Formation

[COMPLET] La santé mentale : des clés pour comprendre et agir

Dates de la session :

29 Sep , 30 Sep et 17 Nov 2025

Format & durée :

Présentiel | 2,5 jours - 17h30

Lieu :

38 - Isère | Agglomération grenobloise

Horaires :
De 9h à 17h

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

Intervenant.e.s :
P. CHUZEVILLE & M. BOIS-GALLOU, formatrices Promotion Santé

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 :
maud.boisgallou@promotion-sante-ara.org

Contact administratif :
contact38@promotion-sante-ara.org - 04 57 58 26 84

S'inscrire

Date limite 30 juin 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

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

- Définir la santé mentale
- Caractériser les déterminants de la santé mentale dont les facteurs de protection et les facteurs de risque
- Reconnaitre les liens entre santé mentale et compétences psychosociales
- Identifier les ressources et acteurs œuvrant dans le champ de la santé mentale et de la prévention du suicide au niveau national, départemental et local
- Identifier différents outils pédagogiques permettant de mettre en œuvre des projets ou actions sur la 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 de l'Isère 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 en lien avec la santé mentale, déjà existant ou à venir.

Programme

Jour 1 : **Définir la santé mentale et agir sur ses déterminants**

- Les concepts en promotion de la santé mentale (promotion de la santé, santé mentale, souffrance psychique, troubles psychiques, continuum de la santé mentale, inégalités sociales de santé, stigmatisation…)
- Les déterminants de la santé mentale : les facteurs de protection et les facteurs de risque
- Les conséquences de la stigmatisation pour les personnes concernées et plus globalement sur la santé mentale
- Les liens entre santé mentale et compétences psychosociales

Jour 2 : **Identifier les ressources, acteurs et outils**

- Les lieux, structures ressources en santé mentale et prévention du suicide pour orienter les personnes accompagnées
- Des outils pédagogiques permettant de promouvoir la santé mentale

- Des leviers reconnus pour agir en promotion de la santé mentale(agir sur les facteurs promoteurs d'une bonne santé mentale au niveau collectif et individuel)

Jour 3 (matin) : **Initier un projet en santé mentale**

- Les bases en méthodologie de projets
- Travail collectif autour de projets de promotion de la santé mentale (étude de projets, présentation d'actions, réflexion autour des besoins des participants

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 ; questions, exercices et mises en situation 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.