



# !info trepoline

PRÉVENTION ET TRAITEMENT DES ASSUÉTUDES



Dans ce numéro:

## RE-SOURCES... 25 ANS DE PREVENTION

Asbl Trepoline- 3 Grand Rue à 6200 Châtelet - contact : +32 71 40 27 27

[info@trepoline.be](mailto:info@trepoline.be)

[www.trepoline.be](http://www.trepoline.be)

N° entreprise : 0431.346.924

N° Convention INAMI : 7.73.012.78



## Qui sommes-nous?

L'asbl Trempline est une communauté thérapeutique qui accueille les personnes confrontées à des problèmes liés à des consommations de drogues légales ou illégales.

La vocation de Trempline est d'accompagner des personnes ayant des comportements de dépendance aux drogues dans un processus d'apprentissage basé sur l'expérimentation et l'entraide afin qu'elles puissent devenir autonomes et s'insérer en société.

## Où nous retrouver?

### Premier Contact et Admissions:

du lundi au vendredi de 9h00 à 12h00  
ou sur rendez vous

25, Rue Grégoire Soupart  
B6200 Châtelet

Tel : +32 (0) 71 40 27 27

Fax : +32 (0) 71 38 25 92

[premiercontact@trempline.be](mailto:premiercontact@trempline.be)

### Siège administratif:

du lundi au vendredi de 8h30 à 17h00

3, Grand Rue  
B6200 Châtelet

Tel : +32 (0) 71 40 27 27

Fax : +32 (0) 71 38 78 86

[info@trempline.be](mailto:info@trempline.be)

### Trem'Use:

Accueil: sans rv et sans condition: les jeudis et vendredis de 9h00 à 16h00.

Programme communautaire: sur rendez-vous—071/22 05 55 ou [trempose@trempline.be](mailto:trempose@trempline.be)

## Quand nous rendre visite?

Sur rendez-vous au 071/40 27 27 ou sur demande écrite à [sv.resources@trempline.be](mailto:sv.resources@trempline.be)

Pour information, les visites institutionnelles mensuelles 2019 auront lieu les vendredis:

25/1, 22/2, 29/3, 26/4, 17/5, 28/6, 27/9, 18/10, 29/11



Rejoignez-nous !



@asblTrempline



# Edito

NATACHA DELMOTTE, DIRECTRICE GÉNÉRALE

*Force est de constater que malgré les avertissements, les interdits, les discours soutenus, les informations sur le sujet, les assuétudes semblent continuer leur avancée...*

*Une question, dès lors, me taraude... n'arrivons-nous pas, peut-être, trop tard avec ces discours et informations ?*

*Qu'en est-il de la prévention ? Se doit-elle d'être précoce ? Qui doit-elle viser ?*

*Au travers de l'évolution de nos sociétés, j'ai la conviction que la prévention et la communication se doivent d'être présentes dès le plus jeune âge.*

*Depuis plus de 20 ans, l'ASBL Trempoline a conscientisé cette nécessité et a développé une prévention globale qui intègre tous les acteurs de terrain.*

*Forte de cette idée, Trempoline a développé un service de formation RE-Sources qui intervient notamment sur deux plans : en formations internes pour la formation continuée du personnel de Trempoline et en formations externes pour intervenants sociaux, enseignants, éducateurs, parents, personnel judiciaire, ...*

*Nous devons conscientiser qu'une société, exclusivement, centrée sur une approche curative ou post-curative serait trop réductrice, la prévention est aussi notre avenir...*

*Après des années d'expérience dans le domaine, nous avons souvent constaté que la prévention basée sur la peur ou les interdits ne rencontre pas les effets attendus. Nous oublions trop souvent que la parole de la personne et son ressenti sont centraux dans la préven-*



## Sommaire :

P3: Edito, N. Delmotte

P5: Les « Trempo-Brèves »:

P6: Prévention à Trempoline, comment se décline-t-elle?

P9: Re-Sources en chiffres

P10: Apprendre à faire face avec Re-Sources

P12: Re-Sources dans les écoles

P14: A la découverte de nos travailleurs/euses: Anne Gérard

P17: Donnons la parole à nos résidents

P20: Nos projets

P23: Dans les numéros précédents

*tion et dans l'apprentissage d'autres comportements or la peur et les interdits peuvent empêcher cette parole de se libérer.*

*Nous devons, par conséquent, nous tourner vers une toute autre approche et comprendre la richesse d'une prévention axée sur le débat, la communication et le développement des compétences psychosociales.*

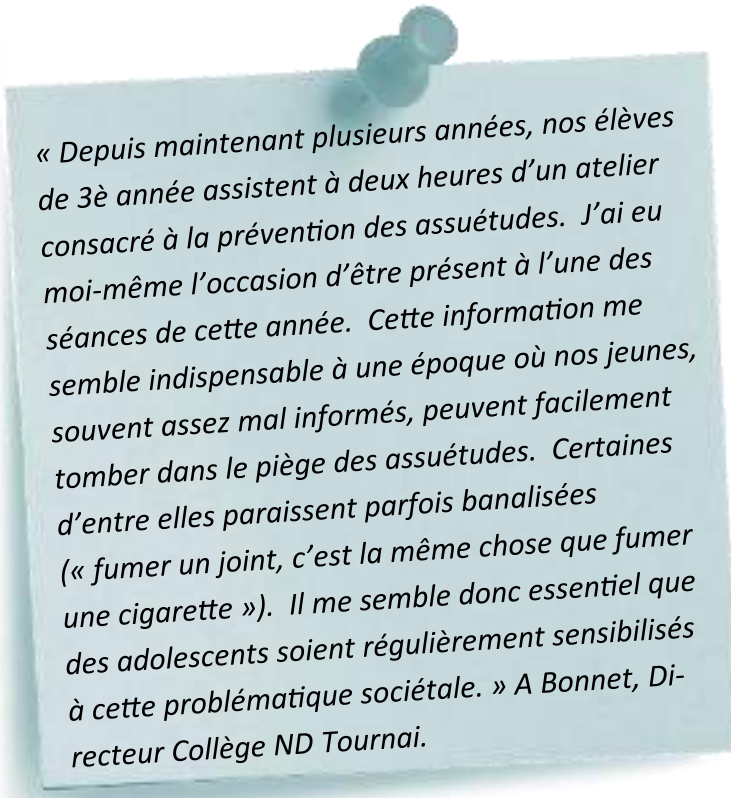
*De ce questionnement en naît un autre : serait-il judicieux de prévenir toutes les assuétudes de la même manière et de faire de la prévention selon un même schéma avec tous les publics ? Nous pensons que cela utopique et peu productif.*

*Le cannabis, l'alcool, les réseaux sociaux ou les autres formes de dépendance ont poussé Trempoline à vouloir mieux comprendre la condition adolescente ainsi que le processus de dépendance en lien avec ce public.*

*Comment pouvons-nous aborder les adolescents dans le cadre de la prévention des assuétudes ?*

*Que faire devant cette phrase devenue quelque peu mythique de nos ados « t'inquiète...je gère »?*

*Pour beaucoup de personnes, trop souvent, la prévention semble se résumer à quelques photos choc et des phrases quelque peu culpabilisantes. En faisant cela, nous pouvons nous demander si nous avons atteint notre objectif ou si vous avons, juste, voulu nous donner bonne conscience sans une réelle remise en question des messages véhiculés par la société ?*



*« Depuis maintenant plusieurs années, nos élèves de 3<sup>e</sup> année assistent à deux heures d'un atelier consacré à la prévention des assuétudes. J'ai eu moi-même l'occasion d'être présent à l'une des séances de cette année. Cette information me semble indispensable à une époque où nos jeunes, souvent assez mal informés, peuvent facilement tomber dans le piège des assuétudes. Certaines d'entre elles paraissent parfois banalisées (« fumer un joint, c'est la même chose que fumer une cigarette »). Il me semble donc essentiel que des adolescents soient régulièrement sensibilisés à cette problématique sociétale. » A Bonnet, Directeur Collège ND Tournai.*

*Bannissons la pensée unique, première barrière à toute forme de prévention et aidons nos jeunes et moins jeunes à sortir du clivage du « like » ou « pas like ».*

*Tout va vite aujourd'hui, alors je vous propose de refuser cette « immédiateté » dans laquelle on essaye de nous placer et de prendre le temps de découvrir les articles de ce nouveau numéro de notre Trempoline Info. Ceux-ci pourront, peut-être, prolonger votre réflexion ou tout simplement susciter une certaine curiosité.*

*Bonne lecture, Natacha.*

# Les « Trempo-Brèves »

FABIENNE VANBERSY



Ré-affectation du bâtiment dit “La Chapelle” en bureaux et salles de réunion afin d’accueillir nos services “Admissions” et “Ambulatoires”.



*“En visite ce matin à l’asbl Trempoline de Châtelet, j’ai été particulièrement ému par le témoignage d’une des résidentes : « Ici, on entre en pleurant et on repart en pleurant mais pas pour les mêmes raisons ». Un hommage touchant aux équipes qui bossent au quotidien pour combattre les assuétudes... Plus que jamais, il ne faut laisser personne au bord du chemin ! ”*

Christophe Clersy, Député Wallon



**Tous les messages reçus de nos visiteurs, staffs et résidents (es) à l’occasion de nos 30 ans, sur une banderole accrochée dans notre hall d’entrée.**



# La prévention des assuétudes à Trempline: comment cette thématique se décline-t-elle?

Dans la société actuelle, beaucoup de jeunes seront un jour confrontés aux produits psychotropes (tabac, alcool, cannabis, ...). Les professionnels qui les encadrent sont donc de plus en plus confrontés à cette question sans pour autant être toujours bien outillés pour s'en saisir et essayer d'agir en fonction des comportements des élèves.

Parmi les actions à mettre en œuvre par rapport à la question des assuétudes, la prévention est un élément essentiel. Pourtant toute prévention n'est pas bonne à faire... (voir à ce sujet les études de De Haas, Schuurman, 1975, sur l'impact des différents types de prévention sur les consommations futures).

Agir en amont des premières consommations lorsque c'est possible, faire prendre conscience des enjeux de la prise de produits, amener les jeunes à chercher de l'information correcte et complète mais aussi à avoir des comportements et des attitudes saines, tels sont les enjeux actuels de la prévention des assuétudes.

**Trempline propose une panoplie d'outils pour accompagner** les structures désireuses de mettre en œuvre des actions de prévention efficaces. De la conférence aux formations destinées à outiller les professionnels en passant par différents programmes de prévention.

La perspective proposée est celle de la prévention globale et intégrée centrée sur le jeune qui vise son autonomisation et sur son développement dans son milieu de vie.

Le service RE-Sources travaille depuis de nom-

breuses années avec différentes équipes éducatives, du non-marchand ou des services publics pour apporter à leur personnel des outils utiles au quotidien dans le travail avec leurs bénéficiaires.

Elles se regroupent autour de 2 grands thèmes, la prévention des assuétudes et le travail social et éducatif avec des personnes.

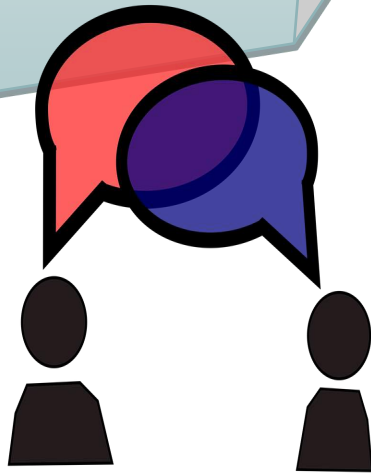


**Nos interventions au sein des établissements scolaires se concentrent sur 3 publics :**

- A. Les équipes éducatives avec des formations sur différentes thématiques comme :
- ◇ Comment réagir face à une consommation de drogues ?
  - ◇ Se former au programme « Unplugged », un programme de prévention pour les 12-14 ans.
  - ◇ Etre acteur en matière de prévention des assuétudes au sein de son établissement.
  - ◇ Fixer des règles en matière de consommation et les faire appliquer.
  - ◇ ...et selon les demandes.

Ces formations se retrouvent pour la plupart dans différents catalogues de formations.

« Une formation très constructive:  
Réflexion. Explications claires.  
Exemples concrets. Ouverture et  
soins de la formatrice.  
Merci ! »



### **B. Les jeunes de 12 à 18 ans**

Le service Re-Resources propose des séances ( ateliers ) de sensibilisation et d'information interactives de 2 heures.

Ces ateliers sont l'occasion d'amorcer un dialogue avec les élèves au sujet des assuétudes (sensibilisation) et, souvent, un point de départ à la mise en place d'actions de prévention au sein de l'établissement scolaire.

### **C. Les parents**

Nous mettons sur pied des conférences, des soirées d'information ou des ateliers participatifs. On y traite des enjeux et des mécanismes de la consommation de produits, légaux ou non, afin qu'ils puissent trouver leurs propres clés d'intervention au quotidien avec leurs enfants. Permettre ou interdire ? Tolérer ou s'inquiéter ? En tout cas, dialoguer et communiquer.

**Nous intervenons également à la demande d'équipes de travailleurs sociaux avec des consommateurs.**

### **A. Travailler avec des personnes ayant des difficultés avec leurs consommations**

« Ils consomment: comment travailler avec eux? » : découvrir des techniques d'analyse et d'intervention vis-à-vis de ces personnes, travailler sur les représentations des professionnels par rapport à l'usage de drogues, l'acquisition de connaissances sur le phénomène consommation, sur la dépendance mais aussi sur la différence entre l'usage, l'abus et la dépendance ainsi que la découverte du réseau de prise en charge.



## **B. Mieux travailler grâce aux outils de l'approche communautaire(\*)**

Apprendre des techniques pour mieux travailler ensemble et avec les usagers comme l'écoute structurante et la confrontation bienveillante, les concepts de base de la communication, les réactions de base de l'être humain mais aussi les déterminants des relations

saines, la juste place aux émotions dans le travail pour soigner nos relations avec les usagers et les collègues, l'affirmation de soi en tant que professionnel ( pouvoir poser son cadre de travail et amener son interlocuteur à le respecter, ...).



**Nathalie Meert, Chargée de projets à RiseSmart Employability (Interim qui appartient à Randstad) témoigne après les animations organisées pour leurs candidats(es) à l'emploi.**

*« Notre équipe Risesmart Employability a suivi dans un premier temps la formation sur les assuétudes dispensée par Trempline.*

*En tant que professionnels de l'insertion, nous étions souvent confrontés à des publics pouvant présenter des "assuétudes" et parfois, assez démunis face à ces candidats. Cette formation nous a sensibilisés et nous avons appris à décoder certains comportements ou attitudes sans rentrer dans les stéréotypes.*

*Par la suite, il nous a semblé important de faire intervenir Trempline au sein de nos sessions d'accompagnement en tant qu'expert sur le sujet des assuétudes. Les retours de nos candidats sont très positifs et nous permettent par la suite d'échanger plus librement sur les sujets délicats. »*

(\*) L'approche communautaire = la communauté comme méthode: usage ciblé de la communauté pour apprendre aux individus à utiliser la communauté pour se transformer eux-mêmes.

Pour en savoir plus sur cette approche, voir les travaux et livres écrits par Georges de Leon (Center for Therapeutic Community Research @ NDRI Clinical Professor of Psychiatry; NYU School of Medicine ) et notamment « L'Approche Communautaire, éléments essentiels et adaptations aux populations particulières et aux environnements », présenté à la conférence annuelle du FADAA/FCCMH en Août 2013 à Orlando en Floride.

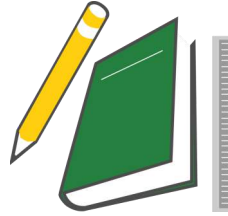


# Re-Resources en chiffres...

RAPPORT 2018



48



Journées de formation



26 supervisions pour

33 personnes



591

animations pour

1820 élèves



L'équipe Re-Resources organise également des modules de formation sur mesure (durée variable, horaires adaptables) en fonction de l'analyse des besoins d'une équipe.

# En prévention, apprendre à faire face avec RE-Sources...

Dans une société de toutes les possibilités comme la nôtre, la consommation d'alcool et autres drogues peut s'inviter dans toutes les institutions, ce qui parfois peut représenter un enjeu pour la sécurité, la qualité ou tout simplement la santé des personnes qui en font partie.

Face à ce constat, nous proposons aux intervenants de les aider à mieux faire face à ces situations.

**RE-Sources propose d'accompagner, soutenir et former les personnes et équipes face aux situations de consommation qui posent question dans leur travail.**



*Que faire avec les élèves qui fument dans la cour de l'école ?*

*Comment aider un jeune qui arrive régulièrement sous influence aux activités proposées ?*



**ALCOOL  
DROGUE**



RISQUEZ PAS UN ACCIDENT  
NE BOUVEZ PAS EN CONDUISANT

*Comment s'assurer de la sécurité sur le lieu de travail quand certains travailleurs peuvent avoir bu – ou consommé d'autres choses - avant ou pendant leur travail ?*



*Comment aborder et prendre en charge un jeune parent qui dit qu'il boit ou fume du cannabis quand on est un intervenant de l'enfance ou de la jeunesse ?*



*Lorsqu'une aide familiale /garde malade se rend au domicile d'une personne qui a des soucis avec sa consommation, comment peut-elle faire pour intervenir au mieux ?*

## Pour cela nous leur proposons de travailler selon 4 axes d'actions différents :

- ⇒ Réfléchir à la création d'un cadre favorisant la sécurité et le bien-être dans le respect des objectifs de l'institution ;
- ⇒ Accompagner la mise en œuvre des mesures qui feront vivre ce cadre ;
- ⇒ Travailler avec les professionnels autour des difficultés qu'ils rencontrent ;
- ⇒ Faire de la prévention pour éviter, dans la mesure du possible, que des situations problématiques ne se posent encore.

Nous proposons donc aux personnes de les accompagner dans la mise en place d'actions en leur apportant des outils, des temps de réflexion, une expertise via des formations, des journées de réflexion, l'accompagnement de leurs projets ou des supervisions.

Notre but est la mise en place d'actions pour que les professionnels puissent faire face aux situations qu'ils rencontrent dans leur contexte de travail.

**Laurie Provenzano, psychologue du CPAS de Châtelet, témoigne après 2 types d'animations, la première pour un groupe parentalité (1xan), la deuxième pour un groupe du projet « Activons-nous ! » (2xan):**

*« Notre collaboration avec Trempline s'inscrit à la fois dans une visée préventive et réflexive.*

*Pour notre groupe parentalité, les animations aident à mieux comprendre les aspects de consommation et de dépendance. Les mamans se sentent mieux armées. Elles ont une idée plus précise des attitudes qui seront aidantes et structurantes pour leurs adolescents ou futurs adolescents. Nos mamans sont demandeuses d'informations sur les comportements à risque. Cela les aide à trier les nombreuses croyances éducatives sur le sujet. Le dialogue et l'échange avec les animatrices de Trempline sont des atouts importants.*

*Pour notre groupe de recherche de projet « Activons-nous », les animations ont une visée plus réflexive autour des consommations et de l'emploi. Elles sont intégrées dans notre module « santé et travail ». Ces rencontres nous permettent d'informer notre public mais également de lui donner la parole. Pour certains, cela amène des prises de conscience et peut déclencher un vrai travail de fond.*

*Les animations sont respectueuses de la personnalité et du vécu de chaque personne. Pour nous, c'est une manière de favoriser la réflexion et la compréhension sans diaboliser.*

*Enfin, ces animations donnent l'occasion de rencontrer et de travailler avec un partenaire local. Cela facilite ainsi le relais dans l'accompagnement. En effet, les personnes qui ont participé aux animations sont moins craintives à l'idée de franchir la porte de « premier contact ».*

# Re-Sources dans les écoles...

NATACHA DELMOTTE, RESPONSABLE DU SERVICE RE-SOURCES À TREMPOLINE.

Nos modules de « prévention globale et intégrée : assuétudes » au sein des écoles peuvent être dispensés par un formateur ex-toxicomane et/ou un formateur accompagné d'une personne ex-toxicomane. Il est avéré que ces témoignages ne sont pas « contre-productifs ».

En effet, ces modules de prévention ne sont pas dispensés sans réflexion. Ils sont construits sur une base pédagogique et s'appuient sur des références internationales tels que De Haas et Schuurman, Mentor International ou encore Unplugged – programme largement validé par l'Union Européenne au sujet de la pertinence de la prévention en milieu scolaire.

En outre, nos modules destinés aux jeunes sont sciemment nommés « Ateliers Jeunes » pour directement poser la dynamique dans les échanges que notre association préconise pour faire de la prévention.

Ces « Ateliers Jeunes » sont des modules de « prévention globale et intégrée » basés sur le vécu des adolescents:

Quelles sont les difficultés qu'ils rencontrent ? Quels sont leurs besoins en matière « d'estime de soi », de sentiment d'appartenance, ou encore leurs expériences dans le cadre de leurs premières relations amoureuses, de la quête d'identité, des tensions familiales, de l'école, ainsi que l'usage de drogue, d'alcool ou de tabac...

Lors de ces ateliers, l'accent est mis sur l'apprentissage de compétences psychosociales et sur « comment apprendre à ne pas avoir peur de dire « non », comment s'affirmer, s'accep-

ter et rester tel que l'on est...c'est très difficile pour un adolescent car c'est une période de bouleversements intenses (hormonal, physique, social, familial.....) et une période où il peut se montrer très influençable.

Les informations relatives aux drogues et leurs usages ainsi que le contenu des ateliers sont adaptés selon l'âge du public rencontré.

## Certaines raisons peuvent conduire à une consommation :

- Le plaisir,
- Le besoin d'être valorisé par le groupe,
- La curiosité,
- Le besoin d'exister,
- L'attrait de l'interdit,
- Le besoin d'appartenir à un groupe...
- Le danger est aussi présent lors des sorties des adolescents : boire et fumer pour se sentir moins timides et plus à l'aise, pour surmonter un stress...



De nombreux adolescents sont à la recherche de modèles d'identification indispensables pour l'élaboration de leur identité et pour leur permettre de se créer un système de valeurs personnel cohérent. En manque parfois de repères, ces jeunes ont tendance à se tourner alors vers des « modèles d'identification négative » car ils veulent avant tout, adhérer à un groupe d'appartenance et se sentir valorisés.

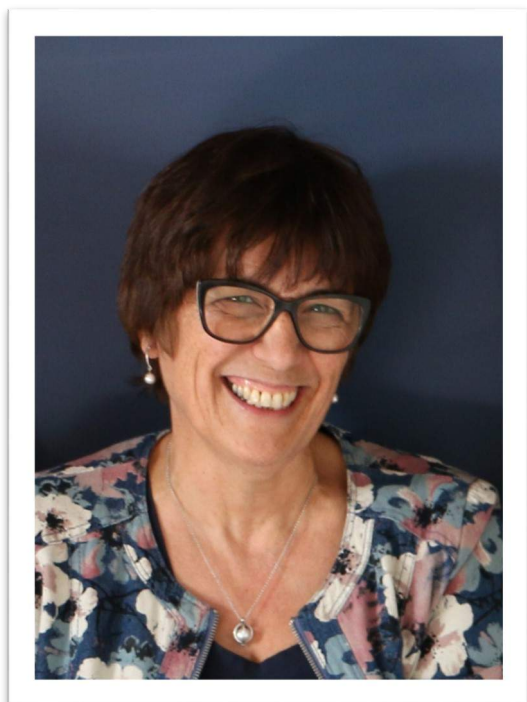
« J'ai commencé à fumer à cause de mes problèmes de famille, je ne savais pas gérer mon stress du coup j'ai fumé ». 17 ans

« J'ai commencé à consommer à l'âge de mes 17 ans. Je tiens à préciser qu'à 17 ans je ne connaissais pas le monde de la « drogue », je ne savais pas qu'on pouvait avoir accès aussi facilement à ce milieu. J'ai commencé à consommer à cause d'une « amie » qui m'a fait rentrer dans ce cercle vicieux sans fin. J'ai débuté à fumer car je voulais être accepté dans le groupe et j'étais mal dans ma peau. Mais je regrette tellement ce premier joint. Si je savais que cela aurait eu de telle répercussion, je ne l'aurais jamais fait ! » 20 ans

« J'étais à l'internat et j'ai commencé à fumer pour ne plus être seul et pour oublier le monde dans lequel je vivais, dans lequel je vis toujours d'ailleurs. » 17 ans

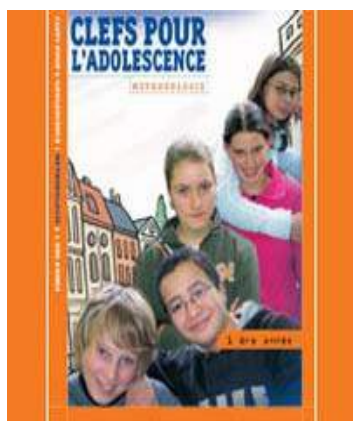
# A la découverte de nos travailleurs: Anne Gérard,

INTERVIEWÉE PAR CECILE DELMARCELLE.



*Anne Gérard, formatrice indépendante au service Re-Sources. Ancienne enseignante, elle nous parle de son parcours et de ses réflexions professionnelles qui l'ont amenée à travailler avec Trempline.*

Jeune enseignante, j'ai eu la confirmation de ce que j'avais déjà pressenti à titre personnel dans mes propres études : ce qui posait problème dans l'apprentissage cognitif, c'était tout ce qui avait un rapport avec les compétences psychosociales, c'est-à-dire tout ce qui est de l'ordre de l'intelligence émotionnelle. A ce moment, je travaillais dans l'enseignement qualifiant, de la première Accueil à la septième Professionnelle. J'avais des élèves en difficultés d'apprentissage scolaire. J'ai vite remarqué que c'était ces compétences en particulier qui manquaient plus que les compétences cognitives elles-mêmes.



Assez rapidement, j'ai eu l'occasion de me former à la méthodologie « Clés pour l'Adolescence ». C'est une méthodologie de prévention globale et intégrée que j'ai

utilisée avec mes élèves pendant plus de 25 ans. En première, on apprenait aux élèves à être dans la conscience du développement de leur corps, de tous ces changements du métabolisme qui entraînent aussi des variations d'humeur, des coups de colère, des coups de tristesse, ... Variations parfois difficilement compréhensibles pour eux si elles n'étaient pas remises dans cette perspective. On les accompagnait sur ce chemin d'apprentissage de toutes les compétences psychosociales (reconnues par l'OMS dès 1993) : savoir résoudre les problèmes et savoir prendre des décisions ; avoir une pensée critique et une pensée créative ; savoir communiquer efficacement et être habile dans les relations interpersonnelles ; avoir conscience de soi et avoir de l'empathie pour les autres ; savoir gérer son stress et savoir gérer ses émotions.

## **Comment es-tu arrivée chez Trempline ?**

A un moment de mon parcours d'enseignante, mon goût d'apprendre et de partager autour de cette intelligence émotionnelle a pris le pas sur le goût de partager autour de la matière que j'enseignais jusqu'alors et je n'ai pas trou-

vé d'autres alternatives que de quitter l'enseignement dont les réformes n'allaient pas du tout dans ce sens. J'ai choisi de me réorienter professionnellement, mais j'ai voulu continuer à travailler ces compétences-là. J'ai donc cherché un endroit où je pourrais allier intelligence émotionnelle et intelligence cognitive... c'est dans cet état d'esprit que j'ai vu la première annonce de Trempoline qui cherchait un formateur pour ses bénéficiaires au niveau d'un cours de remédiation Français – Mathématiques, dans le cadre d'une action subventionnée par le Fonds Social Européen. Je suis entrée chez Trempoline par ce biais.



Et puis, près de 2 ans plus tard, je me rappelle. J'étais dans les bureaux du service Re-Sources, je suis tombée sur la méthodologie

« Unplugged ». Je l'ai feuilletée.

Georges vander Straeten, le fondateur de Trempoline était présent. Je lui ai dit : « Mais c'est « Clés pour Adolescence » cette méthode ! C'est revu et revisité mais c'est quoi ça ? ». Il m'a répondu : « Oui, tout à fait. Nous utilisons cette méthode. Nous sommes en plein dedans. ET, nous recherchons un formateur. Mais alors, c'est bon, c'est toi, on ne cherche plus ! C'est toi qui va t'y coller ! ».

***Donc si j'ai bien compris, Re-Sources forme les enseignants à l'utilisation de la méthode « Unplugged » ?***

Entre autres... Il n'y a pas qu' « Unplugged » ; quand nous allons donner des formations à l'IFC (Institut de la Formation en Cours de Car-

rière), on ne forme pas les enseignants à utiliser « Unplugged ». Nous n'avons pas le temps et jusqu'à présent ce n'est pas le choix de l'IFC. Nous travaillons avec les enseignants plutôt sur « comment réagir pour ne pas aggraver la situation et ne pas participer à leur prise de risques et aussi savoir réagir plus adéquatement lorsqu'il y a consommation avérée ». Créer du lien avec les ados pour qu'on puisse éventuellement les amener à prendre conscience de leur consommation et les aider à s'en sortir. Les formations que nous donnons dans le cadre de l'IFC, c'est : « Comment accompagner le jeune qui présente des problèmes de conduite à risque, que ce soit par rapport à l'alcool, le tabac, le cannabis. Et aujourd'hui, nous pouvons y ajouter aussi les réseaux sociaux, internet, jeux vidéo. »

**Boys and Girls Plus, un programme interactif de prévention des dommages causés par l'alcool et les drogues**



trempol'ne

***Si on en revient à la prévention, tu penses que vous êtes dans le bon ? Qu'il y a des choses à améliorer ?***

Pour moi, on peut toujours améliorer. J'aimerais pouvoir voir les choses en plus grand. Par exemple, plutôt que d'aller former les enseignants, j'aimerais que les enseignants puissent venir ici se former. Profiter de notre approche communautaire pour travailler cette intelligence émotionnelle, pendant 15 jours, un mois, travailler leur savoir-être, leurs compétences psychosociales, leur propre édifice inté-

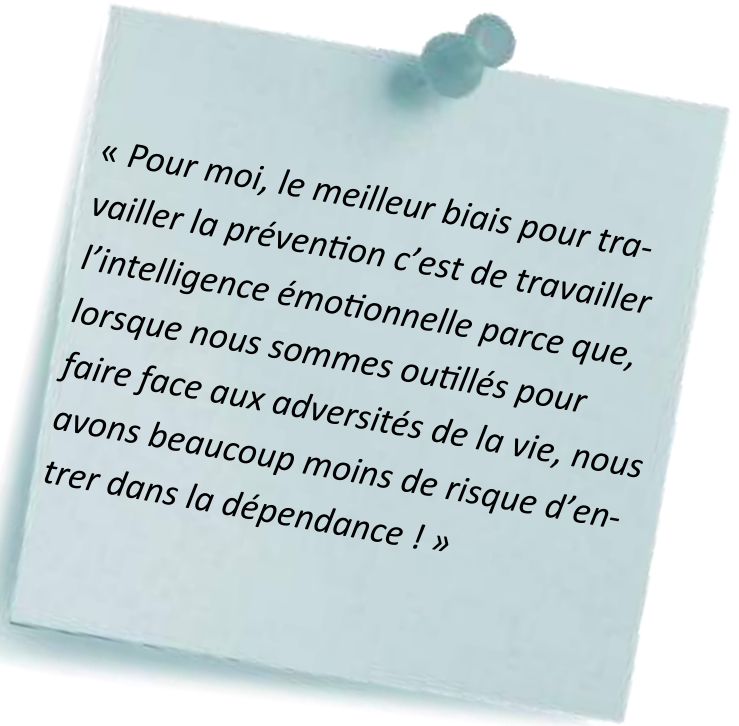
rieur pour mieux les outiller à accompagner les jeunes parce que c'est de cela dont les jeunes ont le plus besoin. C'est d'adultes « modèles » qui sont près aussi à témoigner de leur parcours d'être humain !

***D'un point de vue plus personnel, qu'est-ce que cela t'apporte de travailler chez Trempline ?***

Cela me donne l'occasion d'être cohérente et congruente : ici, je suis et je fais ce que je dis que je suis et ce que je fais. Donc, chez Trempline, j'ai l'occasion d'exister pleinement et de faire ce que j'aime comme j'aime le faire. Pour moi, c'est précieux et surtout avec les résidents. Avec eux, je peux tout combiner. Mon approche d'aujourd'hui, qui est une approche très relationnelle, et l'approche « matière ». Ce que je ne pouvais plus faire dans l'enseignement.

***Penses-tu que la prévention à une place suffisante dans l'enseignement ?***

Non, bien sûr que non. Ce que je dis aux enseignants concernant la prévention, c'est que si on pouvait prendre la moitié de l'argent que l'on dépense pour la répression, nous serions bien plus avancés qu'actuellement.



Dans l'enseignement, nous ne sommes nulle part en ce domaine. Dans l'enseignement, on travaille principalement deux formes d'intelligence, alors qu'il y en a 9.

***Comment travaille-t-on les 7 autres ?***

Et bien actuellement, par soi-même ou ailleurs qu'à l'école !

***Merci Anne!***





# Donnons la parole à nos résidents...

PAR CÉCILE DELMARCELLE



*Entretien à bâtons rompus avec S, une de nos résidentes en phase de réinsertion sociale. Je voulais avoir sa vision de la prévention des assuétudes. S. m'a fait part de ses idées mais elle nous a surtout délivré un message, touchant et plein de promesses. Elle s'est confiée sur son parcours de vie et sur sa thérapie. Beaucoup de rires durant cet entretien qui m'a beaucoup touchée.*

## **S, comment vois-tu la prévention des assuétudes ?**

Comment prévenir les personnes, comment les rendre attentives, les inciter à faire attention à leur consommation. Je sais que dans les écoles Trempoline est déjà présent. Je dirais aussi qu'il faut aller dans les maisons de jeunes de quartier.

On peut sensibiliser les jeunes avec des photos, des images. Montrer deux photos de la même personne, l'une dans son environnement familial en pleine forme, bien habillée avant la dépendance, l'autre, dans la dépendance, une personne SDF, délabrée. Je pense que ces photos pourraient déclencher une réflexion chez certaines personnes.

Créer une ligne téléphonique SOS, afficher ce numéro partout, dans les bus, dans les trains... dans tous les points stratégiques fréquentés par les jeunes. SOS Drogues, comme SOS Suicide, une ligne sur laquelle les gens pourraient appeler 24h sur 24. Je pense que la radio ou la télévision, ce serait trop cher.

Dans les prisons, il n'y a pas assez d'informations. Il y a juste une petite feuille A4 perdue dans un couloir mais sans plus. S'il n'y avait pas d'informations de bouche à oreille qui circulaient pour arriver à Trempoline, ce ne sont pas les mâtons, ni les autres membres du personnel ni même le médecin de la prison qui te donneraient des conseils pour t'orienter dans un processus de thérapie.

## **Toi, pratiquement, comment t'es-tu orientée vers Trempoline ?**

Pour moi, c'est le bouche à oreille qui a fonctionné. C'est moi qui suis allée chez le médecin. Je lui ai dit que je voulais faire une thérapie à ma sortie de prison. J'en avais déjà faite une aux Hautes Fagnes auparavant. Je savais qu'en sortant, ce serait la première chose que je ferais. Je consomerais pour justement décharger toute la colère accumulée en prison ainsi que ma tristesse. En plus, financièrement, j'étais à zéro. Quand je suis sortie, je me suis retrouvée dans la rue, sur le trottoir. La seule aide sur laquelle j'ai pu compter, c'était

ma famille. Elle m'a aidée 4 jours parce que j'avais déjà rechuté.

J'ai galéré pendant une vingtaine de jours. Dormir de gauche à droite, dormir deux nuits dans la rue. Ensuite, je suis rentrée en sevrage à Manage. J'y suis restée deux mois avec la ferme intention de rentrer à Trempoline. Je suis restée si longtemps parce que j'avais un doigt cassé. Sachant ce que j'allais vivre dans le programme à Trempoline, je n'ai pas voulu y arriver avec ce doigt cassé, comme une handicapée. Je savais qu'il y aurait des tâches fonctionnelles comme aux Hautes Fagnes et je ne voulais pas commencer mon programme la main dans le plâtre, dans un certain confort.

A Manage, cela a été dur. J'ai fait une rechute sur place. J'ai fumé un joint. Je n'ai pas été renvoyée parce que ce n'est pas moi qui ai introduit le produit dans l'institution et que j'étais là pour y faire un sevrage. J'ai eu un avertissement.

Je suis arrivée à Trempoline dans un état émotionnel catastrophique.

*Dans les écoles secondaires, certains éducateurs de Trempoline qui y ont fait leur programme sont amenés à faire part de leur expérience de vie dans la dépendance. Qu'en penses-tu ?*

C'est une valeur d'exemple qui peut certainement parler aux jeunes. Je pense qu'on est sensible aux flyers, aux images et aux photos, à un numéro à contacter. Pour moi cela sensibilise plus que quelqu'un qui raconte son histoire et qui part sans laisser de traces.

S'ils ont un problème d'abus ou de dépendance, insister sur la confidentialité. Leur dire que leurs parents ne seront pas nécessairement mis au courant. Qu'ils peuvent en parler librement par exemple à Quai Jeunes. Insister sur la confidentialité des échanges, je suis con-

vaincue que certains jeunes seraient plus motivés à pousser la porte. On a toujours peur que nos parents soient au courant. Dans certaines cultures, la consommation est très mal perçue. Surtout si tu es un homme ou une femme. Les parents prennent les choses différemment s'il s'agit d'une fille ou d'un garçon. L'âge, le décrochage scolaire, les fréquentations, tout cela joue un rôle.

*En tant que femme d'origine marocaine, comme ça s'est passé pour toi du côté familial ?*



C'était très mal vu. Mon premier produit, c'était l'alcool. Le deuxième, le cannabis et le troisième, la cocaïne. En premier, je buvais et puis tout le reste suivait. L'alcool dans la culture musulmane, c'est

un péché. C'est très mal vu. Après fumer un joint, alors que le shit vient de chez nous et qu'on cultive le cannabis chez nous pour le vendre dans les pays européens, tu n'y as pas droit. Une femme qui consomme, elle est limitée une prostituée. Moi, j'ai connu les coups, le rejet, l'abandon. J'ai été mise à la porte de chez mes parents. Je me suis retrouvée SDF. C'est dans la rue que j'ai connu les drogues dures. Chez mes parents, je ne tournais qu'avec des consommations douces, des produits accessibles très facilement, je n'avais pas besoin de fréquenter les dealers.

Quand j'ai connu la rue et les drogues dures, j'ai compris qu'on pouvait tomber encore plus bas. Ça m'a fait très peur. La rue m'a fait très peur. Je me suis mise à voler mon alcool dans les magasins parce que je n'avais pas d'ar-

gent. Je me suis mise à voler alors que je ne l'avais jamais fait. Je n'avais jamais touché à quelque chose qui ne m'appartenait pas donc je me suis retrouvée à commettre des délits, à perdre certaines de mes valeurs, ma dignité.

### **Aujourd'hui, tu vas bien. Combien de mois de programme as-tu fait ?**

(Elle sourit) Je vais bien. Je vais même très bien après 16 mois de programme. Je n'ai pas fini. Je suis en réinsertion sociale. J'en ai encore pour 6 ou 9 mois. La responsable de la Communauté thérapeutique m'a dit que j'aurais sans doute une phase de réinsertion plus longue que les autres. J'ai eu un parcours « individué ». Certaines choses ont été mises en place spécialement pour moi à cause de ma pathologie.

Le psychiatre, Rudy, m'a expliqué que c'était une pathologie dormante. Quand je consommait, elle était assez anesthésiée. Quand je suis abstinente, ma pathologie se réveille, elle se manifeste. Grâce au traitement de stabilisation que je suis ici, je vais beaucoup mieux. Mille fois mieux même. Je me sens enfin une personne normale, qui peut s'insérer dans la société. Je sais aujourd'hui que j'ai droit à plein de belles choses : un travail, un toit, une famille plus tard. J'y crois, oui.

### **Comment te vois-tu à ta sortie de Trempline. Tu y as déjà pensé ?**

Bien sûr que je me projette même si je dois rester dans l'instant présent, dans l'ici et le maintenant. Surtout pour ne pas être trop déçue. Je me vois comme quelqu'un qui travaille, qui a un joli logement. Dès que j'aurais une stabilité matérielle et professionnelle, alors j'envisagerai une relation de couple. Même si avec mon homosexualité, ce n'est pas facile de trouver une compagne.

Développer de belles relations et continuer l'académie de dessin. Développer ce cercle re-

lationnel qui m'apporte énormément. Mon groupe de AA qui me soutient beaucoup. Je reçois d'eux 20 à 30 sms par semaine. Nous envisageons même de faire des sorties loisirs comme aller au théâtre. Plein de belles choses se mettent en place avec ce groupe de AA. C'est le troisième que je fais et avec celui-ci je me sens vraiment soutenue.

### **Dans le travail, tu te verrais faire quoi ?**

Mon souci actuellement, c'est que je ne sais pas vraiment quoi faire. Je fais pour le moment une formation avec le service de la santé mentale de Gosselies qui est une formation dite « Projet de vie ». On apprend à reconnaître nos qualités, nos défauts et nos compétences. En travaillant tout cela, je sais que je ne ferai pas un métier intellectuel, comme du secrétariat par exemple. Je devrai plutôt m'orienter vers un travail où je dois bouger. Je pensais magasinière, vendeuse même ouvrière dans une usine à la chaîne.

**Tu es une artiste...** Une pseudo artiste (rires...) Je suis en train d'apprendre beaucoup à l'académie. J'ai fait quelques petites toiles dans la maison. J'ai laissé mon empreinte un peu partout. J'aurais pu faire beaucoup plus si j'en avais eu le temps et si mon état émotionnel m'avait laissé faire plus. Je me perfectionne car ma référente me l'a conseillé. J'apprends les bases du dessin à l'académie. Je suis créative et ça me plaît vraiment.



## NOS PROJETS

### TREMP 'OSE A ENCORE BESOIN DE VOUS!



Mobilier, matériel de cuisine, matériel de loisirs et de sport, matériel de jardin et outils travaux manuels, de matériel d'hygiène et d'entretien, de **matériel pour leur buanderie.**

Contactez-les au 071/22 05 55 ou par mail à  
[Trempp'Ose@trempline.be](mailto:Trempp'Ose@trempline.be)

Vous pouvez également soutenir financièrement cette initiative en faisant un don sur le compte:

**BE36 0682 0698 4081**

*(attestation fiscale fournie dès 40€)*

## Merci pour votre générosité!

## RÉAFFECTATION DU BÂTIMENT DIT « LA CHAPELLE » AUX FINS D'ACCUEILLIR LE SERVICE PREMIER CONTACT .



Actuellement, le service Premier Contact qui comporte 4 départements se trouve dans le bâtiment de Châteleuveau situé à la rue Grégoire Soupart; un de ses départements, le service « Quai Jeunes » est en plein développement et a besoin de place supplémentaire.

Le bâtiment actuel n'offre pas assez d'espace pour ces 4 départements ; c'est pourquoi il a été décidé de déplacer 3 départements de Premier Contact (service « admission », « ambulatoire » et « alter Ego ») au siège central à Châtelet, dans le bâtiment dit « La Chapelle » qui doit pour ce faire, subir un réaménagement ; cette restructuration permettra à Quai Jeunes de se développer.

Par ailleurs, ce déménagement permettra de rapprocher ces 3 services de la communauté thérapeutique.

Aidez-nous à financer ce réaménagement en faisant un don sur le compte:  
**BE36 0682 0698 4081.**  
(attestation fiscale fournie dès 40€)



Bâtiment « la Chapelle »

## Merci pour votre générosité!

# AIDEZ-NOUS À RÉALISER CES PROJETS QUI SOUTIENDRONT DIRECTEMENT NOS RÉSIDENTS SUR LE CHEMIN DE LEUR RÉTABLISSEMENT !



**Continuer à aider nos résidents, c'est un geste concret de solidarité!**

*L'asbl Trempline est très vigilante quant à l'utilisation des dons reçus. Les comptes annuels sont soumis à l'examen d'un expert-comptable agréé.*

*L'asbl Trempline adhère au code éthique de l'Association pour une Ethique dans les Récoltes de Fonds (AERF). Ceci implique, notamment, que les donateurs ont le droit d'être informés au moins annuellement de l'utilisation des fonds récoltés.*

*Ces informations sont disponibles sur simple demande en nous contactant par téléphone (071/40 27 27) ou par mail ([info@trempline.be](mailto:info@trempline.be)) ou par courrier (3 Grand'Rue à 6200 Châtelet).*

## **Avantage fiscal :**

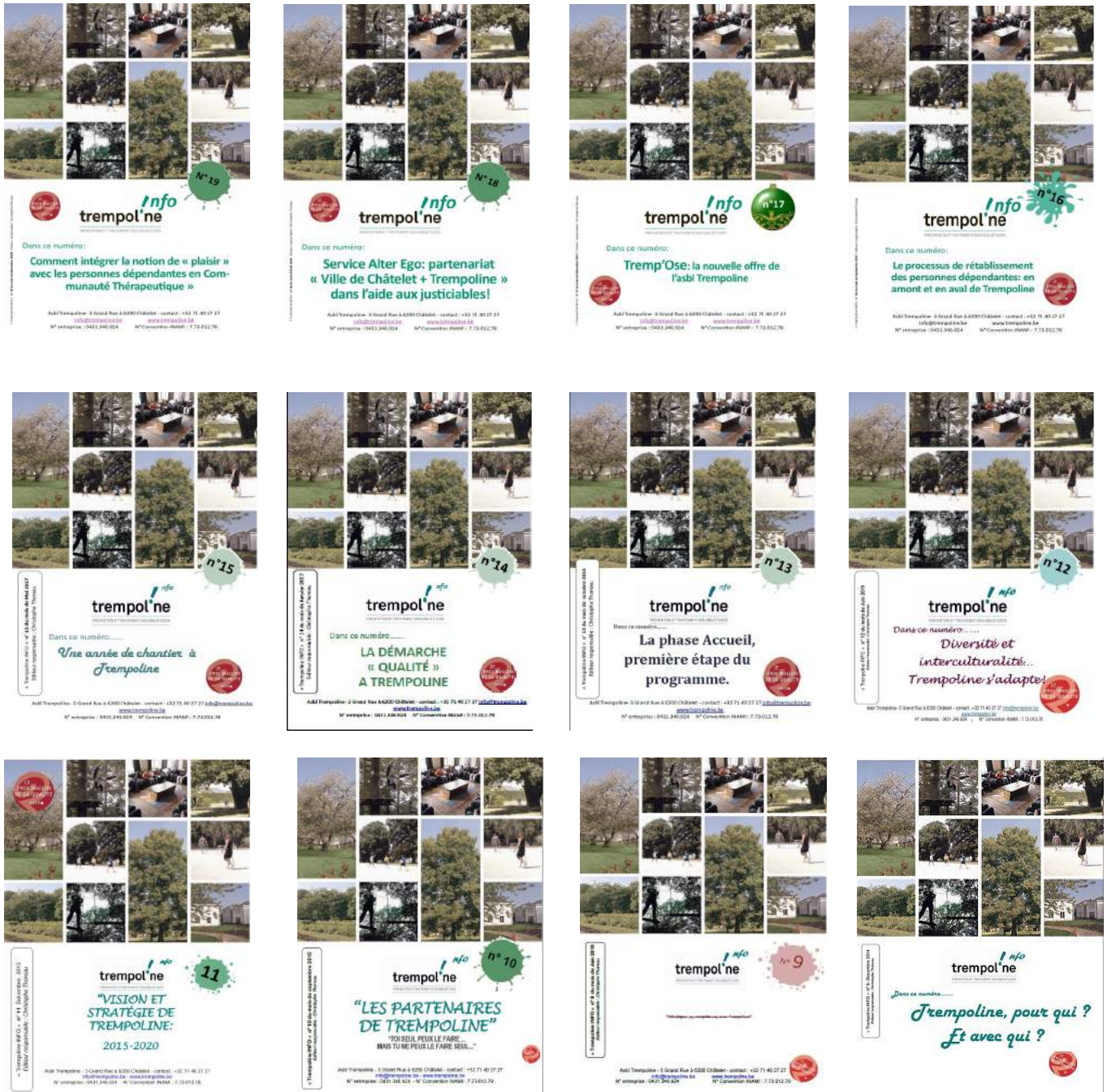
Si le cumul annuel de vos dons atteint 40 € ou plus, vous recevez automatiquement une attestation fiscale l'année qui suit votre versement.

## **Don ponctuel ou don permanent :**

Vous pouvez faire un don ponctuel ou un ordre permanent en faisant un virement sur un compte spécialement réservé aux dons, en indiquant en communication : « nom du projet soutenu » ainsi que votre numéro de registre national (pour l'attestation fiscale) au compte de l'Asbl :

**Dexia Dons : BE36 0682 0698 4081.**

# Dans les numéros précédents...



*Si Vous souhaitez recevoir les numéros précédents, veuillez envoyer un mail à [info@trempoline.be](mailto:info@trempoline.be) » en précisant votre nom et votre adresse complète.*

**Le groupe de travail « Trempo Info », responsable de la réalisation.**





Rejoignez-nous!

@asblTrempline

Si vous souhaitez en savoir plus au sujet de Trempline, visitez notre site internet : découvrez notre travail sur la vidéo en page d'accueil.

[www.trempline.be](http://www.trempline.be)

Asbl Trempline 3 Grand Rue 6200 Châtelet

071/40 27 27