

Formation

# Agir en promotion de la santé mentale : concepts, ressources et outils

**Dates de la session :**

14 Mar , 25 Nov , 26 Nov et 09 Déc 2024

**Format & durée :**

Présentiel

3 jours - 19,5 heures

**Lieu :**

38 - Isère

Vienne

**Horaires :**

De 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h

**Groupe :**

10 à 15 personnes (2p. max/structure selon disponibilité)

**Intervenant.e.s :**

P. CHUZEVILLE et B. CABROL formatrices Promotion Santé ARA

**Tarif :**

Sans frais pédagogiques grâce au soutien de l'ARS ARA. Les frais de déplacement et de repas restent à la charge des participants.

**Contact pédagogique :**

pauline.chuzeville@promotion-sante-ara.org - 04 76 00 63 45

**Contact administratif :**

formation38@promotion-sante-ara.org - 04 57 58 26 84

**S'inscrire**

Date limite 4 octobre 2024 dans la limite des places disponibles.

Enfant et parentalité

Promouvoir la santé mentale, c'est partir du principe que nous avons tous et toutes une santé mentale à préserver, individuellement et collectivement. La santé mentale ne se résume pas à une absence de troubles psychiques mais prend également en considération le sentiment de bien-être/mal-être. Tous les acteurs ont un rôle à jouer dans la promotion de la santé mentale et la lutte contre la stigmatisation : cette formation est faite pour vous !



## Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, les participants seront en capacité de :

- Comprendre les concepts utilisés dans le champ de la promotion en santé mentale.
- Discuter nos représentations en santé mentale.
- Clarifier les déterminants de la santé mentale dont les facteurs de protection.
- Déterminer la place de la promotion de la santé mentale dans sa pratique professionnelle.
- Expliquer les mécanismes de la stigmatisation dans le champ de la santé mentale.
- Reconnaître les liens entre santé mentale et ISS.
- Identifier différents outils permettant de travailler sur la promotion de la santé mentale.
- Mettre en pratique l'ensemble des apports de la formation pour initier des projets collectifs en promotion de la santé mentale.



## Profils des participants

Tout professionnel ou bénévole de la région Auvergne-Rhône-Alpes, des champs sanitaire, médico-social, social, éducatif ;

Elus ou responsables de politiques publiques ;

Usagers/personnes concernées.

Si vous êtes en situation de handicap ou si vous avez des besoins particuliers, merci de nous contacter afin de vérifier ensemble les possibilités d'aménagements.



## Pré-requis

Avoir une idée de projet en lien avec la santé mentale, déjà existant ou à venir.



## Programme

**Jour 1 : La promotion de la santé mentale, c'est quoi ?**

- Les concepts en promotion de la santé (continuum de la santé, troubles psychiques, promotion de la santé, inégalités de santé, inégalités sociales de santé...).
- Les déterminants de la santé mentale.
- La place de la promotion de la santé mentale dans la posture professionnelle.
- Des ressources et outils permettant de promouvoir la santé mentale.

**Jour 2 : Quels liens entre stigmatisation et santé mentale ? Quelles stratégies pour agir en promotion de la santé mentale ?**

- Les mécanismes de la stigmatisation (ses fonctions sociales, ses formes, les liens et différences entre stigmatisation, stéréotypes, préjugés, discrimination).

- Les outils de lutte contre la stigmatisation (les stratégies de lutte, les types de messages à privilégier, exemples d'actions...).
- Méthodes et leviers pour agir en promotion de la santé mentale (agir sur les facteurs promoteurs d'une bonne santé mentale au niveau collectif et individuel).

### Jour 3 : Démarche de projet en santé mentale : comment agir ?

- Travail collectif autour de projets de promotion de la santé mentale (étude de projets, présentation d'actions, réflexion autour des besoins des participants).
- Impulser une approche collective de la santé mentale, travailler en réseau.
- Des ressources et outils permettant de promouvoir la santé mentale (présentation d'outils pédagogiques, réflexion autour de l'usage des outils pédagogiques).



## Modalités pédagogiques

### **Formation en présentiel dans une salle équipée et dédiée à la formation.**

Démarche participative qui alterne apports théoriques, travaux de groupes et mises en situation. Mise à disposition des ressources pédagogiques via un extranet.



## Suivi et évaluation

**Evaluation des acquis** : questionnaire d'autopositionnement avant et après la formation, travaux de groupe, mises en situation, quiz participatif, auto-évaluation pendant la formation.

**Suivi de la formation** : émargement par demi-journée, remise d'un certificat de réalisation en fin de formation.

**Evaluation de la formation** : questionnaires de satisfaction à chaud et à froid.