

## Promotion de la santé mentale : concepts, ressources et outils

28 février, 1<sup>er</sup> et 3 mars 2022 - MONTMELIAN

**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

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

- S'approprier les concepts utilisés dans le champ de la promotion en santé mentale.
- Comprendre la place et les effets des représentations en santé mentale.
- Définir et comprendre les déterminants de la santé mentale et ses facteurs de protection.
- Identifier la place de la promotion de la santé mentale dans sa posture professionnelle.
- Mieux appréhender les mécanismes de la stigmatisation dans le champ de la santé mentale.
- Comprendre les liens entre stigmatisation et troubles psychiques.
- Faire le lien entre santé mentale et inégalités sociales de santé.
- Être en capacité d'imaginer et de concevoir un projet de promotion de la santé mentale.
- Connaître différents outils permettant de promouvoir la santé mentale.

### PUBLICS

Professionnels et bénévoles des champs sanitaire, médico-social, social, éducatif; élus ou responsables de politiques publiques...

Réservé en priorité aux professionnels du département de la Savoie.

Si vous êtes porteur d'un handicap, nous vous invitons à contacter le-la responsable pédagogique (cf. p.2), afin de vérifier ensemble que l'environnement matériel et les modalités de formation sont adaptées.

### PRÉREQUIS

Il n'y a pas de prérequis pour accéder à cette formation.

### INTERVENANT-ES

Charline SABOURIN et Emilie PROGIN, formatrices en promotion de la santé à l'IREPS ARA.

### LIEU

Espace François Mitterrand  
Place du centenaire  
73 800 Montmélian

### DURÉE & HORAIRES

3 jours soit 21h au total  
de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h.

Tarif : Sans frais pédagogiques

Grâce au soutien financier de l'ARS ARA

Date de création ou mise à jour de ce programme :  
13/01/2022

1/2

## Promotion de la santé mentale : concepts, ressources et outils

28 février, 1er et 3 mars 2022 - MONTMELIAN



### MODALITÉS PÉDAGOGIQUES ET EVALUATION

Formation en présentiel dans une salle dédiée à la formation avec vidéoprojecteur. Groupe de 10 à 15 participants, minimum/maximum 2 personnes par structure. Démarche participative qui alterne des apports théoriques, des études de cas et des travaux de groupes.

L'espace extranet de la formation met à disposition les ressources documentaires nécessaires pour les stagiaires : supports de formation, bibliographie, documentation complémentaire.

Emargement et suivi de présence par demi-journée. Evaluation des acquis par questionnaire en fin de formation. Remise d'une attestation de fin de formation. Suivi d'évaluation entre 3 et 6 mois par questionnaire.



### PROGRAMME

*Ce que la formation n'est pas :*

- une supervision ou une analyse de la pratique professionnelle
- la formation PSSM
- un cours de psychopathologie

#### Jour 1

- Les concepts en promotion de la santé (continuum de la santé, troubles psychiques, promotion de la santé, prévention, inégalités de santé, inégalités sociales de santé...)
- Déterminants de la santé mentale (individuels et psychologiques)
- La place de la promotion de la santé mentale dans la posture professionnelle
- Des ressources et outils permettant de promouvoir la santé mentale (présentation d'outils pédagogiques, réflexion autour de l'usage des outils pédagogiques)

#### Jour 2

- 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, le changement de comportements et ses résistances)

#### Jour 3

- Des projets de promotion de la santé mentale (étude de projets, présentation d'actions déjà réalisées, réflexion autour des besoins des participants)
- Des ressources et outils permettant de promouvoir la santé mentale (présentation d'outils pédagogiques, réflexion autour de l'usage des outils pédagogiques)

Renseignements pédagogiques :  
Emilie PROGIN IREPS ARA Délégation 73  
Tél. 04 79 69 43 46  
[formation73@ireps ara.org](mailto:formation73@ireps ara.org)

2/2



## DEMANDE D'INSCRIPTION p.1/2

Je souhaite m'inscrire à la formation :

### PROMOTION DE LA SANTÉ MENTALE : CONCEPTS, RESSOURCES ET OUTILS

prévue les 28 février, 1er et 3 mars 2022 à MONTMELIAN

Merci d'écrire lisiblement et de remplir tous les champs.

Un bulletin d'inscription incomplet ne pourra pas être validé, veuillez remplir attentivement SVP.

#### CONTACT DU DE LA CANDIDAT E

NOM : ..... Prénom : .....

Profession / fonction : .....

Adresse + VILLE (si inscription à titre individuel) : .....

Tél : .....

Email (OBLIGATOIRE et PROPRE AU CANDIDAT) : .....

#### CONTACT DE L'EMPLOYEUR (ne pas remplir si vous êtes indépendant ou particulier)

Nom + Raison Sociale : .....

Adresse + VILLE : .....

Nom et prénom du responsable hiérarchique : .....

Tél : .....

Email du responsable (OBLIGATOIRE et différent de celui du stagiaire, pour signer votre convention):  
.....

Veuillez noter SVP :

- ◆ Le nombre de participants limité à 15 personnes (2 personnes maximum par structure).
- ◆ Les inscriptions seront traitées par ordre d'arrivée et en fonction des éventuels prérequis.
- ◆ Les frais d'hébergement, de restauration et de déplacement sont à la charge du participant ou de son financeur.
- ◆ Une convention de formation, à nous retourner signée, sera envoyée par mail à votre employeur. Si vous êtes un particulier ou un indépendant, un contrat vous sera envoyé pour signature.

**Suite du bulletin en p.2 svp.**



IREPS Auvergne-Rhône-Alpes

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

N° de SIREN : 323 390 161 - N° de déclaration d'activité : 82 69 06 790 69

*Cet enregistrement ne vaut pas agrément d'Etat.*

Soutien



L'IREPS ARA conserve vos données personnelles (prénom, nom, email) pour la seule gestion de votre inscription et pour une durée de 36 mois maximum.

Votre adresse mail pourra être utilisée pour vous envoyer les actualités de l'IREPS ARA, il sera possible à tout moment de vous désinscrire.

Vous disposez du droit d'accès aux données vous concernant : consultation, effacement, rectification et limitation du traitement.

Pour exercer ces droits, contactez l'IREPS ARA. Plus d'informations sur [le site de l'IREPS ARA à la rubrique Mentions légales.](#)



## DEMANDE D'INSCRIPTION p.2/2

Pour finaliser votre demande d'inscription, merci de nous parler de vous...

### VOTRE STATUT PROFESSIONNEL (OBLIGATOIRE) :

- Salarié(e) du privé
- Salarié(e) du public
- Personne en recherche d'emploi
- Particulier / Etudiant
- Bénévole
- Profession libérale ou indépendant

### QUELS SONT VOS BESOINS OU VOS ATTENTES POUR CETTE FORMATION ?

N'hésitez pas à nous contacter en cas de besoin spécifique, notamment lié à une situation de handicap.

Bulletin à retourner par mail ou courrier

**Au plus tard le 31 JANVIER 2022 à :**

**IREPS ARA délégation 73**

Tél. 04 79 69 43 46

**[formation73@ireps-ara.org](mailto:formation73@ireps-ara.org)**



**IREPS Auvergne-Rhône-Alpes**

**[www.ireps-ara.org](http://www.ireps-ara.org)**

N° de SIREN : 323 390 161 - N° de déclaration d'activité : 82 69 06 790 69

*Cet enregistrement ne vaut pas agrément d'Etat.*

Soutien



L'IREPS ARA conserve vos données personnelles (prénom, nom, email) pour la seule gestion de votre inscription et pour une durée de 36 mois maximum.

Votre adresse mail pourra être utilisée pour vous envoyer les actualités de l'IREPS ARA, il sera possible à tout moment de vous désinscrire.

Vous disposez du droit d'accès aux données vous concernant : consultation, effacement, rectification et limitation du traitement.

Pour exercer ces droits, contactez l'IREPS ARA. Plus d'informations sur [le site de l'IREPS ARA à la rubrique Mentions légales.](#)