



Association Nationale des Étudiants
en Médecine de France

FORMATIONS ANEMF 16/06/2023

I/ SENSIBILISATION RENTRÉE/VSS PRÉVENTION ÉVÉNEMENTIELLE

ALCOOL : Sensibilisation

Aparté: OB illégaux

Se protéger en tant qu'association : faire des "tickets conso gratuites" (faites belek envoyez pas Maï en prison)

Conseils:

- Connaître sa limite (**surtout y penser pour les néo P2**)
- Être maître de sa consommation
- Ne pas se laisser influencer (pression de groupe) **!! bizutage**

> A titre personnel : je me sens mal donc

- je ne reste pas seul(e)
- je vais auprès de gens de la sécurité, de l'organisation de l'événement, de mes amis

Prise en charge en tant que membre d'une association:

- Mise en place d'une salle PLS : calme, espace libéré, sécurité et secouristes (penser à l'orga aussi), eau, sacs à vomi, surveillance ++
- Suivre des formations des facultés/université
- S'assurer de la sécurité pendant **et** après l'évènement

Conduite à tenir: Face à un individu en difficulté, **7 règles**

Mémo : Si Paul Est Claqué Va Le Secourir !

- Pas **S**eul
- Mettre en **P**LS
- Réhydrater avec de l'**E**au (mais attention qu'il s'étouffe pas quand même lol)
- **P**AS DE **C**AFFÉ
- **P**AS FAIRE **V**OMIR
- Aller prévenir les personnes compétentes pour **L'**aider (CR, CB, Bureau)
- Si vomissement, coma : **S**AMU 15 (ne pas hésiter, **on n'est pas encore médecins** donc dans le doute, on appelle)

BIZUTAGE: Inscrit dans le code pénal

Contre son gré ou non, **illégal; 6 mois d'emprisonnement et 7,5k d'amende**

En milieu scolaire

Problème : si la personne dit oui quand même, comment fait-on pour que ce ne soit PAS du bizutage ?

Systematiquement, on doit:

- Rappeler la notion de consentement
- Limites des actes ! Ne pas atteindre la santé physique/mentale de l'individu
- Proposer des alternatives et NORMALISER

Chaque personne à ses limites : si pour toi c'est "chill", ça l'est pas forcément pour un autre

DROGUES 🤔

Ce qu'on risque en tant qu'association/ce qu'on doit faire : en principe en soirée il y a la sécurité de la salle, mais il vaut mieux mettre clairement sur l'événement que c'est interdit + "prôner" la bonne consommation durant la soirée.

Consommation de stupéfiants : 1 an de prison et 3.5k d'amende (et non des centaines d'euros)

- PROTO (pas autorisé à usage récréatif mais pour faire de la chantilly oui)

Risques : perte de sensibilité des doigts (+/- irréversible), atteintes neuro, anémie, asphyxie

Diminution des risques

- assis, allongement, mise en PLS
- ne pas se boucher le nez
- pas d'enchaînement de consommation (!\ aux nouveaux utilisateurs)

- POPPERS

Risques : asphyxie persistante, hypothermie, tachycardie, brûlure de la muqueuse, anosmie (perte d'odorat), maux de tête et malaise, pbs cardiaques

SOUSSION CHIMIQUE (pas même chose que vulnérabilité qui est seulement l'effet)

Brainstorming: administrer des drogues volontairement dans le but de profiter de quelqu'un du fait de son état.

Cadre légal: cinq ans d'emprisonnement et de 75 000 euros d'amende

"Administration volontaire à des fins criminelles (*viol, meurtres*) ou délictuelles (*violences, vols*) de substances psychoactives à l'insu de la victime et sous la menace"

Substances psychoactives : action sur le cerveau

Substances utilisées:

- Exemples: drogues, alcool, médicaments (antihistaminiques H1, sédatifs, benzodiazépines et apparentés...), GHB (*1% des cas détectés*)
- Effet rapide
- Propriétés profitent aux criminels
- Elimination rapide
- Effets peu spécifique
- Indétectables pour la victime (indolore, incolore)

A quoi faut-il en penser ?

- Regarder l'état de la personne par rapport à sa consommation d'alcool
- Demander à ses amis +++: ils connaissent mieux la personne que vous
- Comportements inhabituels : augmentation de l'état d'ivresse soudaine, signes de blessures, humeur changeante, perturbations neuropsychiques

!! Attention, les effets des drogues utilisés pour la soumission chimique sont difficiles à identifier chez une personne alcoolisée.

Comment le prouver ?

- Analyses toxicologiques sur prélèvements biologiques (sang urines cheveux etc...), **pour que ce soit remboursé, il faut aller au commissariat**

!! Penser à checker le centre hospitalier le plus proche de l'événement si on est hors de Paris (et même d'un événement sur Paris d'ailleurs)

- GHB dépisable uniquement par des labos d'analyses spécialisées
 - pendant moins de 12 heures dans les urines
 - à peine quelques heures dans le sang
- Autres substances: + facilement identifiables sur prélèvements sanguins

Comment prévenir et réduire les risques ?

Prévention :

- ne pas accepter de boissons d'inconnues
- ne pas laisser son verre sans surveillance
- demander ou utiliser des protections pour verre (capote de verre, gourde)
- rechercher un changement de la boisson (aspect, saveur, odeur)
- rester attentif aux éventuelles sensations soudaines d'ivresse inexplicables
- ne pas rester seul
- ne pas laisser vos amis seuls et vérifier s'ils sont en sécurité quand vous ne passez pas votre soirée avec eux en permanence
- vérifier de temps à autre l'état de nos proches surtout s'ils sont très fortement alcoolisés

Comment prendre en charge une personne droguée à son insu ?

- la personne n'a pas de souvenirs donc surtout **déculpabiliser**
- *voir tout ce qui est écrit au dessus avec la prise en charge des gens alcoolisés (salle PLS etc)*

VSS: contexte et cadre légal

Un peu d'histoire:

2006: Tarana Burke (professeure américaine) lance le tweet #MeToo

Vagues pendant une dizaine d'année : marche pendant l'élection de Trump, affaire Weinstein

2017 : #BalanceTonPorc en France, d'abord dans le milieu professionnel puis on en parle en général

BUT DES MOUVEMENTS : FAIRE PARLER D'UN SUJET DANS L'ESPACE PUBLIC ET LE NORMALISER +++

Prise en charge des victimes lors de violences sexistes et sexuelles : **pas de hiérarchie** -> il est essentiel de prendre en compte le **ressenti de la victime ++++**.

Il faut **TOUJOURS** partir du principe que la victime dit la vérité et qu'elle est victime >> ne pas la faire culpabiliser.

LÉGALEMENT:

Les violences sexuelles recouvrent des situations dans lesquelles une personne impose à autrui un ou des comportements/propos à caractère sexuel.

Il y a une atteinte aux droits fondamentaux de la personne.

Les VSS représentent l'expression de la volonté de domination de l'auteur sur la victime.

VIOLENCE MENACE CONTRAINTE SURPRISE: maîtres mots pour la justice

5 zones concernées: bouche, seins, parties génitales, cuisses et intérieur cuisses

Aparté :

- *En dessous de 15 ans = pas de consentement,*
- *A partir de 15 ans = consentement **seulement** si il y a moins de 5 ans d'écart entre le mineur et l'autre.*

Outrage sexiste	puni par contravention propos/comportements qui portent atteinte à la dignité, dégradant, offensant
Voyeurisme	délit le fait d'user de tout moyen pour voir des parties intimes
Exhibition sexuelle	légalement c'est un délit /!\ attention au limousin (<i>faites belek</i>) : <i>on normalise énormément le corps dans le cadre de nos études, mais faire un limousin c'est imposé aux autres le fait de voir un corps nu/parties intimes.</i>
Harcèlement sexuel	délit de façon répétée (<i>même 2 fois par la même personne, même 1 fois par plusieurs personnes = considéré comme répété</i>)
Cyberharcèlement	public ou privé (2 ans de prison, 30k d'amende)
Agressions sexuelles	délits au tribunal correctionnel

	<i>“acte à caractère sexuel sans pénétration commis sur la personne d’autrui par violence, contrainte, menace ou surprise”.</i>
Viol	<p>crime jugé en cour d’assises</p> <p><i>“Tout acte de pénétration sexuelle de quelque nature qu’il soit ou tout acte bucco-génital commis sur la personne d’autrui ou sur la personne de l’auteur par violence, contrainte, menace ou surprise”.</i></p> <p><i>“Tout acte de pénétration sexuelle est visé: buccale vaginale, anale, par le sexe, par le doigt, par un objet.”</i></p>

Circonstances aggravantes: alcool, hiérarchie, mutilation ou infirmité permanente, mineur, sur internet (revenge porn)

Agresseurs influencés par :

- éducation et représentations sociales
- santé mentale
- ...

POINT CONSENTEMENT: Libre, clair, volontaire, explicite et révoicable

Particularités des études médicales:

- Rapport au corps singulier
- Groupe restreint
- Culture carabine souvent sexiste faisant parfois l’apologie des violences (*paillardes, affiches, fresques*)

III/ GESTION D'ÉQUIPE

Management : adaptation à l’ensemble du groupe, l’envie de tous

Suite à une question : comment choisir une nouvelle équipe, savoir si les personnes seront adaptées aux demandes ? Voir les gens (Néos P2) en dehors du contexte, les voir en général, aller les voir et parle

Points clé management : recruter, dynamiser, déléguer...

Formule magique pour une association en bonne santé :

✨ Argent. loi. projets. équipe motivée. bonne relation ✨

Les commandements d'une bonne gestion d'équipe:

Estimer:

- Apprendre et connaître son équipe
- Apprendre les buts personnels et professionnels de votre équipe > PEA (Plan d'engagement étudiant associatif)
- S'assurer que chacun connaisse son rôle et celui des autres
- Être accessible (pour son équipe)
- S'efforcer d'aider les autres à trouver un **juste milieu** entre travail et vie personnelle

Précision PEA : début de mandat et mi-mandat : savoir quel temps on donne dans quoi, combien (entre études, asso, temps avec proches, sport, détente...etc)

Informier:

- **Etre clair sur ses attentes** en laissant une certaine liberté pour les initiatives
- Fournir des sources d'expériences: BR, expériences pratiques, articles, magazines, etc...
- Prendre le temps de répondre aux membres de l'équipe, le dire quand on a pas le temps de répondre
- Réfléchir à ses décisions
- Partager ses compétences au MAX

Innovover

- Introduire de nouvelles méthodes de réunion, de prise de décisions afin d'améliorer encore les compétences de l'équipe > *il n'y a pas qu'une seule façon de faire, il faut trouver celle qui vous correspond*
- Montrer la progression de l'équipe et son résultat quant à l'accomplissement de son objectif
- Définition des objectifs et analyse régulière !/ importance des réunions !

Challenges

- acquérir des nouveaux terrains de compétences, prévient de l'ennui
- motivation, donne de l'énergie
- donner autant de responsabilités à tous
- **s'assurer que tous les membres sont occupés**

Féliciter

- Se féliciter les uns et les autres avec sincérité (🙌🙌🙌🙌🙌🙌🙌🙌🙌🙌)
- Être spécifique: récompenser ce que vous voulez encourager
- Être ouvert aux erreurs mais insister sur la progression du projet

Reconnaissance

- Reconnaître la réussite des autres (🙌🙌🙌🙌🙌🙌🙌🙌🙌🙌)

S'amuser : cultiver l'amour de ce que vous faites (**faites l'amour pas la guerre** (et protégez vous)).

- célébrer les débuts
- organiser une fête pour le projet
- célébrer les anniversaires

GESTION DES CONFLITS (communication +++)

Le conflit doit être **formateur**: c'est une expérience qui évite les futurs conflits

- Placer les buts communs avant les objectifs personnels
- Trouver des solutions acceptables pour les 2 parties >>> /\ refoulement (*faut parler français quoi*)
- Ne pas rester sur des conflits latents (non-dits pesants, absentéisme, stress, retard sur les délais, non-qualité).

GESTION DE CRISE

- Investissement: Pyramide des besoins de Maslow (en fonction des priorités)

Éviter le conflit inutile + Communication NON VIOLENTE

1. Observer la situation sans jugement : réagir plutôt qu'agir (on analyse la situation avant de faire quelque chose)
Je vois, j'entends, la situation est
2. Identifier/Exprimer ses sentiments
Donc je ressens
3. Déterminer le besoin caché derrière tes sentiments
Mon besoin est, j'ai besoin de
4. Formuler une demande claire, positive, faisable (forme compte autant que le fond)

ASTUCES COMMUNICATION:

- Présence d'un médiateur pour calmer le conflit
- Prendre les personnes à part pour en parler
- Trouver là où se trouve le départ du problème (souvent la communication)
- Trouver des solutions et des compromis
- Faire un topo au reste de l'équipe une fois le conflit résolu si besoin est

III/ Monter un projet

1/ L'idée:

- naît d'un besoin : regarder le contexte (corpo pour les étudiants, associations d'éthique, tutorats...), en discutant avec les autres, voir la population cible
- observation de ce qui est déjà fait et faisabilité du projet !!
- fiches projet : à chaque projet une fiche (qui a organisé, avec quels moyens financiers et logistiques, quels ont été les problèmes...) : voir sur le site et drive de l'ANEMF
- VOIR TRÈS GRAND

Utiliser l'expérience de nos anciens ++

2/ Définition du projet (QQCOQP)

Quoi ?

Qui ?

Comment ?

Où ?

Quand ? (date et durée)

Pourquoi (motivation initiale) et pour quoi (la finalité à atteindre)

3/ Etats de lieux

- Quels moyens avez-vous ? Lesquels n'avez-vous pas ? Aspects financiers, humains (avez-vous tous les contacts?).
- Qui sont les acteurs principaux, les acteurs ?
- Quels sont les freins ?

> Il faut voir le plus positif en voyant grand mais aussi le plus négatif si tout se passe mal.

4/ Objectif

Il peut y en avoir 1 ou plusieurs. Un objectif doit être SMART 👍😊

- specific : définition action
- mesurable: combien de
- achievable :
- relevant/realistic
- time bond : défini temporellement

5/ Fédérer autour d'un projet cohérent

- présenter un projet au bureau : : en discuter avec tout le monde, échanger en prenant en compte les avis des autres
- besoin financier > trez et/ou +/- coordo
- besoin de com ? > pôle com' (*logique*)

>> COMMUNIQUER: PARTAGE ET BIENVEILLANCE

6/ Accepter ensemble

/!\ S'adapter aux priorités de chacun et de l'asso

Concerne tout le bureau

- identifier les meneurs/acteurs
- Mettre au point un rétroplanning réaliste (importance des DLs !!)
- Avancée du projet: tenir le bureau informé (important ++)

Faire valider votre organe décisionnel avant de passer à l'action (= allez voir Maï lol)

L'idéal : inclure tous les étudiants dans un choix, ça fait un petit teasing et en plus des personnes voudront peut-être s'investir par la suite -> **que tous ne soient pas simplement bénéficiaires mais aussi acteurs** 😊

7/ Bénévoles

- Trouver des bénévoles nécessite de communiquer sur le projet, les tâches à faire, et la charge que cela représente
- Expliquer comment faire et quand le faire avec un rétroplanning
- Instaurer un climat de confiance et d'entraide: pouvoir poser des questions librement et y répondre systématiquement avec bienveillance
- Leur assurer toute l'aide dont ils ont besoin

Du + :

Rétroplanning:

- Date d'événement, détailler et lister tout ce qui doit être fait pour réaliser cet événement, les attentes pour chacun
- Être précis au maximum
- Pour chaque action, définir une temporalité qui lui est propre et une date, une DL à partir de l'action qui doit être faite pour chaque membre du projet
DLs : DL officielle et officielle (on se sait nous nous savons)

Communication ++++ (cf. formation d'avant mon g)

- Choisir un canal adapté au public cible (*messenger zer*)
- Inclure une partie communication dans le rétroplanning
- En interne:
Auprès du bureau, de l'AG, du réseau..
Visio, mails, congrès
- En externe:
Auprès du public, des étudiants, des institutionnels, des médias
Réseaux sociaux (Twitter, Insta etc...)

Evaluer le projet: IMPORTANT +++ avec **amélioration pluriannuelle**

- Auto-évaluation
- Hétéro-évaluation (évaluation du groupe en général)
- Conseil: analyse SWOT (Strength, Weakness, Opportunities, Threat) et prendre du recul avec son bureau
-

Transmission, vecteur d'une bonne passation:

- Faire des retours et comptes-rendus: écrits et oraux, auprès du bureau, de l'AG, des pions, sur les réussites et les échecs
- Passations: commencer dès le premier jour de son mandat, cahier de passation, journal de mandat...
- Faire une fiche de projet pour que le réseau puisse diffuser le projet dans toute la France

Budget et financement:

- Bilan prévisionnel et final (*Hamza en sueur*)
- Essentiel pour le projet!!
- FSDIE, CVEC !/, financements départementaux et régionaux, ne pas oublier l'ARS (SantéPub ++), associations nationales (FAGE), fondations (appels à projets), europe (développement du territoire)

Idées de sujets pour développer des projets :

- *Antibiorésistance*
- *Vaccination*
- *VSS*
- *Droits des personnes LGBTQIA+, discriminations*
- *IST, maladies infectieuses*
- *Éthique dans la santé*

- Numérique en santé
- Indépendance dans la santé et les études médicales
- Droits Humains
- Crise migratoire
- Racisme
- Religion et Laïcité

FIN, BISOUS ET BON MANDAT
c'était vachement sympa merci l'ANEMF



**Association Nationale des Étudiants
en Médecine de France**

