

# Boîte à outils pour construire une action de prévention en santé

*“Construire une action de prévention, c’est comme préparer une expédition : il faut une carte, des repères, des outils, et une équipe prête à avancer ensemble.”*

Identifier un pilote (différent en fonction du contexte, MSP ou pas)

---

## Étape 1 : Le diagnostic – Où sommes-nous ?

**Objectif :** Comprendre le terrain avant d’agir.

 **Outils :**

- **Matrice SWOT :** Forces, Faiblesses, Opportunités, Menaces
- **Cartographie des acteurs :** Qui est concerné ? Qui peut aider ?
- **Mini-enquête terrain :** 3 questions clés à poser aux usagers ou collègues

 **Contraintes fréquentes :**

- Manque de données locales
- Peu de temps pour investiguer
- Méconnaissance des publics

 **Leviers :**

- S’appuyer sur les partenaires (Communauté urbaine, CPAM, ARS, associations)
  - Utiliser des données existantes (ORS, INSEE, etc.)
  - Faire simple : une observation terrain vaut parfois mieux qu’un rapport de 50 pages
- 

## Étape 2 : Les objectifs – Où veut-on aller ?

**Objectif :** Définir une destination claire et atteignable et partagée

 **Outil :**

- **Méthode SMART :**
  - Spécifique
  - Mesurable
  - Ambitieux mais atteignable
  - Réaliste
  - Temporellement défini

### Piège classique :

“Sensibiliser le public” → trop vague !

### Exemple SMART :

“D’ici 6 mois, 80% des professionnels du secteur auront suivi une formation sur les risques liés à l’alcool chez les jeunes.”

---

## Étape 3 : La planification – Comment y aller ?

**Objectif :** Organiser les étapes et les ressources.

### Outils :

- **Fiche action** : Qui fait quoi, quand, avec quoi ?
- **Diagramme de Gantt** : Visualiser le calendrier
- **Budget simplifié** : Temps, moyens humains, matériel

### Contraintes :

- Disponibilité des intervenants
- Budget limité
- Complexité logistique

### Leviers :

- Mutualiser avec d’autres projets
  - Impliquer les usagers dans l’organisation
  - Chercher d’éventuels financements croisés
- 

## Étape 4 : La mise en œuvre – On y va !

**Objectif :** Passer à l’action sans perdre le cap.

### Outils :

- **Réunions flash** de coordination
- **Tableau de bord** de suivi
- **Journal de bord** : noter les imprévus et ajustements

### Risques :

- Perte de motivation

- Changements de contexte
- Absence de suivi

 **Leviers :**

- Valoriser les petites victoires
  - Communiquer régulièrement
  - Adapter sans renier les objectifs
- 

 **Étape 5 : L'évaluation – Qu'avons-nous appris ?**

**Objectif :** Mesurer, comprendre, améliorer.

 **Outils :**

- **Grille d'évaluation** : critères simples et concrets
- **Feedback des participants**
- **Retour d'expérience** (RETEX)

 **Freins :**

- Évaluation vue comme une contrainte
- Manque d'indicateurs
- Penser l'évaluation trop tard

 **Leviers :**

- **Intégrer l'évaluation dès le début**
  - Utiliser des indicateurs qualitatifs (témoignages, photos, récits)
  - Partager les résultats pour inspirer d'autres projets
- 

 **Bonus : Kit de démarrage**

Doc CPAM

Fiche action type

Fiche action remplie (exemple Journée de la femme)

Fiches ressources écrans et nutrition

Plaquette PRD