

## Koh-Lanta

## Thomas Plisson : « À ma sortie, j'avais perdu 15 kilos... »

Ils ne sont plus que 7 dans Koh-Lanta. Ce vendredi, c'est Thomas Plisson, le chauffeur routier qui a quitté l'aventure, complètement épuisé et l'estomac tenaillé par la faim. « Mon corps en a pris un coup », a-t-il admis lorsque nous l'avons interrogé. « Je mange habituellement beaucoup, quatre à cinq fois par jour ! Je suis un gros gabarit, je mesure 1m 84 et en commençant ce Koh-Lanta, je faisais 87 kilos. À l'élimination de ce vendredi, je n'en étais plus qu'à 72 ! Moi, je crois que j'aurais pu rester un peu plus longtemps mais les autres ont évidemment sauté sur ce prétexte pour voter tous contre moi. Cela ne veut pas dire que je leur en veux. J'ai un petit goût de trop peu, oui, mais je suis resté sur le camp 30 jours, c'est déjà pas mal, j'aurais aussi pu partir le tout premier jour... »

Clairement pour Thomas, il y a eu un tournant dans le jeu, c'est lorsque Vincent a refusé de se plier aux injonctions du noyau dur des jaunes... « Pour nous, cela a été le début de la fin, l'élimination de Shanice est le tournant de cette saison ! Non, je n'ai pas trop été surpris par le soutien que Vincent a reçu ensuite de la part des fans de Koh-Lanta. C'est un comédien, quelqu'un qui peut jouer sur commande. Il est très attachant aussi. J'ai été ami avec lui, mais à partir du moment où il m'a déçu, c'était fini. » Est-il vrai que Thomas a rompu les ponts et qu'il refuse désormais tout contact avec ledit Vincent ? « Disons que je n'ai pas éprouvé le besoin, ni l'envie non plus, de lui parler. Mais il arrivera bien un jour où on aura une discussion en privé... » Et si on suit Thomas, le noyau dur des jaunes



Un petit goût de trop peu... © TF1

qui s'est constitué autour de lui avec Shanice, Myriam et Mathieu, c'est « pour la vie ». « Mathieu, je lui téléphone au moins une ou deux fois par semaine, il est déjà venu chez moi. Avec Myriam, on se voit de temps en temps. Et avec

Shanice, c'est plus facile puisqu'elle habite à Paris. » Là, on lui a rétorqué que cela n'accréditait pas tout à fait la liaison qu'on lui prête avec Myriam depuis qu'ils sont rentrés (et peut-être aussi sur le camp), même si c'est un sujet qu'il nous avait expressément demandé de ne pas aborder. « Il ne faut pas toujours croire ce qu'il y a dans les journaux à sensation ! Myriam est bien sûr une amie, mais elle est au même titre et autant que Shanice et Mathieu sont mes amis... » Reste à voir maintenant si cette réponse est bien conforme à la vérité... Pourquoi Thomas a-t-il essayé d'éviter le sujet comme l'avait fait aussi, à sa sortie, une Myriam qui, elle, avait même carrément refusé de s'exprimer dans la presse belge ?

SAM CHRISTOPHE

## SANTÉ

## Filgood, un outil pour évaluer le bien-être des jeunes

Un dispositif lancé en Belgique par Latitude Jeunes, une ASBL du réseau Solidaris, en 2016

Initié en France par la MGEN (mutualité des enseignants) en 2012, lancé en Belgique par Latitude Jeunes en 2016, Filgood est un dispositif privilégiant une approche globale et positive de la santé. Cet outil permet d'avoir une analyse du bien-être perçu par les jeunes à un instant précis, mais aussi de libérer leur parole et de les rendre acteurs et actrices de leur santé en leur permettant de mettre sur pied des projets de promotion de la santé.

Quelle perception les jeunes ont-ils de leur santé ? Quel est le niveau de bien-être perçu par ces jeunes au sein de leur établissement scolaire ? Quels projets proposent-ils pour l'améliorer ? Initié en France par la MGEN (mutualité des enseignants) en 2012, lancé en Belgique par Latitude Jeunes, une ASBL du réseau Solidaris, en 2016, Filgood est un dispositif privilégiant une approche globale et positive de la santé. Cet outil permet non seulement d'avoir une analyse du bien-être perçu par les jeunes à un instant précis, mais aussi de libérer leur parole et de les rendre acteurs et actrices de leur santé en leur permettant de mettre sur pied des projets de promotion de la santé.

« Dans notre contexte socio-sanitaire actuel où le bien-être psychosocial a été mis à

mal, Filgood nous semble être d'une grande aide pour libérer la parole des jeunes et pour outiller les professionnels qui les encadrent », explique Sophie Vandemaele, responsable de projets chez Latitude Jeunes, une ASBL du Réseau Solidaris.

La mise en place du projet Filgood se déroule en cinq phases, sur deux années scolaires. Il y a d'abord une phase préparatoire avec les équipes éducatives et la direction de l'établissement scolaire pour expliquer le processus et établir un calendrier.

## PHASE DE TEST

Ensuite, vient la phase test pour récolter les données santé auprès des jeunes,

**Un projet qui se déroule en cinq phases sur deux années scolaires**

grâce à un questionnaire anonyme qui permet d'appréhender la manière dont ils perçoivent leur santé globale. Ce questionnaire vise à cerner les connaissances des élèves sur les facteurs de protection en termes de santé globale et à les comparer à ce qu'ils mettent réellement en

place dans leur vie quotidienne.

Par exemple, ils sont invités à évaluer l'importance de dialoguer en famille puis à donner la fréquence avec laquelle ils le font. Les questions portent sur les 6 déterminants de la santé, à savoir : l'environnement, les conduites à risque, l'estime de soi, la vie sociale, la vie familiale et l'hygiène de vie. Ce questionnaire est accompagné d'une animation pour réfléchir avec les jeunes au concept de santé globale : c'est quoi être en bonne santé ? Quels sont les facteurs de protection pour leur santé dans leur environnement ? Quels sont les facteurs de

risques ? Quelles pistes pour s'en prémunir ?

Suivra une phase d'analyse des données récoltées qui permet aux établissements d'avoir une vision globale du bien-être ressenti par les jeunes. Cette analyse est présentée dans un document qui permet de relier les données récoltées avec les balises (données, repères...) belges sur l'état de santé des jeunes, afin de réfléchir à la mise en place d'actions efficaces pour améliorer leur bien-être. Les données sont strictement confidentielles :



c'est une analyse collective et non personnelle des informations récoltées et elles ne sont accessibles qu'aux partenaires du projet.

**RÉFLEXION COLLECTIVE**  
Avant-dernière

étape, une phase de restitution des résultats auprès des élèves et de la communauté éducative.

Des animations permettent aux jeunes d'avoir une lecture individuelle de leur résultat puis de réfléchir collectivement à ce qu'ils peuvent proposer au sein de leur classe, de leur école pour améliorer leur bien-être. Les

résultats globaux et les propositions des jeunes sont ensuite présentés à la communauté éducative. Enfin, une

phase de mise en projets sera menée pour que les élèves puissent mettre en place les projets de prévention santé qu'ils ont proposés. Cet accompagnement des jeunes par l'équipe éducative se fait avec l'aide de Latitude Jeunes qui peut également proposer des ateliers spécifiques en fonction des besoins des élèves.

Le projet s'adresse aux jeunes à partir de la quatrième secondaire. Pour qu'il soit efficace, il faut le mener sur deux ans et qu'il aboutisse concrètement à la mise en place d'un projet porté par et pour les jeunes.

L.B.

Tous les mardis, du 18 mai au 29 juin, nos conseils pour préparer votre déclaration, adoucir votre facture fiscale et répondre aux questions liées ou non à l'incidence du Covid-19 sur nos impôts



Les jeunes vont être interrogés sur leur santé et la manière dont ils se sentent. © 123RF