

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

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

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 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, élus ou responsables de politiques publiques, usagers et personnes concernées.

**Les acteurs des départements de la Savoie et Haute-Savoie 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

Avoir une idée de projet ou d'action collective en santé mentale, déjà existant ou à venir.



## DATES

Lundi 25, mardi 26 et mercredi 27 mars 2024



## HORAIRE & DURÉE

3 jours - 21 heures  
Horaires : 9h-12h30 ; 13h30-17h



## LIEU

Saint-Girod (73)



## GROUPE

10 à 15 personnes, maximum 2 personnes par structure.



## INTERVENANTES

Emilie PROGIN et Océane REGNARD, formatrices en promotion de la santé à l'IREPS ARA, Délégation Savoie et Haute-Savoie.

## Ce que la formation n'est pas :

- Une supervision ou une analyse de la pratique professionnelle
- La formation PSSM
- Un cours de psychopathologie



## Programme

### JOUR 1 :

- 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 (individuels et psychologiques)
- La place de la promotion de la santé mentale dans la posture professionnelle

### JOUR 2 :

- Les mécanismes de la stigmatisation et les outils de lutte contre la stigmatisation
- 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)
- Des ressources et outils permettant de promouvoir la santé mentale

### JOUR 3 :

- Initiation à la méthodologie de projet en promotion de la santé mentale via un travail collectif.
- 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)



### 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 :

Océane REGNARD  
[oceane.regnard@ireps-ara.org](mailto:oceane.regnard@ireps-ara.org)

04 50 45 20 74

#### Contact administratif :

Sylvie ROCHE  
[contact74@ireps-ara.org](mailto:contact74@ireps-ara.org)  
 04 50 45 20 74



### PRÉ-INSCRIPTION

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

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

[Je me pré-inscris](#)



## 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'auto-positionnement avant et après la formation ; travaux de groupe, mises en situation et quiz 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.



Avec le soutien de :

