

# SANTÉ MENTALE, PARLONS-EN !

Vous souhaitez vous outiller sur la notion de santé mentale et développer des actions en promotion de la santé mentale au sens large (déstigmatisation, santé mentale positive, identifier ses propres ressources et obstacles, etc.) ? Cette formation vous permettra de nouer des partenariats locaux et de commencer à monter des projets en lien avec la santé mentale.

La spécificité de cette formation : présence d'une paire-aidante pour décaler son regard sur la santé mentale.



## Objectifs pédagogiques

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

- S'approprier les concepts utilisés dans le champ de la promotion en santé mentale
- Définir les déterminants de la santé (mentale et globale) et ses facteurs de protection
- Expliquer les mécanismes de la stigmatisation dans le champ de la santé mentale
- Elaborer un projet de promotion de la santé mentale
- Découvrir différents outils permettant de promouvoir la santé mentale



## Profils des participants

Tout professionnel ou bénévole souhaitant travailler sur la santé mentale. (Professionnels de santé, de l'éducation, travailleurs sociaux, associations d'usagers et de proches, organisateurs d'actions SISIM, référents handicap en entreprise, etc.)

**Les acteurs du Rhône et plus particulièrement du territoire situé autour du lieu de formation sont prioritaires.**



**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

Être en situation ou avoir pour objectif de mettre en place une action de lutte contre la stigmatisation ou un projet de promotion de la santé mentale.



## DATES

Jeudi 30 et vendredi 31 mai 2024



## HORAIRE & DURÉE

9h-12h30 / 13h30 - 17h  
2 jours - 14 heures



## LIEU

Lyon 8ème



## GROUPE

10 à 15 personnes



## INTERVENANTES

Charline SABOURIN, formatrice en promotion de la santé à l'IREPS ARA, Délégation Rhône. Magali LAVIROTTE, formatrice en santé mentale.



## Programme

### JOUR 1 : Partage d'expériences et apports théoriques

- La promotion de la santé.
- La santé globale et ses différents déterminants.
- Quelle approche de la santé globale des personnes ayant un trouble psychique (Le continuum / la boussole de la santé mentale).
- Focus sur la santé mentale, la stigmatisation, l'auto-stigmatisation et ses mécanismes.

### JOUR 2 : Echange de pratiques, méthodologie de projets et mise en application

- Méthodologie de projet en éducation pour la santé.
- Présentation d'outils et de techniques d'animation en promotion de la santé.
- Réflexion collective autour de projets d'actions en promotion de la santé



## 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

**Évaluation des acquis** : questionnaire d'auto-positionnement avant et après la formation, travaux de groupe, mises en situation, reconstitution d'un puzzle méthodologique, création d'une action ou d'un projet en santé mentale pendant la formation.

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

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



### TARIF

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



### CONTACTS

**Contact pédagogique :**  
Charline SABOURIN  
charline.sabourin@ireps-ara.org  
04 72 41 66 08

**Contact administratif :**  
Djezira THOMASI  
formation69@ireps-ara.org  
04 72 41 66 01



### PRÉ-INSCRIPTION

Date limite 2 mai 2024 dans la limite des places disponibles.

Site internet : [ireps-ara.org](http://ireps-ara.org)

[Je me pré-inscris](#)



Avec le soutien de :

