

Santé des jeunes



Avec 32 % de sa population qui a moins de 25 ans, la santé des jeunes constitue l'une des priorités en région Hauts-de-France.

La prévention et la promotion de la santé doivent permettre d'encourager tout ce qui concourt à maintenir les personnes en bonne santé. Pour ce faire, les actions mises en place doivent agir sur les déterminants et comportements de santé.

La Mutualité Française Hauts-de-France, à travers ses actions cherche à améliorer les connaissances et les compétences des jeunes.

L'objectif est de les rendre acteurs de leur propre santé et relais auprès de leurs pairs.

Tout est étudié : habitudes de vie, augmentation de la sédentarité, consommation de tabac et d'alcool, réduction du nombre d'heures de sommeil, stress, repli sur soi...



Plus de 1 000 participants en 2019

Universanté

OBJECTIF

- Détecter précocement les étudiants à risques (problème de santé avéré, comportement à risques, difficultés financières) afin de leur proposer une prise en charge s'appuyant sur les services universitaires.

DÉROULÉ

Tout au long de l'année les étudiants ont la possibilité de porter un regard sur leurs habitudes de vie au travers d'un **questionnaire**.

Il est possible de réaliser celui-ci en début d'année lors des journées Universanté et en dehors de ce temps fort en supervision du service de médecine préventive et de promotion santé. Un **fonds d'aide** destiné aux étudiants et un **colloque portant sur leur santé** constituent les leviers d'incitation à la mise en place d'actions de remédiation et de promotion des habitudes de vie saines.

FORMAT

Dépistage | Actions de prévention par les pairs | Colloque

PUBLIC

Chercheurs | Etudiants

PARTENAIRES

Université Littoral Côte d'Opale
Unité de Recherche Pluridisciplinaire Sport Santé Société (UREPSSS)

Tabado

OBJECTIF

- Accompagner les jeunes à l'arrêt du tabac.

DÉROULÉ

3 étapes pour arrêter de fumer :

- Une **séance d'information collective** est organisée dans toutes les classes pour que chaque élève, fumeur ou non, en sache plus sur les effets du tabac et les moyens qui existent pour arrêter de fumer.
- Ensuite, les fumeurs volontaires s'inscrivent à un **ou plusieurs rendez-vous avec un professionnel de santé**. Pendant ces tête-à-tête confidentiels, une **solution sur mesure** est proposée.
- Enfin, pour aider les fumeurs inscrits à ne pas craquer, à rester motivés et à s'entraider, quatre **ateliers en petits groupes** sont organisés.

FORMAT

Réunions collectives
Consultations individuelles

PUBLIC

Jeunes de 15 à 20 ans

PARTENAIRES

INCA | Hauts-de-France Addictions