

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

2, 3 et 10 mars 2023 - PRIVAS

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 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 et dont les facteurs de protection : focus sur les compétences psychosociales et psychologie positive.
- Déterminer la place de la promotion de la santé mentale dans sa pratique professionnelle.
- Identifier les ressources en matière de prévention du mal-être et de prévention du suicide.
- Expliquer les mécanismes de la stigmatisation dans le champ de la santé mentale.
- Reconnaître les liens entre santé mentale et inégalités sociales de santé.
- 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.



PUBLICS

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

Réservé en priorité aux professionnels du département.

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



PRÉREQUIS

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



INTERVENANT-ES

Pascale BALLIGAND et Christelle GUERAULT, formatrices en promotion de la santé à l'IREPS ARA.



LIEU

PRIVAS - Lieu exact prochainement annoncé



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

Version du 15/12/2022

1/2

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

2, 3 et 10 mars 2023 - PRIVAS



MODALITÉS PÉDAGOGIQUES ET EVALUATION

Formation en présentiel dans une salle équipée et dédiée à la formation. Groupe de 10 à 15 participants, maximum 2 personnes par structure. Démarche participative qui alterne apports théoriques, études de cas et travaux de groupes. Mise à disposition des ressources pédagogiques (supports de formation, bibliographie, documentation complémentaire) via un espace extranet. Emargement par demi-journée de formation.

Evaluation : questionnaire de positionnement en amont, feedback sur les travaux de groupe/mises en situation, auto-évaluation, questionnaire de satisfaction à chaud, questionnaire de suivi à froid. Remise d'un certificat de réalisation en fin de formation.



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...).
- 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

- Compétences psychosociales et psychologie positive : des facteurs de protection en 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, 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).
- Identifier les ressources en matière de prévention du mal-être et de prévention du suicide.

Renseignements pédagogiques :
Pascale BALLIGAND - IREPS ARA Délégation Ardèche
Tél. 07 68 38 81 07- pascale.balligand@ireps-ara.org

2/2



DEMANDE DE PRE-INSCRIPTION

AGIR EN PROMOTION DE LA SANTE MENTALE : CONCEPTS, RESSOURCES ET OUTILS

2, 3 & 10 MARS 2023 – PRIVAS

Votre inscription ne sera définitive qu'après validation de votre candidature par les formateurs et réception de votre convention ou contrat de formation signé.

Merci de remplir l'ensemble du bulletin afin que nous puissions traiter votre demande dans les meilleurs délais.

CONTACT DU-DE LA CANDIDAT-E

NOM : Prénom :
Profession / fonction :
Service :
Adresse + VILLE (si inscription à titre individuel) :
Email (**obligatoire** et **propre au candidat**) :
Tél :

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

Nom/raison sociale et SIRET :
Adresse :
Nom et prénom du responsable hiérarchique :
Email responsable (**obligatoire** et **différent de celui du candidat**):
Tél :
Nom et prénom du contact administratif pour la gestion de votre inscription (**si différent du responsable**) :
Email contact administratif : Tél :

Veuillez noter SVP :

- ◆ Le nombre de participants est limité à 15 personnes (2 personnes maximum par structure).
- ◆ Les frais d'hébergement, de restauration et de déplacement sont à la charge du participant ou de son financeur.
- ◆ Après validation de votre demande, 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

N° de SIREN : 323 390 161—Organisme de formation enregistré sous le numéro : 82 69 06 790 69.

Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat.



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 DE PRE-INSCRIPTION

Pour finaliser votre demande de pré-inscription, merci de nous parler de vous...

VOUS SOUHAITEZ PARTICIPER A LA FORMATION EN TANT QUE :

- Salarié(e) du privé (entreprise, association...)
- Salarié(e) du public
- Personne en recherche d'emploi
- Particulier / Etudiant(e)
- Bénévole
- Profession libérale ou indépendant(e)
- Autre, merci de préciser :

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

avant **le 24 février 2023** à :

IREPS ARA délégation Ardèche

1 avenue de Chomérac

07000 PRIVAS

Tél : 07 68 38 81 07

pascale.balligand@ireps-ara.org



IREPS Auvergne-Rhône-Alpes

www.ireps-ara.org

N° de SIREN : 323 390 161—Organisme de formation enregistré sous le numéro : 82 69 06 790 69.

Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'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.](#)