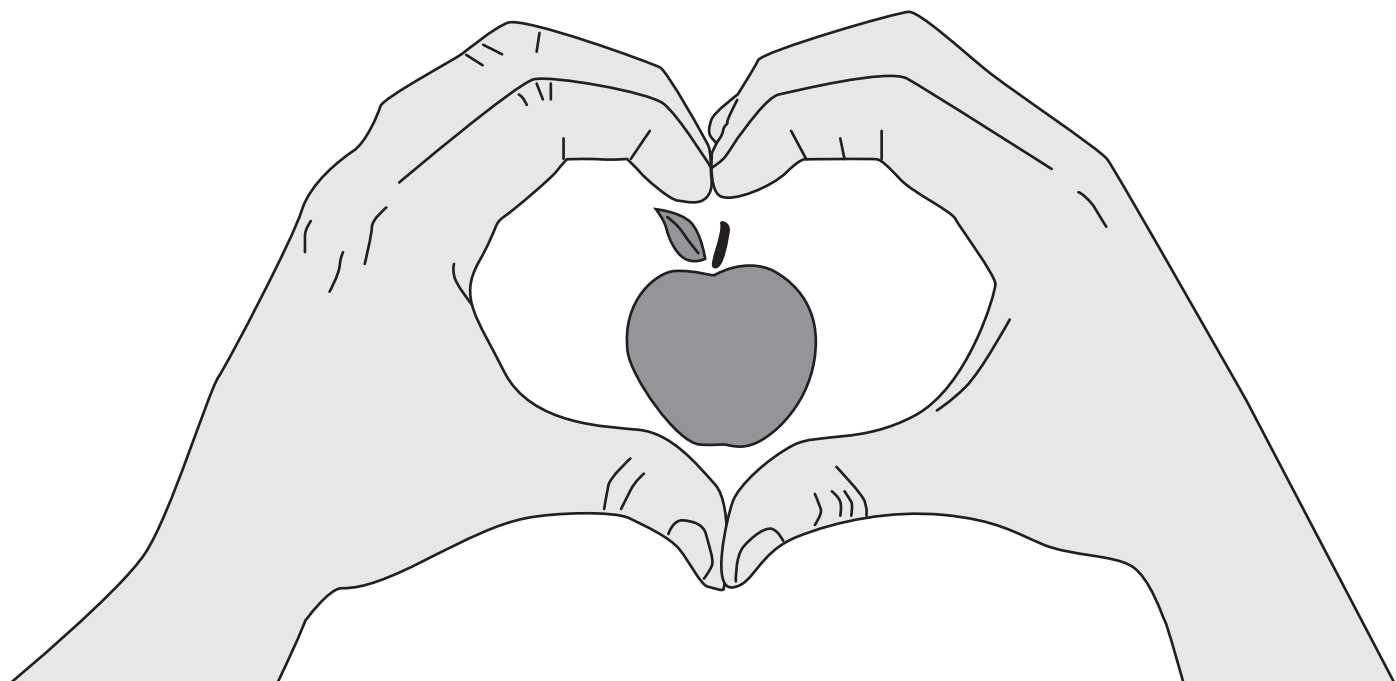




EUROPEAN ASSOCIATION FOR
THE EDUCATION OF ADULTS

DOCUMENT POLITIQUE DE L'EAEA

EDUCATION DES ADULTES & SANTÉ



Le présent document souligne le lien existant entre l'éducation des adultes et la santé, en mettant l'accent sur trois sujets essentiels: les connaissances en matière de santé, l'éducation des adultes et la santé & le bien-être et les cours relatifs à la santé dans l'éducation des adultes. L'EAEA¹ pense que l'éducation des adultes peut jouer un rôle essentiel dans l'amélioration des systèmes de santé mais aussi dans la santé individuelle des gens et elle veut prodiguer des recommandations aux décideurs politiques mais aussi aux prestataires d'éducation des adultes et de soins de santé afin d'atteindre cet objectif.

1 L'Association européenne pour l'éducation des adultes (EAEA) est le porte-parole de l'éducation non-formelle des adultes en Europe. L'EAEA est une ONG européenne de 137 organisations membres dans 44 pays et elle représente plus de 60 millions d'apprenants à l'échelle de l'Europe. Le présent document est basé sur une consultation des membres de l'EAEA en Europe et sur d'autres sources de recherche et de projet, en particulier les projets qui ont été soumis pour le Prix EAEA Grundtvig 2015.

INTRODUCTION

Le sujet de la santé concerne les individus et la société en général: tout le monde veut être en bonne santé; l'augmentation des coûts des soins de santé, y compris pour les maladies qu'il est réellement possible de prévenir ou de mieux gérer, comme le diabète, signifie que les sociétés et les économies s'intéressent à la santé.

Le fait d'être et de rester physiquement et mentalement en bonne santé est lié à l'adoption d'un mode de vie sain à tous les stades de la vie, à l'accès aux soins de santé et à la compréhension des informations médicales. L'éducation non-formelle des adultes joue un rôle essentiel en dotant les gens de compétences en matière de santé. L'éducation des

adultes est liée à la prévention de la santé, aux modes de vie sains, et aux connaissances en matière de santé. L'apprentissage lui-même est une grande source de responsabilisation personnelle et il renforce le sentiment de bien-être, la santé mentale et le bonheur personnel.²

Un certain nombre d'études montrent que les gens plus riches sont aussi en meilleure santé. L'éducation des adultes peut contribuer à égaliser cette situation et à responsabiliser les personnes à faible revenu et faible niveau d'éducation. De nombreuses personnes n'ont pas accès à l'éducation et/ou aux informations en matière sanitaire. Les décideurs ont

un rôle essentiel à jouer en assurant l'accès universel à l'éducation à la santé. Les connaissances en matière de santé sont la première étape de la prévention de la maladie et de la prise en compte de la santé.

L'éducation des adultes offre une incroyable diversité de cours dans le domaine de l'éducation à la santé, pour les particuliers mais aussi pour les professionnels. L'éducation à la santé sur un plan global est aussi essentielle et, ici aussi, l'éducation des adultes peut faire beaucoup de choses. L'apprentissage est aussi un créateur de bien-être en tant que tel: les recherches prouvent que l'apprentissage bénéficie au bien-être et au bonheur personnel de chacun.

2 www.bell-proiect.eu

CONNAISSANCES EN MATIÈRE DE SANTÉ

Connaissances en matière de santé en Europe

Les connaissances en matière de santé sont la capacité des gens à accéder, comprendre et appliquer des informations liées à la santé, leur permettant de faire des choix éclairés liés à leur santé. Cela signifie qu'ils comprennent les explications d'un docteur, les notices d'instruction sur un médicament, les dépliants d'information sur les maladies, etc. et savent également comment les appliquer. Elles portent sur les décisions prises dans la vie quotidienne concernant les soins de santé et la protection de la santé afin de préserver ou d'améliorer la qualité de la vie. Les connaissances en matière de santé permettent essentiellement d'être et de rester en bonne santé, de prévenir les maladies, et de fournir des informations concernant les risques sanitaires potentiels et le comportement préventif.

Selon une étude récente, on estime qu'un pourcentage alarmant de "47% de la population de huit pays européens ont des niveaux insuffisants de connaissances en matière de santé"³; "près de 43% ont eu du mal à comprendre la notion de prévention des maladies et 51% ont eu des difficultés avec la promotion de la santé - ou la capacité de faire progresser leur propre santé."⁴ En 1997, un rapport de CONFINTEA⁵ déclarait déjà que "les pays en développement connais-

sent aussi une augmentation des problèmes de santé liés au mode de vie, en plus de l'incidence déjà élevée des maladies infectieuses. Les maladies liées au mode de vie sont responsables de 70 à 80% des décès dans les pays développés et de près de 40% dans le monde en développement."

Il est impératif d'améliorer les niveaux de connaissances en matière de santé en Europe (et au-delà), afin que les particuliers puissent prendre soin de leur santé de manière appropriée. Les connaissances en matière de santé sont une compétence essentielle qui doit être reconnue en tant que telle en l'incluant dans les mentions officielles relatives aux compétences de base de tous les citoyens.

Les connaissances en matière de santé bénéficient à la société

Les niveaux de connaissances en matière de santé ont un impact sur l'efficacité des systèmes de soins de santé. Les gens qui ont peu de connaissances en matière de santé ont tendance à se rendre plus souvent chez le docteur, à être hospitalisés plus souvent ou à prendre des traitements ou des prescriptions inappropriées. En outre, ils sont moins enclins à prendre des mesures préventives. Le fait d'encourager les connaissances en matière de santé de tous les citoyens est bénéfique pour toute la société car cela réduit les coûts des systèmes de santé publique qui peuvent ensuite fonctionner de manière plus efficace pour ceux qui en ont réellement besoin. Afin de souligner les bienfaits de l'éducation à la santé, il convient de consacrer davantage de recherches à l'éducation à la santé et l'éducation des adultes, qui étaient

les bonnes pratiques et présentent de nouvelles théories.

Aborder la question des connaissances en matière de santé signifie également lutter contre la pauvreté, l'exclusion sociale, le racisme et la discrimination, et encourager la justice sociale et l'égalité des sexes. Cela offre une base très solide permettant d'améliorer la situation socio-économique de nombreuses personnes car une population en meilleure santé à chaque étape de la vie peut davantage contribuer au développement social, culturel et économique de sa communauté et de son pays. Par conséquent, il ne s'agit pas seulement de former les gens aux questions de santé mais de leur permettre de mener une meilleure vie pour eux-mêmes et pour la société en général. En travaillant sur ces questions, les décideurs doivent garder à l'esprit que l'éducation des adultes et les connaissances en matière de santé offrent, d'une part, des solutions à peu de frais et d'une grande efficacité et, d'autre part, d'un grand rendement, qui bénéficient à toutes les parties impliquées. Il est essentiel que l'aide à l'éducation des adultes en matière de cours sur la santé augmente en Europe afin d'offrir davantage de cours et d'assurer un meilleur accès.

Acquérir des connaissances en matière de santé

Les connaissances et informations en matière de santé sont essentielles pour prendre soin de sa santé et prévenir les maladies. Cela commence par le fait de répondre aux besoins de base tels que le sommeil, la nutrition, le mouvement et la santé mentale. Fournir et diffuser des informations

3 Rapport du Forum européen de la santé à Gastein, Autriche, 2014: www.euractiv.com/specialreport-resilient-innovati/campaigners-low-health-literacy-news-530933

4 www.euractiv.com/specialreport-resilient-innovati/campaigners-low-health-literacy-news-530933

5 www.unesco.org/education/uie/confintea/pdf/6b.pdf

concernant l'importance de modes de vie sains est la première manière de permettre aux individus de prendre soin de leur santé.

L'éducation des adultes offre un environnement sûr dans lequel les individus peuvent en apprendre davantage sur leur santé avec quelqu'un qui connaît les bonnes réponses et est disponible pour répondre aux questions ou préoccupations. Les recherches prouvent que l'éducation des adultes influence positivement le comportement des individus: selon l'étude BeLL, 76% des personnes interrogées ont connu des changements positifs dans leur comportement par rapport à la santé après avoir pris part à des cours d'éducation des adultes. C'est la raison pour laquelle l'éducation à la santé doit être intégrée dans les cours d'éducation des adultes. L'éducation à la santé doit être accessible, abordable et de grande qualité. Tant au plan national qu'europpéen, les décideurs ont un rôle à jouer pour permettre à davantage de gens d'avoir accès aux cours et d'acquérir des connaissances en matière de santé.

Accès à la santé et aux connaissances en matière de santé

Il est important de souligner ici que l'égalité d'accès à l'offre de soins de santé de qualité en Europe est importante pour tous. L'accès à l'offre de soins de santé, comme l'accès aux informations concernant la nutrition, la santé, l'exercice doit être renforcé pour tous, car c'est la meilleure manière de prévenir les maladies et les affections. Ici aussi, l'éducation des adultes est une solution très peu coûteuse et efficace.

De même, comme le soulignaient les résultats de l'étude PEICA (PIAAC en anglais) sur les niveaux d'alphabétisation en Europe, en moyenne, 20 % de la population adulte de l'UE possède de faibles compétences en lecture et en calcul. Il s'agit là d'un autre défi pour les connaissances en matière de santé, car beaucoup d'informations sont données par écrit – et souvent dans un langage compliqué. Le rapport de CONFINTEA6 sur l'éducation des adultes et la santé affirme: "On sait que ceux qui sont le plus susceptibles d'être frappés par la maladie sont non seulement les plus pauvres, mais aussi ceux dont le niveau d'éducation est le moins élevé. De plus, l'expérience acquise dans les pays développés et en développement montre que les programmes d'alphabétisation et d'éducation non-formelle peuvent conduire à d'importantes améliorations de la santé et du bien-être général."

Des méthodes spécifiques doivent être adoptées afin d'atteindre les groupes marginalisés et défavorisés. Le projet de recherche IROHLA souligne que: "Il existe au sein de l'Union européenne une grande hétérogénéité de cultures, de groupes ethniques, de conditions socio-économiques et de systèmes de soins de santé. Les migrants ont souvent du mal à trouver leur voie dans les services de santé. Pour être efficaces, les politiques en matière de santé doivent tenir compte de cette diversité. Des interventions éprouvées, testées localement, devraient avoir la priorité dans l'éventail des activités possibles". Le projet OED (Outreach, Empowerment, Diversity) présente des méthodes permettant aux éducateurs pour adultes d'atteindre ces personnes.

E-alphabétisation: le besoin de pensée critique

Aujourd'hui, Internet offre un large éventail de sites liés à la santé et devient de plus en plus le premier point d'information sur les questions de santé. Cela amène à des autodiagnostic basés sur ces informations. Les informations fournies dans les forums et sites de consultation en ligne doivent cependant être traitées avec précaution, car certaines informations portant sur les maladies, leurs symptômes ou traitement ne sont pas correctes et ne correspondent pas aux informations scientifiques et médicales. Un grand nombre d'informations ésotériques et/ou à finalité commerciale peuvent aussi être très onéreuses ou même porter préjudice aux gens.

Par conséquent, il faut apprendre à développer un esprit critique concernant les informations liées à la santé présentes sur Internet. Développer une compréhension critique des informations, apprendre à comparer et à analyser les informations sont des compétences de base acquises grâce à des cours spécifiques ou à l'éducation non-formelle des adultes en général. Certains cours d'éducation des adultes sur ce sujet existent déjà en tant que cours pilotes visant à développer la pensée critique sur les informations numériques relatives à la santé.

Les décideurs pourraient adopter une réglementation sur les mauvaises annonces relatives aux questions de santé sur l'Internet, ou, comme le suggère le projet IROHLA, "introduire des sceaux de qualité pour des sites Internet fiables". Leur rôle est de protéger les consommateurs dans le domaine de la santé.

ÉDUCATION DES ADULTES ET SANTÉ

Offre de cours sur la santé dans l'éducation des adultes

L'éducation des adultes offre de nombreux cours différents sur la santé. Les cours de cuisine, par exemple, sont d'excellents moyens d'apprendre à manger et à cuisiner de manière saine. Ces cours peuvent être très élémentaires et viser à encourager une alimentation saine, comme avec les "rudiments en matière de cuisine", ou traiter plus particulièrement de questions de santé telles que "comment cuisiner sans gluten". D'autres cours tels que les cours de yoga ou de fitness permettent aussi aux adultes de mieux gérer leur santé physique et mentale.

Les cours d'éducation des adultes peuvent aussi fournir des informations sur des maladies qui pourraient apparaître à certains stades de la vie, comme par exemple le diabète. Les patients peuvent prendre des mesures destinées à réduire le risque de développer un diabète, comme la pratique régulière d'un sport, une alimentation saine, etc. En outre, la mise à disposition d'informations sur le diabète aide chaque jour les patients à faire face à la maladie et à ses effets. Les cours traduisent les informations sur la santé en un langage facile à comprendre et ils présentent les informations de manière pédagogique. Les cours ciblent aussi les personnes qui accompagnent les patients, et les aident à apprendre la manière de traiter un membre de la famille atteint d'Alzheimer, par exemple, et donc aussi de développer des réseaux de personnes concernées.

Prestataires d'éducation non-formelle sur la santé

De nombreux centres d'éducation des adultes dispensent une éducation non-formelle sur la santé. Il y a également d'autres prestataires d'éducation à la santé, comme les employeurs, les associations de patients, les professionnels de la santé, les organisations en charge des migrants, les syndicats (pour la qualité du lieu de travail), les écoles et les familles. Une collaboration intersectorielle entre ces prestataires est essentielle pour assurer et améliorer constamment la qualité de la prestation. Collaborer et partager des expériences entre prestataires est un moyen effectif d'améliorer la qualité des cours offerts. La collaboration améliore l'efficacité du travail.

L'éducation des adultes permet des partenariats avec divers secteurs et remplit des fonctions de liaison. Elle permet et encourage une approche intersectorielle à tous les niveaux de la prise de décision, à savoir les niveaux local, régional, national, et européen. Cette approche intersectorielle est également nécessaire car d'autres compétences sont nécessaires pour comprendre les informations relatives à la santé, comme le souligne le projet IROHLA: "Les organisations et institutions des secteurs des services sociaux, de l'éducation ou du commerce peuvent améliorer les connaissances sur la santé des personnes âgées, par exemple en améliorant les compétences en matière de lecture et d'écriture, en introduisant les compétences en informatique ou en donnant accès à des informations compréhensibles."

L'éducation des adultes à la santé est dispensée dans de nombreux endroits. Cependant, tous ces prestataires ne qualifient pas les cours qu'ils prodiguent "d'éducation des adultes" – alors qu'il est évident qu'il s'agit bien d'éducation des adultes. A titre d'exemple, les hôpitaux et d'autres fournisseurs de soins de santé organisent des cours concernant la manière de traiter les maladies chroniques. Nous aimerions attirer l'attention sur le fait qu'il existe de nombreux lieux et méthodes différents pour dispenser une éducation à la santé.

Apprentissage en communauté

L'apprentissage en communauté est une des meilleures méthodes utilisées dans le domaine de l'éducation des adultes pour les questions de santé. En effet, il est plus facile pour les personnes ayant de faibles niveaux de connaissances en matière de santé de s'ouvrir et de partager leurs préoccupations avec un groupe de personnes qui partagent leur expérience et leur ressenti. Travailler avec un groupe cible dans le cadre d'une approche ascendante et créer de petites communautés pour parler de questions de santé est donc un mode d'apprentissage efficace et élémentaire. Les groupes d'apprentissage par les pairs offrent un soutien et un apprentissage mutuels. Dans ces groupes, les patients et leurs familles peuvent entendre des histoires d'autres patients et en apprendre davantage sur leurs maladies ou affections et sur les traitements couronnés de succès. L'intégration des connaissances en matière de santé et d'éducation dans d'autres cours au sein

de l'apprentissage communautaire est aussi un bon moyen d'atteindre des apprenants plus défavorisés (voir, par exemple, le cursus des citoyens de l'organisation anglaise NIACE: www.niace.org.uk/our-work/life-and-society/citizens-curriculum)

Au cours d'un rendez-vous chez un médecin, on a peu de temps pour parler de ses craintes et obtenir des réponses à toutes ses questions. A cet égard, l'apprentissage en communauté peut être d'une grande aide. Il est très utile d'avoir quelqu'un qui peut parler davantage de certaines maladies, répondre aux questions, prendre le temps, avoir un groupe qui partage la même expérience. C'est aussi le cas lorsqu'on aide une personne et sa famille à apprendre comment traiter une maladie – comme, par exemple, apprendre à vivre avec quelqu'un qui est atteint d'Alzheimer ou de démence. Le rapport CONFINTEA7 sur l'éducation des adultes et la santé souligne également que : "On estime qu'il est très important de se fonder sur les initiatives locales et l'expérience propre des gens, par exemple en impliquant les spécialistes locaux de la santé et les comités communautaires. Le rôle de l'éducateur à la santé ou de l'éducateur pour adultes est d'être un facilitateur, une ressource, un catalyseur et parfois un lien pour les communautés, permettant d'approcher d'autres structures, telles que les services gouvernementaux."

Éducation des adultes pour professionnels de la santé

Parfois les patients ne peuvent pas lire ou comprendre correctement

les indications médicales et il est important qu'ils sachent comment réagir de manière appropriée. Le projet IROHLA précise: "Les activités en termes de connaissances en matière de santé devraient faire partie d'un système de qualité dans les institutions de santé. Les professionnels devraient avoir une connaissance approfondie des questions de santé et entretenir leurs compétences grâce à des accords et des réseaux institutionnels. Des cours de suivi et de rafraichissement des connaissances devraient être organisés régulièrement. La formation en communication effective doit faire partie du développement initial et continu des ressources humaines." Le besoin d'emplois dans le domaine de la santé augmentera dans les années à venir, ainsi que l'âge de la population européenne, et la mise en place de l'éducation des adultes doit être renforcée pour répondre à ces besoins.

Les professionnels, en particulier les docteurs, doivent être disponibles pour les patients et prendre le temps de bien expliquer leur état de santé à leurs patients, dans un langage approprié. Le fait de parler aux patients requiert également une grande empathie de la part des professionnels de santé, car les questions de santé créent souvent de fortes émotions. Une meilleure relation avec les professionnels de santé aiderait également le patient et renforcerait sa confiance dans le système de soins de santé. Le projet IROHLA propose d'utiliser du matériel pédagogique qui simule les interviews entre les patients et

les professionnels afin d'améliorer la communication entre les deux parties.

Le projet autrichien ALPHA POWER a offert des ateliers aux professionnels de la santé afin de leur permettre de détecter les personnes à faibles connaissances de base et de travailler avec elles de manière appropriée.

De nombreuses personnes travaillent dans le domaine de la santé, souvent du personnel de soutien, dont la formation n'est pas une profession réglementée comme les docteurs ou les infirmières, et leur formation ou leur développement professionnel sont très souvent organisés par des centres d'éducation des adultes. L'éducation des adultes contribue donc à une plus grande professionnalisation du secteur de la santé.

L'éducation à la santé sur un plan global

Au plan global, les stratégies d'éducation à la santé varient beaucoup en fonction du contexte national. L'éducation à la santé – qui est libérée des idéologies politiques et religieuses – est essentielle pour lutter contre la propagation de maladies telles que le SIDA, la tuberculose ou la malaria, d'épidémies telles que l'Ebola, et de maladies qui pourraient être aisément évitées par des vaccins, un mode de vie plus sain ou des stratégies de prévention qui conduisent à un changement de comportement. L'information des patients concernant le mode de transmission des maladies, la manière de les traiter, de les soigner ou de les éviter, et le fait d'offrir les outils permettant de tran-

smettre ces informations aux familles et aux pairs est au cœur des stratégies d'éducation à la santé.

Les filles et les femmes sont très souvent chargées de leur santé sexuelle et de celle de leur famille, mais dans de nombreux pays, l'accès à des services adéquats de santé sexuelle, infantile et maternelle fait défaut, souligne l'UNICEF⁶. Leur donner les moyens d'agir en renforçant leur accès à l'éducation contribue à améliorer la santé de leur famille et de la société. Le projet "Hope for Future Generations" (EAEA Grundtvig Award 2015) donne aux jeunes femmes une éducation sexuelle et reproductive, en les informant des méthodes d'avortement sûres ou non sûres – ceci a contribué à combler une lacune dans l'éducation à la santé.

Les projets de documents relatifs aux Objectifs de développement durable des Nations Unies abordent la nécessité d'améliorer les stratégies d'éducation à la santé et d'avoir un meilleur accès à l'éducation à la santé et aux soins de santé. Cependant, la création et la mise en œuvre de cours d'éducation non-formelle des adultes en matière de santé nécessitent un financement adéquat du secteur public. Pour mettre en pratique tous les bienfaits de l'éducation à la santé exposés dans ce document, il est essentiel de disposer de plus de financement public.

Sur un plan global, les stratégies d'éducation à la santé doivent être

améliorées. Dans divers domaines politiques tels que l'allègement de la pauvreté, la justice sociale, l'égalité des sexes, la lutte contre le racisme, etc., l'éducation à la santé est une question essentielle et doit être élaborée en tant que telle.

⁶ http://www.unicef.org/esaro/7310_Gender_and_health.html

SANTÉ ET BIEN-ÊTRE

Santé et bien-être, les bienfaits de l'éducation des adultes

L'éducation des adultes n'est pas seulement un moyen complémentaire d'acquérir plus de connaissances mais aussi une approche proactive en termes d'autonomisation et de bien-être mental. Comme le montrent les recherches, l'éducation des adultes est un moyen pour les gens d'avoir une vie plus épanouie et plus heureuse, et donc plus saine. Dans l'étude BeLL⁷, 84% des personnes interrogées ont connu des changements positifs en termes de bien-être mental, et 83% ont connu des changements positifs dans leur vision du sens de la vie lorsqu'elles ont acquis des connaissances dans leur vie adulte.

L'apprentissage, en particulier dans l'éducation non-formelle des adultes qui utilise des méthodes participatives et innovantes, rend les gens plus confiants en eux-mêmes et conscients de leurs propres capacités et compétences. Les cours font aussi sortir les gens de chez eux, leur font rencontrer d'autres personnes et renforcent donc leurs réseaux sociaux, ce qui est essentiel pour le bien-être. Ces bienfaits contribuent non seulement à leur

développement et leur épanouissement personnel, mais ils ont aussi un impact très positif sur leur vie professionnelle. Les employeurs jouent un rôle essentiel en encourageant l'apprentissage non-formel de leurs employés et ils améliorent donc leur bien-être. Dans certains pays, les centres d'éducation des adultes offrent des cours durant les pauses déjeuner, afin de permettre aux employés d'y participer.

L'éducation des adultes aide les personnes qui ont des problèmes de santé mentale

L'éducation des adultes a également un grand rôle à jouer dans les problèmes de santé mentale. Plusieurs projets, tels que le projet de NIACE "Mental Health in Further Education (MHFE) e-network" soulignent que l'apprentissage communautaire peut aider les gens qui ont des problèmes de santé mentale. Avec ce projet, l'apprentissage en communauté a prouvé qu'il était un traitement efficace pour les personnes confrontées à des problèmes de santé mentale. Cette méthode n'est pas une thérapie en tant que telle mais une activité d'apprentissage. La responsable du projet, Catina Barrett de NIACE, explique que cette activité donne au patient le sentiment "Je

me sens mieux" alors que la thérapie est perçue comme "Le thérapeute m'aide à me sentir mieux". L'éducation des adultes est donc un excellent moyen d'éviter ou de réduire les médicaments et de prodiguer des conseils pour des problèmes de santé mentale et les praticiens devraient l'envisager de manière plus systématique pour soigner leurs patients.

La santé mentale est aussi le domaine où l'écart entre les sexes en termes d'éducation à la santé devient le plus évident. Les participants aux prestations en matière de santé ont tendance à être essentiellement des femmes. Les participants à des cours sur la santé sont majoritairement des femmes. Les femmes ont également davantage tendance à se rendre chez le docteur, autant de raisons qui contribuent au fait que les femmes ont une plus grande espérance de vie que les hommes. L'éducation des adultes a créé des projets spécifiques qui ciblent les hommes qui, autrement, ne participeraient pas à ces cours, comme les men's sheds (un objectif de Men's Sheds est d'améliorer ou de préserver le bien-être des participants -<http://menssheds.ie/>). Ces initiatives méritent d'être davantage diffusées en Europe et ont besoin de soutien.

7 www.bell-project.eu

CONCLUSION

L'éducation des adultes a un rôle essentiel à jouer dans le domaine de la santé. L'éducation à la santé a des résultats élevés en termes de niveau de santé accrue de la population et de réduction des coûts des systèmes de santé publique, ainsi que de revenus financiers car une population en meilleure santé travaille mieux et plus longtemps. L'éducation à la santé et l'alphabétisation concernent tout le monde, non seulement les bénéficiaires (par ex. les patients ou les apprenants), mais aussi les donateurs (par ex. les professionnels de la santé, le personnel éducatif, etc.). L'éducation à la santé et l'alphabétisation ne sont pas des questions autonomes en soi mais des questions transversales qui font partie d'autres domaines politiques et doivent être reconnues en tant que telles.

Nous devons en faire davantage pour nous assurer que davantage de gens ont accès aux cours de connaissances sur la santé et peuvent prendre soin de leur santé. L'éducation à la santé doit être accessible et abordable pour tous, et de grande qualité. C'est encore plus important à l'ère de l'Internet, lorsque les consultations basées sur Internet créent des tendances aux autodiagnostic.

L'éducation des adultes doit être soutenue, afin que davantage de gens puissent y avoir accès car il est avéré que l'apprentissage crée un sentiment de bien-être et de bonheur personnel pour l'apprenant. C'est un excellent moyen de rester heureux et en bonne santé, mais aussi de lutter contre la maladie mentale de manière naturelle.

RECOMMANDATIONS POUR...

LES DÉCIDEURS

Assurer une éducation à la santé qui est accessible, abordable et de grande qualité pour tous

- Encourager les cours d'éducation des adultes sur la santé et intégrer l'éducation à la santé dans l'éducation des adultes
- Améliorer les niveaux de connaissances en matière de santé en Europe
- S'assurer que les informations en matière de santé sont accessibles
- Lier l'éducation à la santé aux questions transversales telles que la lutte contre la pauvreté, l'exclusion sociale, le racisme et la discrimination, et encourager la justice sociale et l'égalité des sexes. L'éducation à la santé ne signifie pas uniquement éduquer les gens aux problèmes de santé mais aussi les aider à avoir une meilleure vie pour eux-mêmes et pour la société en général.
- Au plan global, améliorer les stratégies d'éducation à la santé.
- Encourager la collaboration entre les parties prenantes dans le domaine de l'éducation à la santé et des soins de santé
- Encourager l'information et la formation du personnel de santé et le sensibiliser aux niveaux d'alphabétisation potentiellement faibles du patient
- Dans le domaine de l'e-santé
 - o soutenir la création de cours de développement de la pensée critique sur l'e-santé
 - o adopter des règles concernant les mauvaises annonces relatives aux questions de santé sur Internet
- Soutenir l'éducation non-formelle des adultes et ses méthodes car ce sont les plus efficaces pour faire face aux groupes marginalisés et défavorisés qui ont le plus besoin de soutien
- Faire des connaissances en matière de santé une priorité de l'Union européenne et de ses Etats membres dans le but d'aboutir à des systèmes de santé durables.
- Obtenir de meilleurs résultats en termes d'interventions relatives aux connaissances en matière de santé au moyen d'un effort collaboratif, en particulier grâce à une coopération entre différents ministères et départements, tels que la santé, l'éducation et les affaires sociales.
- Le traitement des questions relatives aux connaissances en matière de santé requiert un changement de comportement des citoyens, des communautés et des professionnels.

LES PRESTATAIRES DE SERVICES D'ÉDUCATION

L'utilisation de méthodes d'éducation non-formelles est la meilleure approche de l'éducation à la santé

- Utiliser des méthodes participatives et innovantes qui rendent les gens plus confiants en eux-mêmes et conscients de leurs capacités et compétences
- Encourager la participation du groupe cible, avec des modèles de rôle et des groupes d'apprentissage en équipe dans le cadre d'une approche ascendante
- Utiliser ces méthodes, en particulier pour s'adresser aux groupes marginalisés et défavorisés qui ont le plus besoin d'aide
- Intégrer les connaissances et l'éducation en matière de santé dans d'autres acquisitions, en particulier l'acquisition de connaissances de base

LES PRESTATAIRES DE SOINS DE SANTÉ

- Sensibiliser le personnel de santé aux faibles niveaux d'alphabétisation potentiels des patients
- S'assurer que les docteurs sont en mesure de simplifier le langage qu'ils utilisent avec les patients et offrir des formations destinées à améliorer la communication
- Coopérer avec les prestataires d'éducation des adultes afin d'améliorer les méthodes d'enseignement et d'information



EUROPEAN ASSOCIATION FOR
THE EDUCATION OF ADULTS