

les ateliers santé- prévention

une collaboration
Le Lab & ipso santé



les ateliers EAT x ipso santé

Les cabinets médicaux ipso et Le Lab s'allient pour proposer une formule unique et innovante d'éducation à la vie affective et relationnelle, et à la sexualité.

D'un côté, les médecins généralistes des cabinets ipso apportent leur expertise sur les thématiques liées à la santé, à l'anatomie, au fonctionnement du corps humain. De l'autre, Le Lab s'appuie sur ses actions quotidiennes de prévention, sensibilisation et formation en direction du grand public, de professionnel·les, d'étudiant·es et d'élèves d'école primaire, de collège et de lycée.

Notre objectif : donner aux enfants des clefs pour s'accepter, se respecter, mieux vivre les changements de l'adolescence et prévenir les violences.

“Dans un contexte où la désinformation des réseaux sociaux peut faire beaucoup de mal, nous proposons des modules de prévention concrets, dynamiques, vivants. Avec une expertise scientifique solide et des solutions concrètes”.



Dre Inès Dumortier, médecin généraliste



“En tant que structure experte sur la thématique de la lutte contre les violences, nous sommes là pour permettre aux jeunes de parler de sujets qui les concernent et leur posent question. Grâce à des outils d'éducation populaire, leur parole est au centre de l'activité et nous leur apportons des réponses rassurantes tout en les accompagnant dans leur réflexion”.

Estelle Chataigner, intervenante chargée de prévention Le Lab

Ce que nous vous proposons :

- une double approche avec des expertises venues du travail social et de la médecine. Chaque séance, chaque atelier est donc co-animé par un duo médecin/intervenant·e expert·e,
- des ateliers adaptés selon les âges pour donner des clefs de compréhension sur des concepts essentiels (consentement, respect, violence, comment se protéger, etc) mais aussi cultiver une culture démocratique en écoutant les autres sans les juger, en s'appuyant sur des faits pour construire sa pensée,
- des ateliers collectifs pour trouver ensemble des solutions concrètes

Contactez-nous pour mettre en place des séances gratuitement dans votre établissement !
contact@enavanttouteslab.fr

les petites grandes questions

pour les élèves d'école
primaire : CE2, CM1, CM2



notre proposition pédagogique



3 séances d'1h30 par classe, à répartir sur plusieurs semaines ou plusieurs mois



des ateliers pensés pour les classes du CE2 au CM2



animation par un·e intervenant·e professionnel·le et un·e médecin généraliste



un livret pédagogique à remplir par les élèves au fil des séances



une réunion d'information en amont, dédiée aux familles



une réunion d'information en amont, à destination de l'équipe pédagogique

Méthode pédagogique et outils

Nos chargé·es de prévention et les médecins d'ipso santé partent toujours de la parole des enfants. Des règles sont établies en début de séance afin de proposer un cadre bienveillant et respectueux.

Les outils utilisés :

- Un livret individuel à remplir au fil des séances, pour ancrer les apprentissages et permettre à chaque enfant de garder une trace de ce qui a été abordé
- Des supports visuels
- Des activités ludiques pour travailler sur les émotions, le consentement et les situations du quotidien
- Des temps de débat et de discussion guidés, adaptés à l'âge.

Objectifs pédagogiques

- Connaître son corps, pouvoir nommer ses parties – y compris intimes – comme premier levier de protection contre les violences
- Identifier comment son corps réagit quand il va bien et quand il va mal, en lien avec ses émotions
- Comprendre que la santé englobe les dimensions physique, mentale et sociale
- Distinguer ce qui est violent de ce qui ne l'est pas, et comprendre l'impact des violences
- Appréhender les notions de consentement et d'intimité
- Savoir vers qui se tourner dans une situation difficile et connaître les ressources disponibles
- Savoir prendre soin de soi, travailler son bien-être

Contactez-nous pour mettre en place des séances gratuitement dans votre établissement !

contact@enavanttouteslab.fr

les séances

Chaque séance dure 1h30 et est animée par un binôme : un-e médecin généraliste d'ipso santé et un-e intervenant-e professionnelle du Lab

Séance 1 : mon corps et le corps des autres

Connaître son corps et pouvoir nommer les parties du corps, notamment les parties intimes. Identifier les différences et similitudes entre filles et garçons. Comprendre ce qui se passe dans mon corps lorsque je ressens des émotions. Pour les CM2, cette séance abordera aussi la puberté d'un point de vue scientifique.

- **objectif** : définir le corps et ses parties, distinguer ses parties intimes ; utiliser la notion d'intimité ; définir la puberté (pour les CM2).
- **message clé** : "Mon corps m'appartient. Je respecte mon intimité et celle des autres".

Séance 2 : le consentement et la prévention des violences

Définir « être en bonne santé », « ne pas être en forme », « aller bien », « aller mal ». Comprendre que la bonne santé concerne la santé physique, la santé mentale et la santé sociale (relations avec les autres). Identifier les différentes formes de violences et reconnaître les signes physiques du mal-être (je tremble, j'ai des frissons, etc). Cette séance invite les enfants à s'approprier la notion de consentement. Expliquer ce qui se passe dans le corps lorsqu'on vit des violences et discuter des émotions.

- **objectif** : distinguer ce qui est violent et ce qui ne l'est pas, définir santé physique et santé mentale, reconnaître l'impact des violences sur moi.
- **message clé** : "Je sais identifier des moments de danger pour moi, distinguer les formes de violences et leur impact sur mon corps."

Séance 3 : prendre soin de soi et solliciter de l'aide extérieure

Chercher et trouver des idées de manière de me faire du bien, comprendre comment je peux me sentir mieux. Lister des pratiques favorables au bien-être. Identifier les personnes de confiance vers qui se tourner en cas de problème.

- **objectif** : lister ce que je peux faire pour m'aider et qui peut m'aider,
- **message clé** : "Je sais comment prendre soin de moi et des autres et identifier les adultes qui peuvent m'aider si besoin."

et toi, t'en penses quoi ?

**pour les élèves du collège :
6e, 5e, 4e et 3e**



notre proposition pédagogique



une séance de 2h par classe ou groupe plus large. Renouvelable si besoin



un format pensé pour impliquer les jeunes et leur permettre de répondre à toutes leurs questions



animation par un·e intervenant·e professionnel·le et un·e médecin généraliste spécialiste de la médecine de l'adolescence



une réunion d'information en amont, dédiées aux familles



une réunion d'information en amont, à destination de l'équipe pédagogique

Méthode pédagogique et outils

Nos chargé·es de prévention et les médecins d'ipso santé partent toujours de la parole des adolescents. Des règles sont établies en début de séance afin de proposer un cadre bienveillant et respectueux. Les deux intervenant·es peuvent répondre aux questions posées au fil de la séance mais aussi à des questions posées via questionnaire en ligne en amont. Notre équipe se réserve la possibilité d'amorcer la discussion autour de sujets ciblés si le groupe n'ose pas directement poser des questions.

Objectifs pédagogiques

- Connaître son corps et celui des autres
- Identifier les soutiens possibles sur les questions d'intimité, de violences, de sexualité
- Prévenir et se protéger contre les violences sexuelles
- Identifier les stéréotypes et les violences sexistes
- Comprendre que la santé englobe les dimensions physique, mentale et sociale
- Lister des sources d'informations fiables
- Comprendre les notions de consentement et d'intimité
- Savoir prendre soin de soi, travailler son bien-être

Contactez-nous pour mettre en place des séances gratuitement dans votre établissement !
anais@enavanttouteslab.fr

2 formules au choix

Nous proposons une séance de 2h pour libérer la parole, informer et rétablir les faits concernant les grands sujets qui concernent les relations, la sexualité, le corps et les violences.

Formule “libre expression”

Des séances vivantes avec des questions posées, qui ouvrent à des moments de débats/discussions entre élèves + on apporte des réponses factuelles scientifiques mais aussi avec un éclairage sociétal. Espace libre où vous posez toutes les questions que vous n'osez pas sur la santé sexuelle sur papier durant la séance ou en amont avec QR code.

Un format idéal pour aborder scientifiquement, médicalement et factuellement :

- la vaccination, sensibilisation HPV (dès la 6e)
- la santé reproductive (dès la 6e)
- les violences sexistes et sexuelles (dès la 6e)
- la puberté (dès la 6e)
- les infections sexuellement transmissibles (dès la 4e)
- comment se protéger des grossesses non désirées : contraception et IVG (dès la 4e)
- les relations sexuelles et idées reçues (dès la 4e)

Formule “debunker les idées reçues”

Des séances plus cadrées qui s'appuient sur des questions souvent entendues chez les ados, des idées reçues ou des stéréotypes posés, que nous soumettons aux jeunes sous forme ludique (d'accord/pas d'accord ; vrai/faux ; quiz). Le but est ici d'ouvrir des moments de débats/discussions entre élèves, d'écouter l'autre, respecter son point de vue, apprendre le non-jugement tout en apportant des réponses factuelles et scientifiques, avec un éclairage sociétal.

Exemples de stéréotypes soumis aux 6e/5e :

- l'orientation sexuelle est quelque chose que l'on choisit
- on n'a pas besoin de nous parler d'éducation sexuelle tant qu'on n'a pas eu nos premières relations

Exemples de stéréotypes ou questions soumis aux 4e/3e :

- quand une fille a eu des relations sexuelles, ça se voit
- notre corps n'est plus pareil une fois qu'on a eu des relations sexuelles
- c'est aux filles de s'occuper de la contraception
- c'est possible de tomber enceinte lors du premier rapport sexuel
- quand on est en couple, c'est obligé d'avoir des relations sexuelles

3 questions au Dr Samuel Etien, spécialiste en santé des adolescent-es.

“il est absolument essentiel de donner aux ados toutes les clefs pour comprendre et nommer les choses”

Le Dr Samuel Etien est médecin généraliste et il co-animera les ateliers à destination des collégiens. Il partage son temps entre le cabinet ipso Richard Lenoir (Paris), où il exerce en libéral, et l'hôpital Hôtel-Dieu. Là-bas, il travaille au sein du service de consultations pour adolescents en situation de rupture. La médecine de l'adolescence est une sorte de spécialité au croisement de la médecine générale et de la pédiatrie, pour accompagner des adolescent-es et de jeunes adultes.



Quels sont les enjeux de la médecine de l'adolescence, de quoi on parle ?

Les grands enjeux pour la santé des ados aujourd'hui, c'est majoritairement la prévention parce qu'en fait les ados ont peu de problèmes de santé. On est donc surtout là en amont, en prévention. On parle nutrition, on parle consommation de toxiques : tabac, cannabis, alcool. On parle aussi de comportements qui peuvent être un risque comme l'utilisation des écrans ou les risques liés à la présence sur les réseaux sociaux, au jeu en ligne, etc... On parle également de prévention dans tous les champs de la santé sexuelle : à la fois prévention des infections sexuellement transmissibles mais aussi des violences sexistes et sexuelles ou liées au genre et enfin de prévention des grossesses non désirées.

Pourquoi ces ateliers menés avec Le Lab sont importants selon vous ?

A partir du moment où on nomme les choses et où on donne la connaissance, tout devient plus facile. Il faut former sur les violences, le corps, les sexualités, pour que ce soit plus facile pour les enfants et les adolescent-es de repérer quand ça ne va pas et demander de l'aide si besoin. Un exemple : connaître son corps, c'est pouvoir identifier les anomalies dans les réactions qu'il peut avoir, repérer les symptômes liés à des IST, ou des symptômes digestifs qui peuvent être liés à des problèmes de nutrition. Il faut absolument donner ces clefs aux ados.

Vous avez conçu avec les équipes ipso santé et Le Lab cette formule de discussion libre avec les collégiens, pourquoi ce choix ?

Je pense qu'un format qui permet une discussion libre avec un médecin, ça permet d'avoir un premier contact avec le monde médical, ce qui n'est pas si simple pour des ados. Parfois, on n'ose pas parler au médecin de famille, parfois le médecin n'est pas formé pour suivre des ados. C'est donc important de proposer une autre image de la médecine : accessible, simple, directe. La présence d'un médecin dans une séance EVARS permet aussi de valider scientifiquement ce qui sera dit et d'avoir des infos de première main.

mieux nous connaître

ipso santé



ipso santé est un collectif de médecins, infirmières, sages-femmes et de non-soignants qui portent ensemble un réseau de cabinets médicaux à Paris, Lyon, Marseille et bientôt Rennes. Depuis 10 ans, nous expérimentons un modèle de soin coordonné qui allie qualité, accessibilité et attractivité pour les soignants. Le collectif est composé d'environ 230 personnes dont 150 soignants.

Le projet ipso santé s'est articulé, dès sa création, autour des enjeux de l'accessibilité et de l'inclusivité. Plusieurs dispositifs visent à faciliter l'accès au soin des personnes fragiles et/ou précaires. Au premier rang desquels, le tarif Secteur 1 dans tous nos cabinets.

Le Lab



Le Lab poursuit deux objectifs : sensibiliser les jeunes, femmes et hommes, à l'égalité des genres afin de prévenir les violences sexistes et conjugales et accompagner les jeunes femmes victimes de violences au sein de leur couple ou de leur famille

Nos ateliers de sensibilisation sont centrés sur les représentations des relations entre les filles et les garçons que peuvent avoir les jeunes. Nos chargé-es de prévention les accompagnent dans leur réflexion et les amènent à se questionner sur les stéréotypes sexistes qui en découlent.

ipso santé et Le Lab en chiffres

ipso santé



7 cabinets en France

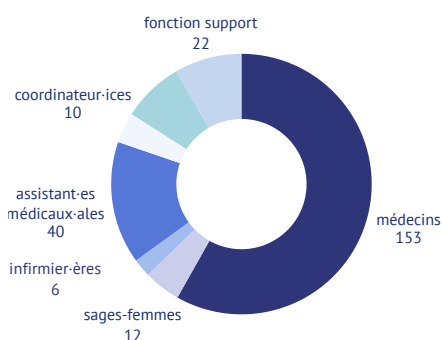
- 5 cabinets à Paris
- 1 à Lyon
- 1 à Marseille
- A venir : Rennes, Nantes, Bordeaux et Montreuil...



Plus de 260 personnes

170 soignant-es dont :

- 6 infirmiers-ères (IDE/IPA)
- 12 sages-femmes
- 153 médecins généralistes



patientèle

60 000 patient-es
régulier-ères pris-es en charge
en 2025

Le Lab



6751 jeunes touché-es lors de nos
formations depuis 2022



Plus de 560 interventions dans 78
établissements différents (écoles
primaires, collèges, lycées ou
structures jeunesse) depuis 2022



95% des apprenants et
apprenantes sont satisfait-es



ils et elles nous ont fait confiance

