



Les
Semeurs
de
Santé

Plaidoyer

pour une approche
collective de la santé



Retour sur le succès d'une expérimentation



Éditorial

Et si l'avenir de la santé reposait sur sa dimension collective ? C'est le pari que nous avons choisi de relever dans le cadre de l'expérimentation menée sur le territoire de Lorient-Quimperlé.

Nous avons choisi trois communes rurales et insulaires considérées comme plus fragiles que les autres en raison de leur isolement géographique et de l'état de santé de leur population : Gourin, Scaër et Groix.

Dans ces communes, nous avons expérimenté de nouvelles manières de créer du lien entre les habitants. Notre objectif était non seulement d'améliorer l'état de santé de ces populations mais aussi, et surtout, d'anticiper son vieillissement.

Dans les prochaines années, il sera de plus en plus difficile de mobiliser les professionnels pour traiter toutes les situations complexes, *a fortiori* dans les communes isolées. Cette approche représente un coût financier trop important pour la collectivité. C'est pourquoi il est urgent de réinvestir une approche collective de la santé.

C'est dans cette perspective que les Semeurs de santé ont été imaginés. Pendant quatre ans, les habitants de Gourin, Scaër et Groix ont su créer de nouveaux espaces de solidarités et d'échanges qui leur permettent de préserver leur santé. Car se connaître et s'entraider, c'est vivre mieux et plus longtemps, tout simplement.

« Nous considérons que les personnes vivant sur un territoire sont les plus à mêmes de construire des réponses adaptées à leurs besoins »

Hélène Denoual

Cheffe de projet de la Plateforme d'éducation thérapeutique Lorient-Quimperlé et coordinatrice des Semeurs de Santé

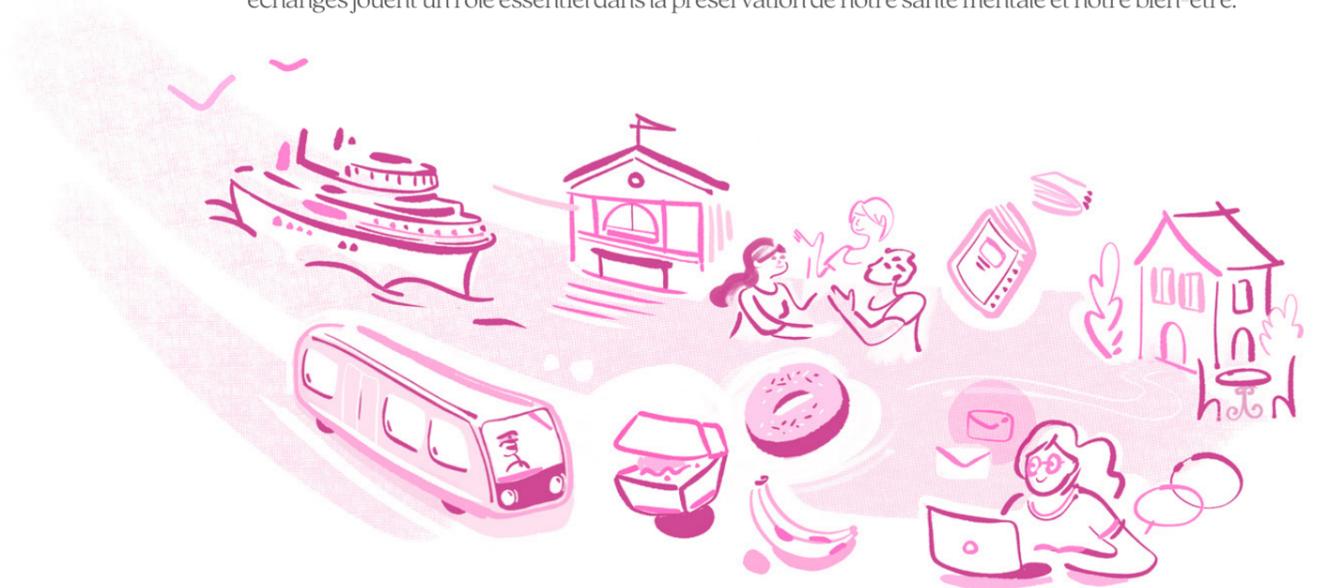
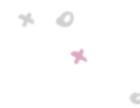


Être en bonne santé, ça veut dire quoi ?

Être en bonne santé c'est se sentir bien dans son corps et dans sa tête, dans ses relations avec les autres et dans l'endroit dans lequel on vit.

Contrairement aux idées reçues, notre état de santé ne repose pas uniquement sur des facteurs génétiques personnels. Il se joue à travers de nombreux autres paramètres, qu'on appelle déterminants de santé.

Ces déterminants, ce sont tous les aspects de notre vie quotidienne : notre logement, notre alimentation, notre travail etc. Ce sont eux qui nous permettent de préserver notre santé. Par exemple, c'est avoir accès à un logement qui ne soit pas humide. C'est pouvoir acheter des légumes cultivés sans produits phytosanitaires. C'est encore tous les échanges que nous avons avec nos voisins, nos collègues et nos proches. Comme l'a révélé la pandémie de Covid-19, ces échanges jouent un rôle essentiel dans la préservation de notre santé mentale et notre bien-être.



80% de notre état de santé est **déterminé par notre environnement physique et social, nos habitudes et conditions de vie.**¹

¹ Source : ARS Pays de la Loire, Ensemble promouvoir la santé en Pays de la Loire, 2019.

La promotion de la santé, c'est quoi ?

Ces dernières années, on a constaté une augmentation des inégalités de santé liées au genre de la personne, à son niveau de revenu et à son lieu de vie. Des pathologies directement liées à notre environnement physique et social ont également fait leur apparition. Il y a donc urgence à développer une approche de la santé basée sur la **réduction des inégalités**. C'est précisément ce que cherchent à accomplir les dispositifs de **promotion de la santé**.

La promotion de la santé est reconnue au niveau international, national et régional.

La Charte d'Ottawa,

signée par la France en 1986, stipule qu'une intervention de promotion de la santé est considérée comme efficace à partir du moment où elle contribue effectivement à renforcer la capacité d'un individu ou d'un groupe à agir sur les déterminants de la santé.

La loi de modernisation de notre système de santé¹

de 2016 fait du renforcement de la prévention et de la promotion de la santé l'un des trois grands objectifs nationaux à poursuivre.

Le projet régional de santé de Bretagne²

de 2018-2022 a pour ambition de faire en sorte que les principes de promotion de la santé soient mieux communiqués aux acteurs, que les actions de prévention et de promotion de la santé soient renforcées, notamment à destination des personnes fragiles [...], et que plus de visibilité soit donnée à ces actions.

Les contrats locaux de santé³

fixent des objectifs spécifiques aux territoires afin que les politiques de santé soient adaptées à ces espaces et à leurs particularités. La promotion de la santé y occupe une place importante.

Malgré cette reconnaissance, les dispositifs de santé axés sur la réduction des inégalités suscitent encore trop peu l'attention des pouvoirs publics.

« Les Semeurs de Santé s'inscrivent dans un processus de promotion de la santé au sens où ils cherchent non seulement à améliorer la santé des individus mais aussi, et surtout, à faire en sorte qu'ils se saisissent pleinement des déterminants de santé. »

Marie-Renée Guevel

Maitresse de conférences à l'École des Hautes Études en Santé Publique (EHESP)



¹ Article 1^{er} de la loi n°2016-41 du 26 janvier 2016 de modernisation de notre système de santé.

² Projet régional de santé Bretagne 2018-2022 établi selon le décret du 26 juillet 2016 (n°2016-123).

³ Contrat local de santé du pays du Centre Ouest Bretagne (2017-2022), contrat local de santé du pays de Quimperlé (2021-2026) et contrat local de santé des îles du Ponant (2016-2022) disponibles sur <https://www.bretagne.ars.sante.fr/contrats-locaux-de-sante-19>.

Quelle est la méthode expérimentée par les Semeurs de Santé ?

Il peut nous sembler difficile d'agir sur tous les déterminants de notre santé. Nous pensons n'avoir ni les connaissances, ni le pouvoir de changer les choses.

Pourtant, nous pouvons tous agir ensemble, à notre échelle. En effet, promouvoir notre santé ne signifie pas uniquement renforcer notre capacité à agir seul. Au contraire ! Il s'agit de développer nos capacités à coopérer.

Nous partons du principe que les citoyens, professionnels, associations et élus locaux disposent déjà des ressources et des compétences nécessaires.

Nous sommes là uniquement pour mettre en valeur l'existant. En cela, l'approche que nous défendons se rapproche de celle défendue par l'éducation thérapeutique.

Nous n'agissons pas « à la place de » mais « avec ». Nous accompagnons les individus et territoires éloignés à transformer leurs idées en actions. Toutes les activités que nous proposons sont co-construites avec eux. Nous veillons à recueillir l'avis de chacun et à intégrer les projets des communes dans notre démarche d'intervention.

L'éducation thérapeutique aide les patients à acquérir ou maintenir les compétences dont ils ont besoin pour gérer au mieux leur vie avec une maladie chronique.

« On oublie à quel point nos liens avec la communauté, et la qualité de ces liens, fondent notre santé et notre sécurité collective. »

Tanguy Hoanen,
Formateur à l'Escargot migrateur





Qui sommes-nous ?

Nous sommes un collectif d'habitants, de professionnels, d'associations et d'acteurs publics réunis autour d'un but commun : améliorer l'état de santé des populations souffrant le plus des inégalités sociales et territoriales.

Parmi nos membres fondateurs figurent : l'Agence régionale de santé Bretagne, l'école des Hautes Études en Santé publique, France Assos Santé Bretagne, l'Escargot Migrateur, la Plateforme d'Éducation Thérapeutique du Patient (ETP) de Lorient-Quimperlé portée par Cap autonomie Santé.

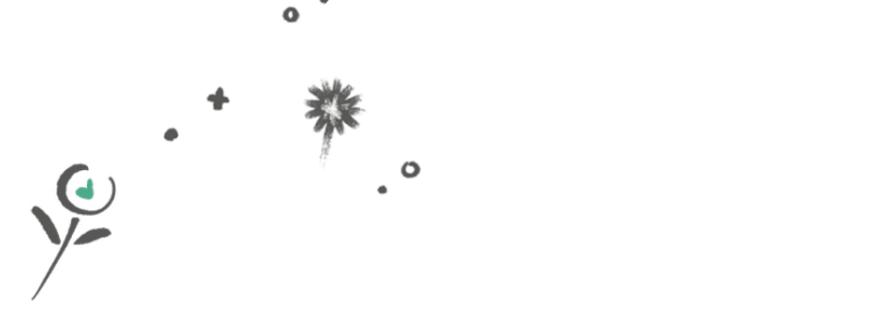
Nous comptons également des collectifs locaux, constitués d'habitants, associations, élus et professionnels des communes de Gourin, Scaër et Groix. Ces collectifs locaux sont accompagnés par deux coordinatrices salariées.



Où intervenons-nous ?

Nous intervenons sur le territoire de Lorient-Quimperlé, au sein de communes rurales et insulaires.

Ces communes sont considérées comme plus fragiles que les autres en raison de leur isolement géographique et de l'état de santé de leur population. Leurs habitants souffrent de problématiques de santé plus importantes (isolement social, population vieillissante, prévalence des maladies chroniques comme le diabète et l'hypertension artérielle).



Quelle est notre Histoire ?

Elle est née du constat que les dispositifs de santé existants ne suffisaient pas à résoudre les inégalités de santé sur ces communes.

Présents depuis plusieurs années sur le territoire de Lorient-Quimperlé, nous avons à coeur d'imaginer une nouvelle manière de réduire les inégalités de santé. En 2016, nous avons constitué notre collectif et déposé notre dossier de réponse à l'appel à projet national relatif à l'accompagnement à l'autonomie en santé. Lauréats, nous avons bénéficié d'un accompagnement financier de cinq ans afin de mener à bien notre expérimentation. Une vraie chance pour notre collectif ! Ce temps long nous a permis de renforcer la relation de confiance avec les acteurs locaux et de leur proposer un accompagnement pérenne. Il était également nécessaire pour laisser le temps aux individus de se développer en tant que collectif, de faire émerger une dynamique et de se positionner sur des projets communs.



Que faisons-nous ?

Nous donnons aux habitants de communes isolées le pouvoir d'améliorer leurs conditions de vie.

Notre accompagnement portait initialement sur l'autonomie en santé mais il s'est très rapidement élargi à la coopération. Sur ces deux aspects, nous apportons un appui méthodologique, humain et budgétaire. Cet appui est le socle de notre démarche.

Quelles activités proposons-nous?

Pour se réappropriier les savoirs en matière de santé :

Nous organisons des ateliers sur la confiance en soi et des réunions d'information pour comprendre les droits en santé. Ces ateliers permettent de comprendre l'impact de notre environnement sur notre santé et de disposer des connaissances nécessaires pour se sentir légitimes à parler de santé.

Pour se connaître et échanger :

Nous organisons des journées de théâtre forum, des événements festifs et des temps d'échanges autour d'un café. Ces temps de rencontres permettent de fédérer les habitants et facilitent la création d'un collectif local.

Pour se structurer en collectif :

Nous accompagnons les habitants, associations, professionnels et élus locaux dans la création de collectifs locaux. Nous les formons aux pratiques coopératives pour qu'ils puissent, ensuite, être en mesure de porter une action collective.

Pour porter une action collective :

Une fois le collectif constitué, ses membres sont aptes à porter ensemble une action collective pour améliorer leurs conditions de vie et transformer leur environnement proche. Nous les accompagnons pour faire émerger les projets qu'ils ont choisis. Concrètement, nous les aidons dans la recherche de financements, l'organisation de réunions et le maintien de la dynamique collective.

Toutes nos activités ont lieu sur la commune, sont gratuites et ouvertes à tous.

« Les usagers viennent car c'est facile d'accès pour eux, c'est à côté de chez eux, c'est à Groix, Gourin ou Scaër. Ils viennent pour ça. Parce qu'on agit au niveau des communes, à leur échelle de vie. »

Maud Le Ridant

Chargée de mission, France Assos Santé Bretagne



Scaër

La commune de Scaër a la particularité d'être la troisième plus grande commune de France. Les Scaërois rencontrent des difficultés à se rencontrer sur un territoire rural aussi vaste. C'est pourquoi, ils ont décidé d'organiser des cafés-papotes dans les différents quartiers de la commune. Le premier a connu un grand succès : 80 personnes se sont déplacées au printemps 2022.

« Grâce aux Semeurs, je suis beaucoup plus légitime à porter des actions autour du lien social. Je ne suis plus la seule à y croire. Car oui, savoir qu'on n'est pas seul, qu'on a quelqu'un dans le quartier sur qui compter : tout cela contribue au bien-être. »

Michèle Le Gall

Habitante de Scaër et animatrice de la Maison des Jeunes et de la Culture (MJC)

Les Semeurs deviennent ce que les habitants en font.

Gourin

À Gourin, les habitants ont exprimé leur besoin de se retrouver plus souvent et d'organiser un temps festif collectif pour que les associations locales puissent présenter leurs activités. Au-delà du temps de partage qui est proposé, il s'agit d'inciter les Gourinois à s'investir dans une pratique artistique, culturelle ou sportive afin de créer plus de liens.

« La création de lien social, ce n'est pas palpable au début pour les élus ! Il faut du temps pour que les projets naissent, que les liens se forment et que la confiance s'établisse. »

Catherine Henry

Habitante et élue de Gourin

Groix

À Groix, quarante habitants, sur les 2 000 que compte la commune, ont été formés aux pratiques coopératives. Cette formation leur a permis de se constituer sous forme de collectif et d'être outillés pour impulser leurs propres actions. Ils ont réalisé qu'ils étaient nombreux à avoir eu des difficultés à faire face à la mort de l'un de leurs proches. Ils ont alors souhaité organiser des rencontres mensuelles sur leur île, les Cafés mortels, pour sortir la mort du silence et partager leurs expériences respectives.

Groix

« J'aurais eu plus de freins à me lancer dans le projet Cafés mortels s'il n'y avait pas eu la formation à la coopération ! »

Anne Helaouët

Habitante de Groix et orthophoniste

Raisons de nous soutenir



Les
Semeurs
de
Santé

Au fait, pourquoi Les Semeurs de Santé ?

Nous considérons que le temps long est primordial à notre démarche. Un arbre qui grandit, cela prend du temps ! Les graines que nous semons sur les territoires mettent plusieurs années à pousser. Parce qu'elles sont toutes différentes, certaines ont besoin de plus de temps que d'autres.

Ce sont ensuite aux jardiniers d'en prendre soin. Ils veillent à l'entretien du jardin partagé qu'ils ont contribué à créer. Fins connaisseurs de leur terrain, ils sont les plus à même de décider, collectivement, des futurs semis à planter.

De notre côté, nous demeurons toujours présents pour aider à l'entretien du jardin. Nous apportons les outils qui manquent. Nous conseillons nos jardiniers en herbe et nous les accompagnons dans la recherche de nouvelles graines.

« L'intérêt des Semeurs, c'est le temps long.
Si on veut qu'un projet s'intègre localement,
il faut du temps long et le financer. »

Claire Lerouvreur
Chargée de mission Éducation
thérapeutique du patient,
Agence régionale de santé Bretagne



Parce que nous contribuons à **réduire les inégalités sociales et territoriales de santé** en intervenant sur des communes isolées géographiquement et qui connaissent des problématiques de santé plus importantes que les autres.

Parce que nous contribuons à **renforcer les liens entre les individus** et à recréer des espaces collectifs de débats.

Parce que nous proposons une méthodologie et des **outils transférables**.

Parce que nous contribuons à **améliorer la participation des habitants** aux politiques publiques qui touchent à leur santé.

Parce que nous fournissons un **espace d'échanges** neutre et sécurisant aux collectifs locaux.

Parce que nous avons **un ancrage local fort** et contribuons au développement des communes sur lesquelles nous intervenons.

Parce que c'est une **expérimentation de terrain**, couplée à une **évaluation scientifique**.

Parce que le collectif est porté par des **acteurs institutionnels, des professionnels reconnus et des citoyens engagés**.

Parce que nous contribuons à renforcer la **souveraineté sanitaire** du territoire de Lorient-Quimperlé.

Parce que nous nous adaptons constamment aux besoins et que notre accompagnement a vocation à **s'installer dans la durée**.



Les
Semeurs
de
Santé

Que voulons-nous ?

Nous enraciner

Notre expérimentation ne peut pas s'arrêter en si bon chemin !

Continuer

Notre accompagnement est essentiel pour permettre aux dynamiques locales de se maintenir.

Essaimer

Notre méthode doit pouvoir être déployée dans d'autres territoires.

Vous êtes habitant ou acteur associatif ?

Vous avez envie de vous lancer dans une aventure similaire ? Vous souhaitez créer votre propre collectif sur votre commune ? Vous souhaitez parler de ce projet avec votre mairie ? N'hésitez pas à nous contacter !

Nous vous fournirons conseils et outils pour réussir à mobiliser autour de vous.

Un guide pratique et la synthèse du rapport d'évaluation de l'École des Hautes Études en Santé publique sont également à votre disposition.

L'équipe des semeurs de santé : Hélène Denoual, Claire Cornelissen et Camille Astier

Nous contacter : coordination-etp@capautonomiesante.bzh • 02 97 87 70 33

