

2026

Récit d'expérience : L'approche par les pairs pour renforcer le pouvoir d'agir

Association Sens et Savoirs

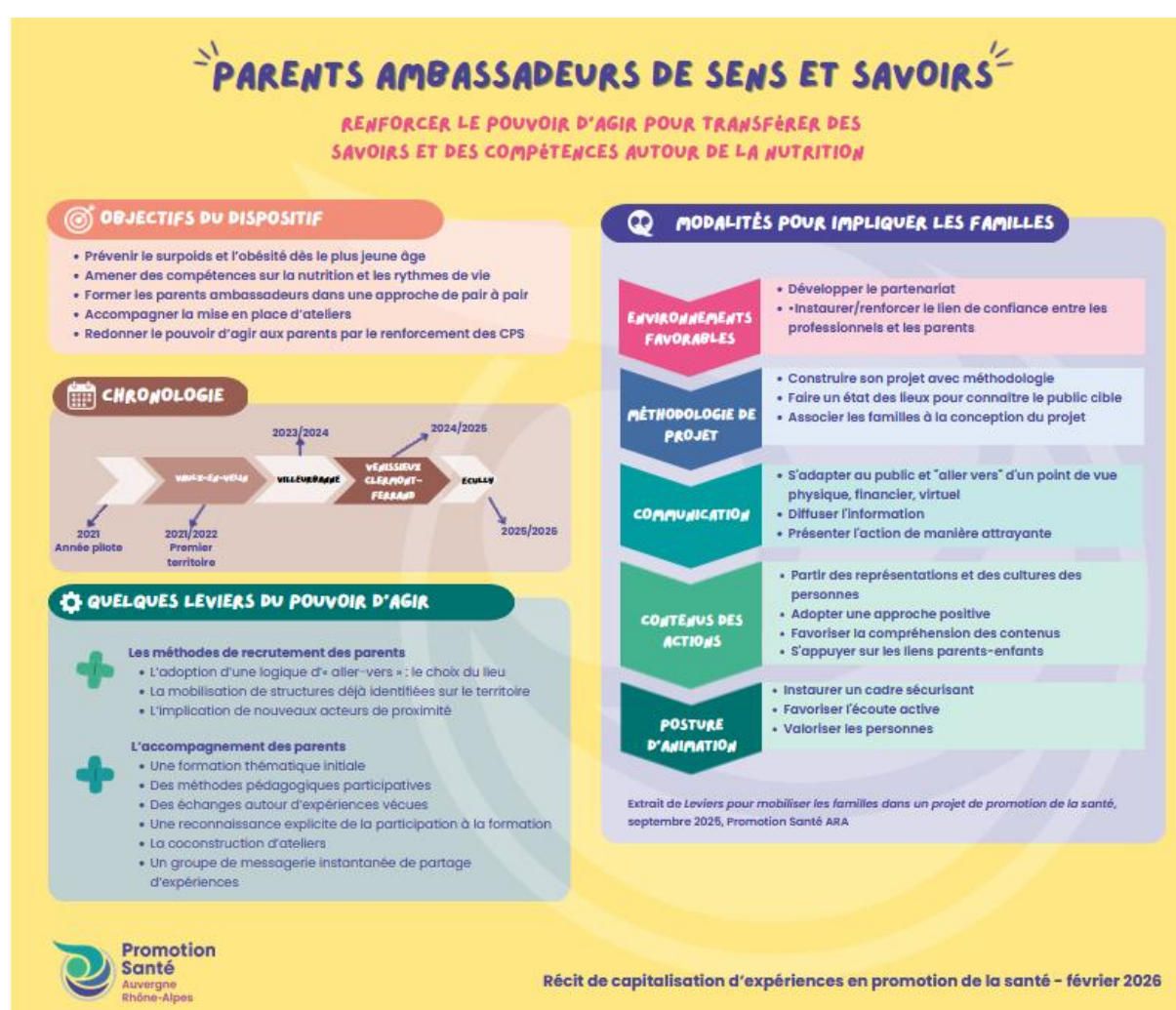


L'essentiel du récit

Résumé

Depuis 2021, l'association Sens et Savoirs mène un programme innovant de montée en compétences des parents d'élèves autour des enjeux de nutrition, de rythmes de vie et d'usage des écrans. Le dispositif vise à transférer le pouvoir d'agir vers les parents, en les accompagnant afin qu'ils puissent s'approprier et diffuser des savoirs et animer eux-mêmes des temps d'échange entre pairs. Cette fiche de capitalisation restitue les principes, les modalités et les enseignements du projet autour de cette question de capitalisation : **Comment renforcer le pouvoir d'agir pour transférer des savoirs et des compétences autour de la nutrition ?**

Synthèse



Carte d'identité de l'intervention



Intervention Les parents ambassadeurs

Porteur Association Sens et Savoirs

Thématiques Alimentation, Politique de la Ville, Inégalités sociales et territoriales de santé (ISS)

Population cible Parents d'élèves des établissements scolaires des quartiers prioritaires de la ville (QPV)

Calendrier 2021-2026

Milieu d'intervention Etablissements scolaires des quartiers prioritaires de la ville (QPV)

Territoires concernés Villeurbanne, Vaulx-en-Velin, Vénissieux, Ecully et Clermont-Ferrand

Principaux partenaires Établissements scolaires, réseaux d'aide spécialisé aux élèves en difficulté (RASED), Réseau d'aide, d'appui et d'accompagnement des parents (REAAP), centres sociaux, maisons de quartier, mairies (services santé)

Équipe sur ce programme Brigitte Gatimel et Céline Leprince, co-directrices de l'association Sens et Savoirs, huit diététiciennes/nutritionnistes chargées de projet, dont une située à Clermont-Ferrand

Objectifs liés à la coordination territoriale

- Prévenir le surpoids et l'obésité dès le plus jeune âge
- Transmettre des compétences sur la nutrition et les rythmes de vie
- Former les parents ambassadeurs avec une approche de pair à pair
- Accompagner la mise en place d'ateliers
- Redonner le pouvoir d'agir aux parents par le renforcement des compétences psychosociales (CPS)

Contributrice Céline Leprince, co-fondatrice et co-directrice de l'association Sens et Savoirs
cleprince@sensetsavoirs.com

Accompagnatrice Promotion Santé Auvergne-Rhône-Alpes
 Audrey Avanzi, chargée de formation régionale et formatrice sur les compétences psychosociales (CPS)
<https://www.promotion-sante-ara.org>

Méthodologie Fiche réalisée sur la base d'un entretien de capitalisation conduit en novembre 2025 et d'une visite de terrain réalisée en décembre 2025

Sommaire

5 Présentation du dispositif

- 5 → Intervention
- 6 → Contexte de l'intervention et historique
- 6 → Objectifs de la démarche
- 6 → Partenaires engagés

8 L'approche par les pairs

8 Comment s'approprier certains éléments du programme

- 8 → Les leviers de réussite pour mobiliser les parents
- 13 → Les freins en matière de participation, et comment les éviter ou les réduire
- 15 → Les effets du projet et son évaluation

16 Les mécanismes de renforcement du pouvoir d'agir

18 Modalités d'action à partir des leviers identifiés sur le site Savoirs d'intervention

Sigles utiles

- ARS : Agence régionale de santé
- CAF : Caisse d'allocations familiales
- ISS : Inégalités sociales de santé
- QPV : Quartier Politique de la Ville
- REAAP : Réseau d'aide, d'appui et d'accompagnement des parents
- RASED : Réseau d'aide spécialisé aux élèves en difficulté
- ZEP : Zone d'éducation prioritaire

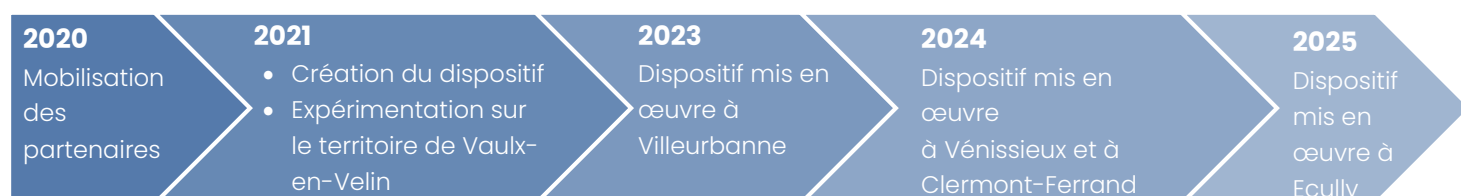
Présentation du dispositif

Intervention

Chaque intervention du dispositif « parents ambassadeurs » se déroule en trois étapes, détaillées dans le schéma suivant :



Contexte de l'intervention et historique



Sens et Savoirs

L'association conçoit et anime des ateliers ludiques, sensoriels et participatifs dans la région Auvergne-Rhône-Alpes sur les thématiques de l'alimentation (éveil sensoriel, gaspillage, compostage, environnement alimentaire...) et des rythmes de vie (sommeil, activité physique, écran...), ainsi que sur des enjeux avoisinants, tels que la santé bucco-dentaire, le bien-être, les émotions et des problématiques de santé mentale. Les interventions sont adaptées aux besoins des publics, inscrites dans la durée, et se donnent pour objectif de redonner du pouvoir d'agir aux acteurs en mutualisant leurs connaissances.

Le dispositif

Le dispositif « Parents ambassadeurs » s'inscrit dans le cadre des plans gouvernementaux de prévention de l'obésité, en particulier le programme national nutrition-santé 2019-2023, décliné en une feuille de route « Prise en charge de l'obésité » (2019-2023), bien qu'aucun axe de ces documents ne fasse spécifiquement mention de ce type de programme alliant parentalité et nutrition.

« En France, le nombre d'enfants en surpoids était estimé à 17 % chez les 6-17 ans en 2015, dont 4 % en situation d'obésité (Esteban 2014-2016). (...) La persistance des inégalités sociales en matière de nutrition demeure un enjeu majeur, avec des prévalences de surpoids et d'obésité supérieures dans les populations les plus défavorisées. » – Programme national nutrition santé 2019-2023

Le projet est inspiré du dispositif « patients experts » (des personnes ayant eu une maladie comme le diabète, l'anorexie ou l'obésité témoignent de leur vécu ou accompagnent d'autres personnes) découvert en milieu hospitalier par Céline Leprince, l'une des fondatrices et co-directrice de Sens et Savoirs.

Ce projet est né du constat qu'il était difficile de toucher les parents les plus éloignés ou les plus en difficulté. Il a pu commencer en 2021 grâce au renforcement de l'équipe salariée. Une première expérimentation à Vaulx-en-Velin a permis de former dix parents ambassadeurs dans le cadre du projet PACAP. Il était alors intitulé « parents experts ». Les parents ayant fait le retour à la fin de l'année de leur sentiment de ne pas être « experts » en nutrition, il a été décidé de changer le nom du projet, désormais appelé « Parents ambassadeurs », dans l'optique de souligner l'accompagnement de pair à pair et le transfert de savoirs, mais aussi de posture. Cela a permis d'intégrer peu à peu des éléments liés aux compétences psychosociales (CPS), en particulier les compétences émotionnelles, et à la posture dans la formation initiale des parents. Le dispositif s'est étendu aux territoires de Villeurbanne, Vénissieux et Clermont-Ferrand entre 2022 et 2025.

Concernant le public visé, à sa création, Sens et Savoirs avait engagé différents partenaires régionaux autour du projet « Petite Enfance Alimentation Corpulence Activités Physiques » (PACAP), un projet territorial de prévention par la nutrition à destination des 0-6 ans. Le projet des « parents ambassadeurs » a permis d'élargir le public en s'adressant à des enfants de niveau élémentaire et aux collégiens.

Objectifs de la démarche

Le projet « Parents ambassadeurs » est mis en œuvre dans les zones d'éducation prioritaire (ZEP) de Villeurbanne, de Vaulx-en-Velin, de Vénissieux, d'Ecully et de Clermont-Ferrand, dans le cadre de la politique de la ville.

« Je me mets à la place d'une maman. Elle ne connaît personne dans l'école et l'enseignant dit : « Venez au café des parents pour faire telle chose, telle chose. » Elle ne connaît personne, donc elle n'y va pas. Si une autre maman de la classe de sa fille lui dit : « Allez viens », oui, elle y va. » – Céline Leprince

Ce programme de soutien à la parentalité vise à impliquer davantage les parents sur les enjeux de nutrition de l'enfant, en transférant l'expertise et le pouvoir d'agir et en créant des relais de savoirs de pair à pair. L'action vise ainsi à valoriser les compétences des parents en matière d'alimentation et à assurer leur montée en compétences.

Partenaires engagés

Le dispositif s'appuie principalement sur les partenaires déjà engagés dans d'autres projets de l'association, qui œuvrent ainsi comme des soutiens transversaux.

Sur tous les territoires, le service santé de la Ville est impliqué, ainsi que l'Education nationale à travers les établissements partenaires.

- **À Vaulx-en-Velin**, il est soutenu par les Cités éducatives. Le REAAP est également impliqué, ainsi que la référente famille et parentalité de Vaulx-en-Velin. Les établissements scolaires concernés sont les écoles maternelles et élémentaires de la ville.
- **À Villeurbanne**, le programme est financé par l'ARS et la CAF. Les partenaires impliqués sont le RASED* et l'association 3D. Les établissements scolaires concernés sont les écoles maternelles et élémentaires de la ville.

- À **Vénissieux**, le programme est soutenu par la politique de la ville. La maison de quartier Darnaise est impliquée. L'établissement scolaire concerné est le collège Elsa Triolet.
- À **Clermont-Ferrand**, les centres sociaux sont impliqués. Les établissements scolaires concernés sont les écoles maternelles de la ville.
- À **Écully**, le programme est soutenu par la politique de la ville. Les établissements scolaires concernés sont les écoles maternelles de la ville.

Les structures partenaires ont principalement pour mission de mobiliser les parents, d'assurer la communication et le soutien logistique (par exemple, à travers la mise à disposition de salles).

L'approche par les pairs

La première spécificité du projet « Parents ambassadeurs » est le fait de reposer sur le transfert d'expertise vers les parents à travers une approche « par les pairs », que l'on pourrait rapprocher des démarches de pair-aidance ou d'éducation par les pairs.

Dans le domaine médico-social, la pair-aidance est définie par les lois du 2 janvier 2002 de rénovations de l'action sociale et médico-sociale et du 4 mars 2002 relative aux droits des patients et à la qualité du système de santé comme « un ensemble de pratiques qui procède de formes d'accompagnement ou encore d'entraide et de soutien, par lesquelles une personne s'appuie sur son savoir expérientiel vécu, c'est à-dire le savoir qu'elle a retiré de sa propre expérience d'une situation vécue, habituellement considérée comme difficile et/ou stigmatisante ou négative (exemple : expérience de vie à la rue, précarité, conduite addictive, troubles psychiatriques, etc.), pour aider d'autres personnes vivant des parcours similaires, des situations comparables. »

Dans le champ éducatif et en promotion de la santé, l'éducation par les pairs est définie sur le site « savoirs d'intervention » ainsi : « faire appel à des pairs, c'est mobiliser des personnes du même âge, de même contexte social, fonction, expérience, etc. que les personnes ciblées, pour mener des actions. » Le site spécifie que « des parents volontaires peuvent être formés à une thématique et sensibiliser ensuite les autres parents. », ce qui semble rejoindre l'approche choisie par Sens et savoirs.

Comment s'approprier certains éléments du programme

Les leviers de réussite pour mobiliser les parents

Ce projet a mis en évidence le fait que les parents peuvent s'impliquer plus facilement dès lors que des leviers adaptés sont mis en œuvre.

Les méthodes de recrutement

Dans le cadre du dispositif « Parents ambassadeurs », plusieurs leviers ont été identifiés pour recruter les parents les plus éloignés de l'école.

« Les enseignants voient qu'on arrive à toucher des parents qu'ils n'ont jamais vus. Souvent, ils nous disent : Il y a des mamans qu'on ne connaît même pas qui étaient présentes. » – Céline Leprince

L'adoption d'une logique d'« aller-vers » : le choix du lieu

En premier lieu, les actions de formation initiale et de coanimation avec les parents sont **menées directement sur le territoire**. Ainsi la formation à Vénissieux a eu lieu à la maison de quartier Darnaise fréquentée par de nombreux parents. La proximité du lieu de formation, d'autant plus lorsque les parents le fréquentent par ailleurs, facilite l'accessibilité du dispositif à des publics éloignés.

La mobilisation de structures déjà identifiées sur le territoire

Les acteurs locaux des établissements scolaires et sociaux auprès desquels l'association Sens et Savoirs intervient déjà dans d'autres projets, sont sollicités pour recruter les parents. Il s'agit principalement d'établissements scolaires situés en zone d'éducation prioritaire et de structures relevant de la politique de la ville pour toucher des parents éloignés des dispositifs institutionnels classiques. A Vénissieux, le dispositif s'est ainsi appuyé sur la maison de quartier Darnaise, déjà impliquée dans d'autres projets avec l'association Sens et Savoirs.

L'implication de nouveaux acteurs de proximité

Dans une même logique, l'association a identifié sur chaque territoire de nouveaux acteurs, à même de créer du lien entre les établissements scolaires et les parents. A Vaulx-en-Velin, l'association a sollicité la médiatrice parentalité, dont la mission consiste à repérer les personnes en difficulté, désocialisées ou précarisées pour faire de l'accompagnement à la scolarité, aux familles, et renforcer le lien entre les parents, les enfants et les écoles.

L'accompagnement des parents

La clé du dispositif réside dans l'accompagnement des parents pour s'approprier le dispositif, de la transmission de savoirs à la mise en place d'actions, et ce, dès le temps de formation incluant un temps d'échanges autour des actions possibles à mettre en œuvre après la formation.

Un temps de transmission

Le dispositif commence par un temps formatif de 8h animé par une diététicienne, réparti sur plusieurs semaines, et autour de six axes : le rôle d'un parent ambassadeur, l'alimentation, le sommeil, les écrans, les émotions et l'accompagnement à la mise en place d'actions.

« Ce qui me tient vraiment à cœur, c'est de montrer que tout le monde sait faire. Les parents ont des compétences, il faut les valoriser pour leur permettre d'agir eux-mêmes et qu'on arrête d'être sur du descendant. » - Céline Leprince

Une formation thématique initiale

Ce temps permet de créer du lien entre les parents, d'envisager la nutrition de manière globale, en incluant les déterminants en santé, et de favoriser des échanges sur plusieurs thématiques, qui pourront ensuite être abordées avec les autres parents à sensibiliser. Elle inclut par exemple **un temps d'échange sur la prise en compte des émotions** dans les enjeux de nutrition.

Comme le souligne le [Guide'up formation en promotion de la santé](#), la motivation d'un collectif est renforcée par des comportements soutenant « l'autonomie des apprenant-es,

tels que la reconnaissance de leurs choix et de leurs compétences, l'encouragement de leur créativité et de leur curiosité, ainsi que l'établissement de relations positives et de soutien avec les formateurs-trices et leurs pairs ». Dans le dispositif que nous observons, certains outils pédagogiques vont dans ce sens.

Des méthodes pédagogiques participatives

Lors du temps de formation, la diététicienne interroge les participant-es **sur leurs représentations du rôle d'un parent ambassadeur**, qu'elle complète en fonction des réponses apportées. À la fin de la formation, elle les introduit à des cas pratiques visant à les outiller en vue d'animer des cafés des parents et à se poser les bonnes questions. Elle rappelle régulièrement que les parents ont les compétences nécessaires et entretient **une dynamique de groupe chaleureuse et positive**, en particulier lors du déjeuner cuisiné ensemble et partagé.

Des échanges autour d'expériences vécues

Le groupe échange avec la formatrice autour d'expériences vécues lors de cafés des parents, qui peuvent **inclure des enjeux transversaux** en lien avec la nutrition et les rythmes de vie. Par exemple, il est intéressant d'évoquer que les thématiques courantes des cafés des parents concernent les écrans, l'alimentation, le sommeil, les émotions, les devoirs et les relations au sein de la fratrie ; ou s'articulent autour de la méthodologie, à savoir mieux comprendre les enjeux d'un café des parents.

« C'était une journée utile de sensibilisation. Ce que j'ai aimé, c'est surtout le « pourquoi » faire un café des parents. J'ai eu des réponses sur pourquoi le créer et comment le faire. » – Une mère ambassadrice de Vénissieux

Une reconnaissance explicite de la participation à la formation

En fin de formation, il a été choisi de distribuer des attestations de participation aux participant-es, dont une partie sont en réinsertion professionnelle, afin de **valoriser leur engagement et de les légitimer** dans leur posture d'ambassadrices.

« J'ai pris volontairement l'axe d'une formation avec un certificat, ça alimente le CV de femmes qui sont pour certaines en réinsertion professionnelle, pour d'autres en insertion professionnelle, en recherche de travail... » – La référente parentalité de la maison de quartier Darnaise de Vénissieux

L'accompagnement vers l'autonomie

Les parents sont accompagnés pas-à-pas après la formation, dans la logique de temps long d'une action en promotion de la santé. Ils sont accompagnés sur un groupe Whatsapp de partage d'expériences et vivent une co-construction et/ou une coanimation d'ateliers. Le principal objectif du programme est l'autonomisation et le renforcement du pouvoir d'agir des parents, afin qu'au départ de Sens et Savoirs, ils soient suffisamment outillés pour accompagner en autonomie d'autres parents.

La co-construction et la coanimation d'ateliers

La co-construction se traduit par un accompagnement à la mise en œuvre avec les établissements, une aide à la communication et la coanimation de soirées jeux de société, de cafés des parents. La coanimation concerne avant tout les projets déjà menés par Sens et Savoirs. Les premières actions sont coanimées.

Un groupe de messagerie instantanée de partage d'expériences

Les parents échangent dans un groupe de messagerie instantanée, dans lequel Céline Leprince les soutient dans leurs démarches et leurs demandes. Un réseau social permettant des échanges vocaux facilitera l'accessibilité du dispositif à des participantes dont le français n'est pas la langue maternelle.

« Toutes celles qui ont participé à la formation m'ont dit qu'elles avaient l'envie de pouvoir participer à l'animation d'un café des parents. Le groupe WhatsApp, elles l'attendaient avec impatience. (...) Je trouve qu'avoir mobilisé douze femmes sur une journée longue, et qu'elles soient encore présentes à la fin et demandeuses de poursuivre, en tant que professionnelles, on a tout gagné. » - La référente parentalité de la maison de quartier Darnaise de Vénissieux

La communication

Un élément clé de l'accompagnement semble être la diffusion de l'information autour du projet. Ce levier est en partie mobilisé dans le projet à travers :

Le choix du nom du programme

Le dispositif intitulé « parents experts » la première année a évolué vers l'intitulé « les parents ambassadeurs » à la demande des parents impliqués dans le projet.

La distribution d'un flyer de présentation

Un flyer est mis à disposition des acteurs locaux pour favoriser une présentation homogène du projet.

Un levier à activer : la capitalisation des récits d'expérience des parents ambassadeurs

Cette capitalisation constitue un levier encore peu formalisé, mais essentiel du dispositif. Le partage de récits permet aux mères ambassadrices de donner sens à leur engagement, de renforcer leur sentiment de légitimité et de s'inscrire dans une dynamique collective valorisante. Ces récits qui émergent de manière informelle (temps d'échange, groupe de messagerie), lorsqu'ils sont reconnus comme des savoirs expérientiels à part entière, participent pleinement au transfert de pouvoir d'agir. Leur prise en compte formelle à travers des témoignages écrits, audio ou vidéo pourrait être ensuite valorisés et servir de relais/tutorat aux prochains parents ambassadeurs.

Vous souhaitez accompagner d'autres parents
lors de café parents ou autres ateliers ?

Devenez parent Ambassadeur

4 formations de 2 heures
Gratuit

En vous formant, vous pourrez non
seulement opérer des
changements chez vous, mais
aussi, si vous le souhaitez,
accompagner d'autres parents.

Sur les
thématiques :
alimentation,
sommeil et
écrans

Qu'est ce qu'un parent ambassadeur ?

Une ressource précieuse pour accompagner d'autres parents
ayant besoin d'informations et de conseils pour le bien-être de
leurs enfants.

On apprend à devenir parent et tous ensemble on est plus fort

Intéressé !

N'hésitez pas à demander des précisions à
l'école ou directement contacter Céline Leprince

06 81 17 31 81

cleprince@sensetsavoirs.com



Document 1. Flyer présentant le programme

Les freins en matière de participation, et comment les éviter ou les réduire

« Pour animer un café parents, il faut d'abord que j'arrive à travailler la communication, à bien m'exprimer. Faire un café parent, tout de suite, à ce stade-là, je n'oserais pas. » – Une mère ambassadrice de Vénissieux

Les limites du rôle de parent ambassadeur

Il existe un risque de dépassement du rôle de parent ambassadeurs et de sollicitation excessive qui peut restreindre l'envie de participer, avec des parents ambassadeurs tentant de résoudre des problématiques relevant de problématiques en lien avec l'école ou la santé mentale. De même se pose l'enjeu de la continuité des actions lorsque les enfants quittent l'établissement.



Connaître, nommer et faire respecter les limites de son rôle de parent ambassadeur, orienter vers des personnes-ressources (psychologues, services sociaux, médiation scolaire...), partager des adresses d'autres structures ayant fait leurs preuves. Les formatrices amènent des éléments en lien avec ces enjeux lors de la formation initiale.

Le sentiment de légitimité

Les parents peuvent ressentir une pression importante et un sentiment d'illégitimité face à leur rôle d'ambassadeurs.



Partager ses propres difficultés, déculpabiliser et légitimer les parents, adopter une approche horizontale, éviter les attitudes prescriptives ou l'exigence d'exemplarité, mobiliser d'autres leviers de communication ludiques (témoignages vidéo, affichages...). L'association a ainsi prévu de capitaliser les récits d'expérience.

La difficulté à mobiliser les pères

La participation au dispositif est genrée puisque les parents sont en réalité des mères ambassadrices. Cette difficulté à mettre les deux parents autour de la table peut limiter les impacts du dispositif.



Mobiliser des ressources et des lieux où les pères sont présents, mobiliser d'autres outils de communication...

La difficulté à s'autonomiser

Le dispositif repose sur l'implication et les compétences de la chargée de projet référente, qui joue un rôle central dans l'accompagnement, la mobilisation et le sentiment de légitimité des parents ambassadeurs.



Transmettre des outils explicites d'animation, faire participer les parents activement pendant les séances, trouver des personnes-relais sur place, mettre en place un système de tutorat, obtenir des fonds pour accompagner davantage les parents...

Les financements

Le projet demande un financement important afin de pouvoir accompagner les parents. Le plus souvent, seule la formation initiale est financée, mettant à mal la possibilité d'un accompagnement de qualité des parents.



Obtenir des financements plus complets, valoriser l'importance de l'accompagnement du collectif après la formation, évaluer les effets de l'accompagnement.

L'évaluation des effets

Si une évaluation informelle est bien menée auprès des parents à plusieurs moments du projet, il a encore peu été évalué et ses effets, visibles dans les actions, ont peu été mis en avant dans les supports de communication de la structure.



Mieux valoriser les effets du projet et souligner ses bénéfices pour les mères ambassadrices.

Les effets du projet et son évaluation

À ce jour, il n'y a pas encore eu d'évaluation mise en œuvre autour du projet des parents ambassadeurs. Une évaluation sous forme de questionnaire avant/après avait été proposée après l'expérimentation à Vénissieux. Elle attestait d'un niveau de satisfaction élevé et d'une montée en compétences des dix parents formés.

Il semble cependant avoir eu un impact positif sur le terrain et ses effets se traduisent à travers les actions menées : cafés des parents, rencontres, soirées jeux de société...

« À Vaulx-en-Velin, une des mamans a créé son association. C'est extraordinaire. Ils font de l'aide aux devoirs, des ateliers cuisine, équilibre alimentaire pendant les vacances... Elle fait des ateliers bien-être et prendre soin de soi pour les mamans, tout ce qu'on a vu. Je les ai aidées à créer l'association, à déposer le premier appel à projet pour un financement Cité éducative. J'ai dit à ces mamans : C'était ça mon objectif : vous rendre actrices et vous redonner le pouvoir. » – Céline Leprince

« Je pourrais citer beaucoup d'autres actions. Par exemple, à Vénissieux, après la formation de décembre, une maman a monté une action sur les petits déjeuners équilibrés au sein du collège Elsa Triolet en janvier. On a coanimé la première rencontre avec elle. » – Céline Leprince

Les mécanismes de renforcement du pouvoir d'agir

Le pouvoir d'agir

Le pouvoir d'agir est défini comme « un processus par lequel des personnes accèdent ensemble ou séparément à une plus grande possibilité d'agir sur ce qui est important pour elles-mêmes, leurs proches ou le collectif auquel elles s'identifient » (Le Bossé, 2012). Trois leviers du développement du pouvoir d'agir sont communément présentés (Ninacs, 2003) :



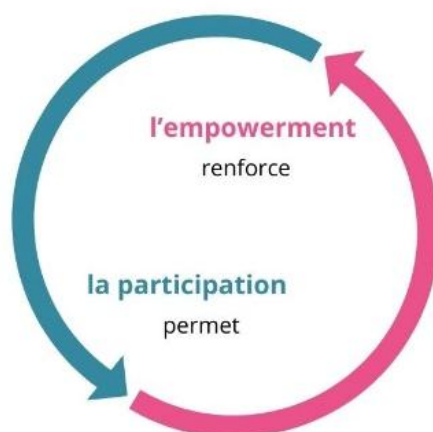
D'après « NINACS, William A. Empowerment: cadre conceptuel et outil d'évaluation de l'intervention sociale et communautaire », 2003, vol. 26.

Dans le cas de l'intervention choisie, on peut considérer que les leviers sont d'ordre psychologique, puisqu'il s'agit bien de renforcer les aptitudes individuelles, dans une visée de renforcement des capacités des communautés de parents autour de savoirs partagés. Le levier organisationnel semble moins mobilisé dans ce projet.

De l'empowerment à la participation

L'enjeu du pouvoir d'agir est proche de la notion anglophone d'*empowerment*, que l'Institut Renaudot définit ainsi : « le processus par lequel un individu ou une collectivité s'approprie le pouvoir, mais aussi sa capacité à exercer ce pouvoir de façon autonome » (Institut Renaudot, 2021). Il est rappelé que des actions visant le renforcement de l'empowerment individuel ou collectif s'inscrivent nécessairement dans des démarches participatives impliquant les personnes concernées.

EMPOWERMENT ET PARTICIPATION



D'après « Outil pour évaluer et développer l'empowerment individuel et collectif des participants à un projet – Livret 1 », Institut Renaudot, 2021

Ressources pour aller plus loin

- ➔ BALL, G. D. C., MERDAD, R., BIRKEN, C. S., et al. *Guide de pratique clinique pour la prise en charge de l'obésité chez l'enfant*. Canadian Medical Association Journal, vol. 197, n° 26, juillet 2025, p. 776-796.
- ➔ BERUDE, A.-M., PLAMONDON, L. *Mesures visant la réduction de la taille des portions dans le secteur de la restauration*. Québec : Institut national de santé publique du Québec, juin 2025, 65 p.
- ➔ Conseil national de l'alimentation. *Rapports sur la prévention de l'obésité infantile*. Paris, 2005 et 2006.
- ➔ Cour des comptes. *La prévention et la prise en charge de l'obésité*. Rapport demandé par la Commission des affaires sociales de l'Assemblée nationale. Paris, 2019.
- ➔ [Guide'up participation](#). Promotion santé Auvergne-Rhône-Alpes
- ➔ Institut Renaudot. [Outil pour évaluer et développer l'empowerment individuel et collectif des participants à un projet](#) (Livret 1), 2021.
- ➔ Libération/AFP. *L'Obésité dépasse désormais la sous-nutrition chez les enfants et adolescents dans le monde*, septembre 2025.
- ➔ Ministère des Solidarités et de la Santé. [Les huit grands principes de soutien à la parentalité](#).
- ➔ NINACS, W. A.. *Empowerment : cadre conceptuel et outil d'évaluation de l'intervention sociale et communautaire*. Service social, 26, 2023.
- ➔ Office parlementaire d'évaluation des politiques de santé. *Rapport sur la prévention et la prise en charge de l'obésité*. Paris, 2005. Rapport fondé en grande partie sur l'expertise de l'Inserm publiée en 2006.
- ➔ Santé publique France. [Avis d'experts relatif à la prévention de l'obésité dans le contexte des inégalités sociales de santé](#). Saint-Maurice : Santé publique France, 2024. Synthèse,
- ➔ TOCK, R., *Maintien du poids : et si la clé venait de ceux qui l'ont déjà fait ?* Minerva Evidence-Based Practice, septembre 2025.

Modalités d'action à partir des leviers identifiés sur le site [Savoirs d'intervention](#)

Ce schéma reprend 14 leviers possibles pour mobiliser les familles, répertoriés sur le site [Savoirs d'intervention](#). Les leviers mobilisés dans le projet « Parents ambassadeurs » sont indiqués par une *.



Environnements favorables

Développer le partenariat*

Instaurer/renforcer le lien de confiance entre les professionnels et les parents*

Méthodologie de projet

Construire son projet avec méthodologie*

Faire un état des lieux pour connaître le public cible*

Associer les familles à la conception du projet

Communication

S'adapter au public et "aller vers" d'un point de vue physique, financier, virtuel*

Diffuser l'information

Présenter l'action de manière attrayante

Contenus des actions

Partir des représentations et des cultures des personnes*

Adopter une approche positive*

Favoriser la compréhension des contenus*

S'appuyer sur les liens parents-enfants

Posture d'animation

Instaurer un cadre sécurisant*

Favoriser l'écoute active

Valoriser les personnes*

Source. Leviers pour mobiliser les familles dans un projet de promotion de la santé, septembre 2025. Promotion Santé ARA

**Retrouvez d'autres capitalisations
d'expériences en promotion de la santé :**



Le site Savoir d'intervention



**Le portail des savoirs
expérientiels – Capitalisation
des expériences en promotion
de la santé (CAPS)**