

Formation

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

**Dates de la session :**

16 Juin , 17 Juin et 24 Juin 2025

**Format & durée :**

Présentiel

3 jours - 21h

**Lieu :**

03 - Allier

Saint-Pourçain-sur-Sioule

**Horaires :**

De 9h à 17h

**Groupe :**

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

**Intervenant.e.s :**

C. DUMENIL et A. TCHOKPON, 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 :**

aubierge.tchokpon@promotion-sante-ara.org

**Contact administratif :**

contact03@promotion-sante-ara.org - 04 72 34 61 82

**S'inscrire**

Date limite 11 mai 2025 dans la limite des places disponibles.

Santé mentale

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 du champ social, sanitaire, médico-social ou éducatif, élu ou responsables de politiques publiques, usagers et personnes concernées de **l'ensemble de la région Auvergne-Rhône-Alpes**.

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.
- Les déterminants de la santé mentale.
- La posture professionnelle et la promotion de la santé mentale.

Jour 2 :

### **Quels liens entre inégalités sociales de santé (ISS), stigmatisation et santé mentale ? Quelles stratégies pour agir en promotion de la santé mentale ?**

- Les mécanismes de la stigmatisation.
- Les ISS et leur impact sur la santé mentale.
- Méthodes et leviers pour agir en promotion de la santé mentale.

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

- Méthodologie et réflexion de projets autour de la promotion de la santé mentale.
- Impulser une approche collective de la santé mentale, travailler en réseau.
- Les ressources et outils permettant de promouvoir la santé mentale.

*Au fil des 3 jours : Des ressources et outils permettant de promouvoir la santé mentale.*



### **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.