'il ne faudrait pas diaboliser l'utilisation des réseaux sociaux : ils sont une partie intégrante de la vie des jeunes. Ces derniers entretiennent grâce à eux leurs liens avec leurs amis et leurs parents. Un grand nombre de jeunes disent bien maîtriser ces réseaux, surtout les filles, d'ailleurs, puisqu'elles se montrent généralement attentives aux photos et aux informations qu'elles y livrent. En réalité, c'est à l'égard des 11 à 13 ans, plus sensibles aux réseaux sociaux et moins prudents, qu'il serait sans doute utile d'orienter notre accompagnement durant cette période d'apprentissage où ils découvrent les possibilités du numérique et doivent y voir les risques."

## Sexualité : les charmes (discrets) d'Internet

En matière de sexualité, a-t-on raison de penser qu'Internet fait courir des risques supplémentaires aux jeunes ? Le colloque "Adolescence et sexualité à l'ère du numérique" a permis de reconsidérer quelques idées reçues...

Un mois avant sa tenue (en décembre 2018), le colloque "Adolescence et sexualité à l'ère du numérique" était déjà sold out. Comment ne pas y voir un signe de l'intérêt suscité par le thème abordé ? En soi, cette préoccupation est loin d'être nouvelle. Ainsi, depuis 2008, le CRéSaM (à l'initiative de ce colloque) fait partie d'un groupe qui réunit des professionnels de la santé mentale, de la promotion de la santé, de l'Aide à la jeunesse et de l'éducation pour questionner la place des écrans dans la vie des enfants et des adolescents au départ d'un positionnement compréhensif. Cela inclut, bien sûr, les sujets concernant **l'EVRAS et ses usages problématiques sur Internet**, précise Pascal Minotte, psychologue et chercheur au CRéSaM.

Sur le plan théorique, "savoir si l'ère du numérique a changé la sexualité des jeunes n'est pas une question qui trouve une réponse facile auprès des experts", admet Pascal Minotte. Pourtant, ajoute-t-il, selon la sociologue française Yaël Amsellem-Mainguy, les interviews réalisées auprès de jeunes et adolescents (1) semblent montrer qu'il n'y **pas eu de bouleversement ni de révolution majeure**.

"Ainsi, l'âge du premier rapport sexuel est resté stable, constate le psychologue. De même, l'idée d'une généralisation de certaines pratiques plus 'hard', et réalisées plus jeune, n'a pas été objectivée par les études. Ces pratiques restent l'exception plutôt que la règle." N'en déplaise à ceux, moralistes y compris, qui continuent à diffuser cette croyance ?

Bien sûr, il n'est pas question de nier **l'hyper-accessibilité de la pornographie**, disponible sans grande difficulté pour tout jeune enfant. Néanmoins, "sociologues et psychanalystes tiennent des **discours assez rassurants**, loin de toute idée de panique. Statistiquement, il n'a pas été constaté que le porno qui aurait été vu sur Internet 'déréglaient' la sexualité des ados, précise Pascal Minotte. Il est important de maintenir, sinon d'augmenter, les démarches faites en matière d'EVRAS, tout comme il est essentiel de ne pas se laisser submerger par la panique morale."

### Voir le bon côté

De plus, l'enquête de Yaël Amsellem-Mainguy met un autre fait en évidence. En matière de sexualité, les jeunes ont une très bonne raison de naviguer sur la Toile : c'est tout simplement un des moyens dont ils disposent pour **chercher de l'information** sur des sites et forums.

Dès lors, "dans les dialogues que les professionnels engagent avec les jeunes, pourquoi ne les inciteraient-ils pas à **visiter des sites biens conçus** ? poursuit Pascal Minotte. Via cette invitation - qui n'est pas exclue dans la bouche des médecins des services PSE - il devient possible de légitimer le **désir des jeunes de s'informer** (et de bien s'informer) sur Internet, pour autant que cela se fasse sur des sites vérifiés." Ainsi, il peut être utile de **s'assurer au préalable** que l'éditeur d'un site n'a pas un éventuel intérêt contraire aux objectifs recherchés en matière d'EVRAS.

Une fois ce premier point acquis, une autre précaution s'impose. "Dans la mesure où les connaissances et les pratiques diffèrent selon les âges, **l'accompagnement** à proposer doit être adapté : le risque de couacs est plus important à 12 ans qu'ensuite", souligne le psychologue.

Une autre question importante concerne les usages des écrans. Comme le montrent différentes

études, il existe une fracture numérique, et elle recoupe la fracture sociale. En pratique, les adolescents "favorisés" sont ceux qui utilisent le plus Internet afin de répondre à leurs questions. Pour les autres, c'est plus compliqué. "L'attention doit donc se porter sur **les plus fragiles**, afin de soutenir le développement de leurs compétences et travailler la prévention", propose le psychologue.

## A chacun son job...

Le colloque a permis de présenter divers outils, balises ou campagnes utiles pour aborder avec les jeunes la thématique "écrans et sexualité". Mais il a également laissé une place au débat, qui a fait émerger diverses questions. Comment casser les représentations de certains professionnels ? Comment les amener à une forme d'ouverture, de curiosité bienveillante et à une reconnaissance d'une intention positive des utilisateurs des écrans ? Comme le rappelle Pascal Minotte, "au sein des espaces de parole, la méfiance des professionnels par rapport à Internet peut être un frein. A contrario, montrer que l'on s'y intéresse de façon ouverte aide à l'émergence d'un dialogue..." La balle est dans le camp des professionnels...

( 1) Pour une étude qui a investigué l'ensemble des pratiques liées à la sexualité sur Internet.

### Des (autres) réponses aux images "gênantes"

Le psychologue Pascal Minotte le reconnaît : en matière de sexualité et d'Internet, le partage de contenus "gênants", en particulier avec la **diffusion de photos intimes** ou privées qui contribuent généralement au **harcèlement**, reste un souci. Or "malgré les messages et la prévention, on sait que ces pratiques vont continuer. Depuis que la possibilité technique existe, jeunes et moins jeunes se photographient dans toutes les situations, et rien n'indique que cette tendance va diminuer", dit-il.

Pascal Minotte propose une autre réponse à cette problématique : travailler à la bienveillance et à la **solidarité à l'égard des victimes**, ne pas être dans le public qui juge (et/ou envoie des messages culpabilisants), ne pas entrer dans l'humiliation des "salopes", selon l'expression "consacrée" (\*) et sa dimension sexiste.

"C'est une question d'éducation à la solidarité avec les victimes, soutient-il. Si ces dernières gardent le soutien de leurs amis, elles iront mieux."

Par ailleurs, le psychologue relève un bien curieux paradoxe. "Le grand public s'inquiète souvent de l'accessibilité au porno. Mais l'opinion populaire paraît plus 'sereine' et réagit peu à l'égard des **rapports de domination qui persistent dans les médias** et sur les réseaux sociaux. Cela inclut aussi la **littérature enfantine**, avec son impact très important sur l'imaginaire des futurs adultes. Actuellement, dans Petit ours brun, Maman cuisine et Papa tond..."

Sur-évaluerait-on certains problèmes et en sous-évaluerait-on d'autres ? La question ne manque pas de pertinence...

(\*) A propos du "slut-shaming" : <https://fr.wikipedia.org/wiki/Slut-shaming>

## Prévention

### Pour la vaccination, suivez le (nouveau) site...

Pour parler des vaccins, il existait déjà un site scientifiquement validé et destiné à tous. Mais il était temps de le revoir, de le relooker et de répondre davantage encore aux besoins d'information de la population. C'est chose faite. Voici quelques-uns des atouts du nouveau [www.vaccination-info.be](http://www.vaccination-info.be) de Question Santé.

Bienvenue au nouveau site [www.vaccination-info.be](http://www.vaccination-info.be) ! Réalisé par l'asbl Question Santé, il a été mis en ligne depuis ce mois d'avril. Le Dr Carole Schirvel (cellule de surveillance des maladies infectieuses de l'AVIQ), Clément Brasseur (collaborateur au programme de vaccination de la FW-B, direction Santé de l'ONE) et Sophie Lefèvre (chargée de communication à la direction Santé de l'ONE) détaillent ici les raisons qui ont motivé les changements et **l'important relifting** apportés au site, ainsi que les objectifs poursuivis par ses promoteurs (l'AVIQ, la Cocof et l'ONE).

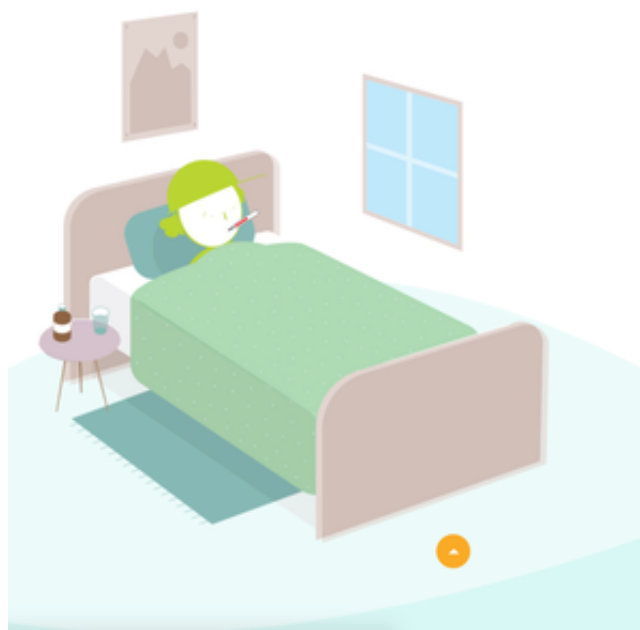


## Comme un coup de neuf...

De l'avis des trois interlocuteurs, l'ancienne version avait "vieilli", surtout sur un plan graphique. Le nouveau site propose donc un **nouveau visuel** : "En le rendant **plus lisible et plus agréable**, sa structure incite davantage le grand public à découvrir **ses informations fiables**, scientifiques, vérifiées, et donc à se tourner vers ce site pour toute question pertinente", souligne le Dr Carole Schirvel.

De fait, l'accès aux informations est amélioré et l'expérience de navigation s'avère plus confortable. "Ces dernières années, **les codes de lecture sur Internet ont changé**, rappelle également Sophie Lefèvre. Dans de nombreux cas, le lecteur veut, en premier lieu, lire une info claire et concise. Et aborder seulement les détails par la suite". Dès lors, le site propose deux niveaux de lecture : l'un répond à cette demande de rapidité, l'autre permet d'accéder à davantage de renseignements.

## Des infos pour tous, à chacun ses infos.



Le site est destiné à "**tous les publics**" et l'écriture des textes a tenu compte de cette volonté. Une attention particulière a été portée au vocabulaire et à son **accessibilité**. "De plus, un lexique précise les termes plus scientifiques", souligne Sophie Lefèvre. "De manière générale, cette préoccupation d'être accessible à tous les publics traverse l'ensemble de nos initiatives concernant la vaccination, précise Clément Brasseur. Ainsi, dans le futur, les nouvelles autorisations de vaccination à remplir par les parents et destinées aux services PSE seront disponibles en plusieurs langues."

## Sortir de l'ombre et des brouillards...

"La multiplicité des informations véhiculées sur les vaccins par les réseaux sociaux et par Internet, où circulent le vrai mais, aussi, beaucoup de faux et d'absurdités, peut

mener à une désinformation et, éventuellement, à une méfiance plus importante. Il est donc utile de proposer un contenu clair, avec **une information non biaisée basée sur l'evidence based medicine (médecine fondée sur les faits)**. Il était temps de remettre l'église au milieu du village, en donnant des informations validées à toutes les personnes qui en cherchent", estime le Dr Carole Schirvel.

Clairement, l'un des objectifs majeurs de Vaccination-Info est de **répondre aux hésitations vaccinales**. "Les affirmations des anti-vaccins relèvent de la croyance, il y a peu de pistes de dialogue avec eux. En revanche, il existe une voie pour répondre aux hésitants et c'est l'option que nous avons prise", confirme Sophie Lefèvre.

Le site s'est donc bâti autour d'une volonté très nette de **proposer des réponses** aux nombreuses questions que se posent les gens. Une grande attention a été portée à cet aspect-là, par exemple en exposant les réponses (scientifiques) aux craintes concernant le vaccin de la rougeole, aux peurs de liens éventuels entre le vaccin hépatite et la sclérose en plaques ou aux questions sur la présence d'aluminium dans les produits.

"En cas d'hésitation, de doutes, d'interrogations, toutes les personnes qui ne font pas partie de celles qui sont, par essence, hostiles à la vaccination, devraient trouver ici des réponses, et cela peut concerner aussi des professionnels de la santé", confirme le Dr Schirvel. L'idée ? "Proposer un **site de référence** à ceux qui cherchent une information rigoureuse", conclut Clément Brasseur.

## Professionnels non exclus

Certes, le site vise le grand public plutôt que les professionnels de santé. Mais il n'empêche : il prévoit aussi des aspects pratiques utiles pour eux. "En revanche, explique le Dr Schirvel, la vaccination des voyageurs n'est pas abordée ici, puisqu'elle est traitée de manière exhaustive sur le site de l'[Institut de Médecine Tropicale](#)."

### Et en quoi ce nouveau site peut-il être utile pour les professionnels PSE ?

Au prix d'un travail très énergivore, les **professionnels** PSE sont devenus des acteurs majeurs de la vaccination. "D'ailleurs, même lorsqu'ils ne vaccinent pas directement les enfants, le fait de rappeler aux parents les échéances vaccinales contribue à **lutter contre les 'oublis'** dans les familles où l'on opte pour une vaccination chez le médecin traitant", souligne le Dr Carole Schirvel.

Le nouveau site [www.vaccination-info.be](http://www.vaccination-info.be) fait partie des outils qui peuvent contribuer à réaliser la mission des PSE en matière de vaccination, par exemple en renforçant **la sensibilisation des parents** sur ce sujet. "En cas de refus de vaccination ou d'hésitation, il peut être utile de les aiguiller vers ce site, dont les coordonnées seront indiquées sur les flyers de l'ONE distribués aux parents par les services PSE et centres PMS-CF, précise Clément Brasseur. Dans la rubrique 'Moments et milieux de vie', les parents trouveront un chapitre sur les 'vaccins à l'école'. On y rappelle entre autres l'importance de fournir une copie de la carte de vaccination au médecin scolaire et de penser à remettre l'autorisation de vacciner."

"Il est possible d'augmenter encore **la couverture vaccinale** et ce site peut y contribuer, estime le Dr Carole Schirvel. Par exemple, on sait que la modification du moment de prescription de la deuxième dose du RRO risque d'être compliquée à gérer. Dans ce cadre comme pour le reste, tout ce qui contribue à informer complètement les parents et les médecins est donc utile."

Autre intérêt du site, celui du rappel implicite d'une évidence parfois perdue de vue : la médecine scolaire propose **un moyen facile, sûr, fiable et gratuit de bénéficier de la prévention vaccinale**. Une chance qu'il n'est pas inutile de souligner...

## PIPSA

## Le numérique

Pourrait-on imaginer se passer d'Internet et des réseaux sociaux à l'heure actuelle ? Non, évidemment ! Ces outils font désormais partie intégrante de la vie des adultes et des jeunes. Nous les utilisons pour créer et maintenir des relations, partager des informations, tchatter et participer à des échanges virtuels.

Comme tout outil, ils présentent des avantages et des inconvénients dans leur(s) utilisation(s). Les ressources présentées ci-après permettent d'en parler avec les jeunes.

### Faites le mur

L'animation propose aux jeunes de se mettre dans la peau d'élèves d'une école fictive où il est permis d'écrire sur le mur. Ils sont confrontés à diverses situations et problématiques dont les conséquences seront visibles sur le mur.





Le débriefing permet de faire l'analogie avec les réseaux sociaux.

Public : fin primaire

### Internet et moi : questions d'usage(s) ?

Un support de cartes-questions, très simples d'utilisation, pour débattre entre jeunes.



"Qu'est-ce que tu partages le plus sur Internet ? Raconte" ; "Quels sont les plus grands dangers d'Internet pour toi ? Explique" ; "La e-réputation, qu'est-ce que c'est pour toi ?" ; "Se faire harceler sur Internet et les réseaux sociaux. Ça se passe comment ? Comment agir ?" ; "Tout éteindre avant de se coucher, possible ? Pas possible ? Explique"...

Le jeu peut amener à proposer une séquence informative relative aux usages d'Internet et des réseaux sociaux, basée sur les questions/pratiques problématiques des jeunes identifiées lors du jeu.

Public : à partir de 12 ans

### i Respect



Outil pour réfléchir sur la sécurité en ligne et particulièrement la notion de vie privée.

Dix activités, chacune basée sur une capsule vidéo, présentent une situation concrète du quotidien des jeunes et trois (ou quatre) déroulements possibles parmi lesquels ils doivent choisir.

Téléchargeable.

Public : 10-14 ans

Cet outil a obtenu un [coup de cœur](#) lors de son évaluation par

PIPSa.

### Cyber@TIC'tudes

L'outil, via des activités et des vidéos d'improvisation, veut favoriser l'acquisition de comportements responsables vis-à-vis des GSM et des réseaux sociaux.

Il aborde : le droit à l'image, le cyberharcèlement, la cybersexualité, les réseaux sociaux, la sécurité des TIC, les jeux vidéo et en réseau et les attitudes positives des jeunes.

Téléchargeable.

Public : à partir de 12 ans, certaines activités sont accessibles aux personnes porteuses d'un handicap mental léger.

Cet outil a obtenu un [coup de cœur](#) lors de son évaluation par PIPSa



### Et toi, t'en penses quoi ?



Animation-débat (frasbee) entre ados autour de leurs représentations des réseaux sociaux. Le frasbee consiste à lancer des phrases, à la façon des frisbees, pour susciter un débat entre les participants.

Matériel, fiche d'animation, repères théoriques thématiques, ressources complémentaires sont fournis.

Public : 14-18 ans, méthodologie accessible aux petits lecteurs et personnes porteuses de handicap mental léger.

Téléchargeable.

### Vous avez utilisé un outil ? Qu'en pensez-vous ?



Qu'en avez-vous pensé ? Etait-il adapté à votre groupe ? Quels aménagements avez-vous dû réaliser ?  
Votre avis peut intéresser des collègues !

Rendez-vous sur [www.pipsa.be](http://www.pipsa.be), entrez le nom de l'outil que vous avez utilisé, onglet « avis des utilisateurs » et laissez un commentaire.

Les futurs utilisateurs de cet outil vous remercient !

Vous souhaitez aborder des thématiques particulières ? Vous travaillez avec des publics spécifiques ? Vous souhaiteriez être orienté.e.s dans le choix d'outils intéressants ? N'hésitez pas à nous le faire savoir via le [formulaire de contact](#) ou par mail [info@pipsa.be](mailto:info@pipsa.be).



Avec le soutien de



« Promouvoir la santé à l'école » est réalisé par le Service de promotion de la santé / Question Santé asbl  
Rue du Viaduc 72 - 1050 Bruxelles - Belgique



T +32 (0)2 512 41 74  
F +32 (0)2 512 54 36



[www.questionsante.org](http://www.questionsante.org)  
[info@questionsante.org](mailto:info@questionsante.org)

L'asbl Question Santé est un acteur reconnu dans le domaine de la santé, en matière d'information, d'éducation, d'animation, de gestion de projet et de communication. Elle met en débat les enjeux individuels et collectifs de la santé et les traduit en projets et outils, accessibles à des publics variés. Intégrée dans de multiples réseaux d'acteurs institutionnels et de terrain, Question Santé s'appuie sur une équipe pluridisciplinaire, à l'écoute des besoins du terrain et des évolutions sociétales.

Responsable Newsletter : Marinn Trefois

Conseil de rédaction : Fabienne Henry, Sophie Lefèvre, Mélanie Royen, Bernadette Taeymans

*Les articles non signés sont de la rédaction. Les articles signés n'engagent que leur auteur.*

Editeur responsable : Benoît Parmentier - chaussée de Charleroi 95 B - 1060 Bruxelles

Copyright © 2019 Question Santé asbl - All rights reserved.