

Semaines d'information sur la santé mentale

ÉDITION
2023

À tous les âges de la vie,
ma santé mentale est un droit.



CONSEILS MÉTHODOLOGIQUES POUR L'ORGANISATION D' ACTIONS

Guide rédigé par Anne Nomblot (PSYCOM)
Chargée du secrétariat général du collectif national des SISM

TABLE DES MATIÈRES

Pourquoi ce guide?	6	<i>Apprendre sur le sommeil</i>	20
		<i>Droits (santé, justice, participation, etc.)</i>	21
		<i>Cadre de vie</i>	21
Objectifs des SISM	6	Jeunes (10 à 18 ans)	22
Quelques éléments de méthodologie de projet	7	<i>Lever le tabou sur la santé mentale</i>	22
<i>Qui peut mettre en place une action?</i>	7	<i>Grandir et se construire</i>	22
<i>Monter une action: les étapes clefs²</i>	7	<i>Écouter la parole des personnes concernées</i>	23
<i>Phase de diagnostic partagé</i>	7	<i>Lutter contre les addictions</i>	24
<i>Phase de programmation</i>	8	<i>Comprendre le consentement et lutter contre les violences et tous les abus sexuels</i>	24
<i>Phase de mise en œuvre</i>	9	<i>Lutter contre les préjugés, la stigmatisation et les discriminations</i>	25
<i>Phase d'évaluation</i>	9	<i>Changer les représentations sur les personnes réfugiées/immigrées/émigrées/exilées/</i>	27
<i>Quelques principes éthiques guidant vos actions²</i>	9	<i>Améliorer le cadre de vie</i>	28
<i>Cadre pédagogique de vos actions</i>	10	<i>Sensibiliser aux questions de vie privée</i>	31
<i>Attitudes de l'animateur en éducation pour la santé⁴</i>	10	Jeunes adultes (après 18 ans)	31
<i>Questions à se poser en tant qu'animateur:</i>	10	<i>Grandir et se construire</i>	31
Éléments importants à retenir	11	<i>Proposer des logements adaptés aux besoins des personnes</i>	33
Organiser un événement en ligne	11	<i>Lutter contre les addictions</i>	34
Organiser un ciné-débat	12	<i>Lutter contre la grande précarité</i>	34
<i>Informations pratiques</i>	12	<i>Soutenir les droits en santé mentale</i>	34
Organiser un atelier pédagogique	13	<i>Soutenir la parentalité</i>	35
<i>Informations pratiques</i>	13	Seniors	40
Suggestion de thèmes à débattre	14	<i>Lutter contre l'âgisme</i>	40
Boîte à outils et ressources pédagogiques à destination du grand public	16	<i>Favoriser la bientraitance</i>	41
Enfance (jusqu'à 10 ans)	17	<i>Lutter contre l'isolement</i>	41
<i>Lever le tabou sur la santé mentale</i>	17	<i>Lutter contre la précarité</i>	42
<i>Changer le regard sur les personnes concernées</i>	18	<i>Favoriser le logement</i>	42
<i>Changer le regard sur le handicap</i>	19	<i>Cultiver l'art</i>	43
<i>Changer le regard sur les publics migrants</i>	19	<i>Réfléchir aux questions de fin de vie</i>	43
<i>Favoriser les compétences psychosociales</i>	20	Boîte à outils et ressources pédagogiques à destination des professionnels	44
<i>Lutter contre les violences</i>	20		



« À TOUS LES ÂGES DE LA VIE, MA SANTÉ MENTALE EST UN DROIT »

« S'engager en faveur de la santé mentale, c'est investir dans une vie et un avenir meilleurs pour tous (...). La santé mentale est un droit. Chacun de nous mérite de s'épanouir. » C'est ce qu'affirme l'Organisation mondiale de la santé dans son dernier rapport sur la santé mentale publié en juin 2022 (1).

Nous avons toutes et tous une santé mentale, quels que soient notre âge et notre parcours de vie, que l'on ait un trouble psychique ou pas. En effet, tout comme nous avons une santé physique tout au long de la vie, nous avons également une santé mentale, c'est-à-dire « un état psychologique ou émotionnel (...), à un moment donné » (2). La santé mentale n'est donc pas un état figé. Elle évolue en permanence, influencée par des déterminants qui se combinent pour la protéger, la favoriser ou la compromettre (3) (4). Même lorsque la santé mentale est altérée, il est possible d'aller mieux et de se rétablir d'un trouble psychique. Vivre avec une santé mentale satisfaisante permet de se sentir bien dans sa peau, vivre de nouvelles expériences, relever les défis du quotidien et contribuer à la vie de la société (5).

La santé mentale est donc aussi importante que la santé physique, notamment pour les enfants, les jeunes et les seniors.

Longtemps taboue, **la santé mentale des enfants** ne peut plus être passée sous silence. En 2021, La Défenseure des droits a appelé « à prendre la pleine mesure de l'enjeu décisif que représente la bonne santé mentale des enfants » (6). En 2022, l'Unicef France a placé la santé mentale des enfants comme l'un des défis majeurs pour le III^e millénaire (7). En effet, l'enfance constitue une période

sensible du développement durant laquelle sont posées les bases de la santé mentale des individus: « C'est un ensemble de facteurs individuels, collectifs et sociétaux qui permet à chaque enfant de bien grandir. Veiller à ce que chaque enfant puisse s'épanouir dans les meilleures conditions, c'est (...) aussi le devoir d'une société » (8). C'est donc une période où une attention particulière doit être portée aux conditions de vie de l'enfant et aux manifestations de son éventuel mal-être, pour qu'il soit accompagné au mieux, dans son développement, ainsi que son entourage.

Les difficultés scolaires chez les enfants et les jeunes (violences physiques ou sexuelles, harcèlement, pression et échec scolaire, etc.) impactent durablement leur santé mentale (9). Les confinements successifs passés, un environnement social néfaste et les incertitudes climatiques, économiques, énergétiques ou géopolitiques ont pu, et peuvent encore, majorer leur vulnérabilité psychique et leur mal-être (9) (10). Pour les jeunes en situation de pauvreté, de mal-logement, de handicap ou de maladie chronique, les effets négatifs sur leur santé mentale ont été encore plus importants (9).

La santé mentale des jeunes et des jeunes adultes peut aussi être fragilisée en raison des changements de cette période de vie, au niveau physique, émotionnel et social (11)



(12). De nombreux questionnements émergent (orientation professionnelle, sexuelle, affective, etc.) et de nouvelles responsabilités sont potentiellement à assumer (financières, administratives, parentales, etc.). L'entrée dans l'âge adulte est une période essentielle pour repérer des troubles psychiques et leur apporter une réponse adaptée (13) (14).

La **santé mentale** et le bien-être sont aussi importants quand on **vieillit** qu'à tout autre moment.

« Bien vieillir psychiquement », c'est pouvoir conserver le maximum de capacité d'adaptation et le meilleur équilibre psychologique jusqu'à la fin de sa vie (15).

Au moment du vieillissement, des enjeux d'accompagnements et de soutiens spécifiques apparaissent. Tout d'abord parce que, même si la plupart des seniors (plus de 60 ans) sont en bonne santé mentale, un certain nombre est exposé au risque de développer des troubles mentaux, neurologiques, et/ou somatiques (16). D'autre part, les personnes vivant avec des troubles psychiques depuis longtemps et qui vieillissent ont des besoins nouveaux de soins et d'accompagnements. Ainsi, les personnes âgées, y compris celles en situation de handicap ou de perte d'autonomie, doivent pouvoir jouir d'une santé mentale satisfaisante et des mêmes libertés que toute la population (17).

En juin 2022, l'OMS alertait sur la maltraitance subie par les personnes âgées: « *environ une personne âgée de plus de 60 ans sur six a été victime d'une forme de maltraitance dans son environnement familial* » (18). L'OMS publie ainsi 5 recommandations dont l'une d'entre elles: « *Lutter contre l'âgisme, qui est l'une des principales raisons pour lesquelles la maltraitance des personnes âgées suscite si peu d'intérêt* » (18). Par ailleurs, Les Petits Frères des Pauvres rapportaient en 2021 que le nombre de personnes âgées souffrant de solitude et d'isolement social ne cesse d'augmenter (19). Ils rappellent aussi que les seniors doivent combattre les représentations négatives dont ils sont victimes et qu'ils finissent par intégrer limitant, ainsi, leur pouvoir d'agir: « *La société (...) a tendance à laisser de côté la vieillesse. Cette vision peu valorisante n'incite pas les plus âgés (...) à se sentir utiles* » (20).

La santé mentale est « *un droit fondamental de tout être humain* » (1). Il importe donc de créer des environnements favorables pour permettre à toute personne de s'épanouir et de jouir d'une santé mentale satisfaisante à tous les moments de sa vie, quels que soient son âge, son état de santé, ses conditions de vie et les contextes sociaux, sociétaux et environnementaux dans lesquels elle évolue.



BIBLIOGRAPHIE

1. Organisation mondiale de la santé. Santé mentale?: renforcer notre action [Internet]. [cité 14 déc. 2022]. Disponible sur: www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response
2. PSYCOM – Santé Mentale Info – On a toutes et tous une santé mentale [Internet]. [cité 14 déc. 2022]. Disponible sur: www.psycom.org/comprendre/la-sante-mentale/on-a-toutes-et-tous-une-sante-mentale/
3. MINDS. Les-déterminants-de-la-santé-mentale.pdf [Internet]. 2021 [cité 14 déc. 2022]. Disponible sur: <https://minds-ge.ch/wp-content/uploads/2021/04/Les-d%C3%A9terminants-de-la-sant%C3%A9-mentale.pdf>
4. MINDS. La santé mentale, c'est pas que dans la tête! [Internet]. [cité 14 déc 2022]. Disponible sur: https://minds-ge.ch/wp-content/uploads/2020/08/INFOGRAPHIE-Les-D%C3%A9terminants-de-la-sant%C3%A9-mentale_v7_web_ok.pdf
5. Gouvernement du Québec. Maintenir une bonne santé mentale [Internet]. [cité 14 déc 2022]. Disponible sur: www.quebec.ca/sante/conseils-et-prevention/sante-mentale/favoriser-bonne-sante-mentale/maintenir-bonne-sante-mentale
6. Défenseur des Droits. La santé mentale des enfants?: un enjeu de société pour développer le bien-être des enfants [Internet]. 2021 [cité 14 déc 2022]. Disponible sur: www.defenseurdesdroits.fr/fr/communiqu%C3%A9-de-presse/2021/11/la-sant%C3%A9-mentale-des-enfants-un-enjeu-de-soci%C3%A9t%C3%A9-pour-d%C3%A9velopper-le-bien-%C3%A9tre-des-enfants
7. UNICEF France. Droits des enfants en France: quelles avancées et quels défis? [Internet]. 2022 [cité 14 déc 2022]. Disponible sur: www.unicef.fr/article/situation-enfants-en-france-quelles-avancees-et-quel-defis/
8. MINDS. La santé mentale, dès le départ, ça compte! [Internet]. [cité 14 déc 2022]. Disponible sur: <https://minds-ge.ch/la-sante-mentale-des-le-depart-ca-compte/>
9. Défenseur des Droits. Santé mentale des enfants?: le droit au bien-être [Internet]. [cité 14 déc 2022]. Disponible sur: https://defenseurdesdroits.fr/sites/default/files/atoms/files/rae21-num-28.10.21_01access.pdf
10. Carenews INFO. Précarité étudiante?: un tiers des étudiants en état dépressif majeur selon le Samu social [Internet]. 2022 [cité 14 déc 2022]. Disponible sur: www.carenews.com/carenews-info/news/precarite-etudiante-un-tiers-des-etudiants-en-etat-depressif-majeur-selon-le-samu-social
11. Manthorpe NS Jill. Responding to students' mental health needs: Impermeable systems and diverse users. *Journal of Mental Health*. Janv. 2001; 10(1):41?52.
12. Canadian Association of College & University Student Services and Canadian Mental Health Association. Post-Secondary Student Mental Health: Guide to a Systemic Approach [Internet]. 2013. Disponible sur: <https://healthycampuses.ca/wp-content/uploads/2014/09/The-National-Guide.pdf>
13. Commission de la santé mentale du Canada. Résumé Faire un pas vers le futur?: Bâtir un système de services en santé mentale et en toxicomanie adapté aux besoins des adultes émergents [Internet]. 2015. Disponible sur: www.mentalhealthcommission.ca/sites/default/files/MHCC_EmergingAdults_ExecSummary_Feb2015_FRE_0.pdf
14. Kessler RC, Berglund P, Demler O, Jin R, Merikangas KR, Walters EE. Lifetime Prevalence and Age-of-Onset Distributions of DSM-IV Disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Arch Gen Psychiatry*. 1^{er} juin 2005; 62(6):593.
15. PSYCOM - Santé Mentale Info. Santé mentale et vieillissement [Brochure]. Paris; 2020 [cité 14 déc 2022]. Disponible sur: www.psycom.org/wp-content/uploads/2020/11/Sante-mentale-et-vieillessement-2020.pdf
16. Organisation mondiale de la santé. Santé mentale et vieillissement [Internet]. [cité 14 déc 2022]. Disponible sur: www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-older-adults
17. Défenseur des Droits. Les droits, la dignité et les libertés des personnes âgées en EHPAD trop souvent mis à mal [Internet]. 2021 [cité 14 déc 2022]. Disponible sur: www.defenseurdesdroits.fr/fr/communiqu%C3%A9-de-presse/2021/05/les-droits-la-dignite-et-les-libertes-des-personnes-agees-en-ehpad-trop
18. Organisation mondiale de la santé. Maltraitance des personnes âgées [Internet]. [cité 14 déc 2022]. Disponible sur: www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/abuse-of-older-people
19. Petits Frères des Pauvres. Nouveau rapport sur l'isolement?: 530 000 personnes âgées en situation de mort sociale en France! [Internet]. [cité 14 déc 2022]. Disponible sur: www.petitsfreresdespauvres.fr/informer/nos-actualites/nouveau-rapport-sur-l-isolement-530-000-personnes-agees-en-situation-de-mort-sociale-en-france
20. Petits Frères des Pauvres. Baromètre 2021 Solitude et isolement, quand on a plus de 60 ans en France.

POURQUOI CE GUIDE ?

Ce guide d'organisation vous propose :

- > Des **conseils pratiques** pour organiser une rencontre dans le cadre des Semaines d'information sur la santé mentale (SISM).
- > De découvrir de **nombreuses idées de sujets** à décliner en lien avec la thématique.
- > Une **sélection d'outils** pouvant servir de supports pour l'animation de votre action. Pour plus de clarté, les différents outils recensés sont **classés selon les thématiques** : inégalités de genre, de race, violences contre les enfants, stigmatisation, etc. Dans chaque thématique vous trouverez un panel d'outils : jeu pédagogique, mallette pédagogique, exposition, vidéo, livre imagé, ressources documentaires, etc.

En espérant que vous puissiez y puiser quelques idées inspirantes, bonne découverte!

OBJECTIFS DES SISM



- > **SENSIBILISER** le public aux questions de santé mentale.
- > **INFORMER**, à partir du thème annuel, sur les différentes approches de la Santé mentale.
- > **RASSEMBLER** par cet effort de communication, acteurs et spectateurs des manifestations, professionnels et usagers de la santé mentale.
- > **AIDER** au développement des réseaux de solidarité, de réflexion et de soin en santé mentale.
- > **FAIRE CONNAÎTRE** les lieux, les moyens et les personnes pouvant apporter un soutien ou une information de proximité.

Les SISM sont un moment privilégié pour réaliser des actions de promotion de la santé mentale. Ces semaines sont l'occasion de construire des projets en partenariat et de parler de la santé mentale avec l'ensemble de la population.

C'est pourquoi nous invitons les organisateurs à s'inscrire, dans la mesure du possible, en lien avec le thème national et à s'adresser au grand public.

Le secrétariat général du Collectif national des SISM est assuré par PSYCOM

Collectif national des SISM : 01 45 65 77 24 sism.contact@gmail.com

Information, inscription et programme : www.semaines-sante-mentale.fr



[@Sism_Officiel](https://www.facebook.com/Sism_Officiel)



[@Sism_Officiel](https://twitter.com/Sism_Officiel)



[Semaine d'information sur la santé mentale \(SISM\)](http://www.semaines-sante-mentale.fr)

QUELQUES ÉLÉMENTS DE MÉTHODOLOGIE DE PROJET

Qui peut mettre en place une action ?

Professionnels de santé, de l'éducation, du social, associations, usagers, familles, citoyens ou encore élus locaux, etc. sont invités à réaliser des actions à destination du grand public. La santé mentale concerne tous les champs de la vie quotidienne, **nous sommes donc toutes et tous légitimes pour organiser un événement à l'occasion des SISM.**

L'idéal est de pouvoir mobiliser différents partenaires et la population cible (ou locale) pour multiplier les ressources, les points de vue et ouvrir le débat ! Ainsi, n'hésitez pas à vous tourner vers :

- les **collectifs SISM** existant déjà sur certains territoires (voir la liste sur le site des SISM www.semaines-sante-mentale.fr/collectif-sism/collectifs-locaux-2/)
- les **conseils locaux de santé mentale (CLSM)**, lorsque ceux-ci sont présents sur votre territoire, pour mutualiser les pratiques, coordonner les actions et favoriser le travail entre les différents acteurs.

Qu'est-ce qu'un conseil local de santé mentale (CLSM) ?

Les CLSM¹ sont un lieu de convergence locale des acteurs de Santé Mentale. Ils se définissent comme des dispositifs de concertation et de coordination entre les élus locaux de territoire, le service de Psychiatrie publique, usagers, aidants et tous les acteurs qu'il paraît pertinent d'associer. Cette association de partenaires offre une meilleure connaissance des champs d'intervention et permet ainsi une convergence de problématiques et d'actions communes. Il est piloté par un coordonnateur qui constitue le « noyau dur » du CLSM. Leur objectif principal est de définir des politiques et des actions locales qui permettent l'amélioration de la santé mentale de la population.

Centrée sur la **promotion et la prévention de la santé mentale**, l'action des CLSM s'adresse à toutes les personnes, notamment les groupes à risques, ainsi que les personnes atteintes d'un trouble de santé mentale ou en situation de handicap psychique.

Retrouvez la liste des CLSM ici : clsm-ccoms.org/les-clsm-en-france/

Monter une action : les étapes clefs²

Retrouvez les étapes clefs sur :

www.savoirsdintervention.org/comment-utiliser-savoir-dintervention/#section-3

Phase de diagnostic partagé

Cette phase permet de constituer l'équipe et d'impliquer les différents partenaires (dont la population bénéficiaire). En effet, l'implication des bénéficiaires tout au long de la démarche est primordiale, et ce dès la phase de diagnostic puisque la participation des individus, du groupe ou de la communauté à l'identification des problèmes favorisera leur engagement dans la recherche de solutions et dans l'adoption de nouveaux comportements.

¹ clsm-ccoms.org/les-conseils-locaux-de-sante-mentale/

² sbssa.spip.ac-rouen.fr/IMG/pdf/Education_pour_la_sante.pdf

Cette phase vous permettra ainsi de croiser les savoirs et de recueillir les différents besoins.

À partir de ces besoins, vous pouvez établir :

- > Un diagnostic partagé pour avoir un état des lieux
- > Des priorités d'action
- > Votre plan d'action

Le public cible de votre action peut parfois être reconsidéré, soit élargi, soit réduit (enfants, adolescents, population précaire, personnes âgées, personnes concernées, aidants/proches, etc.).

Plus d'informations sur le site : www.promosante-idf.fr/agir/methodologie-de-projet-en-promotion-de-la-sante/fiche-1-diagnostic

N.B. : Pour faciliter la conduite de votre projet³, pensez à :

- > Créer les **conditions institutionnelles de réalisation** du projet :
 - en mobilisant l'équipe de direction (l'appui de la direction est essentiel pour la réalisation du projet : elle légitime, valide, ajuste, et donne les moyens de réalisation du projet);
 - en inscrivant son action dans le projet et priorités d'actions de votre organisme.
- > Constituer un **groupe de pilotage**, si celui-ci n'existe pas, qui vous permettra d'associer les différents partenaires. Vous pouvez vous rapprocher des CLSM présents sur votre territoire car ceux-ci sont des collectifs interdisciplinaires.
- > Choisir une **personne référente** chargée de la mise en œuvre du projet dans la structure : reconnue par la direction et les membres du groupe de pilotage, elle est l'interlocutrice privilégiée en interne et en externe. Elle bénéficie d'une disponibilité suffisante et a un intérêt manifeste pour le projet. Parfois, le référent peut constituer, si les ressources humaines sont suffisantes, une équipe chargée de la réalisation du projet, associant 3 à 6 personnes volontaires.

Tous ces conseils doivent être ajustés au regard de l'environnement dans lequel vous évoluez et des différentes contraintes (de temps, financières, etc.) et des possibilités que vous avez. Ainsi, en fonction du nombre de partenaires, de la taille de votre organisme, de votre réseau, de l'objectif visé, ces différents conseils doivent être remis en perspective et adaptés à votre contexte.

Phase de programmation

Cette phase permet de fixer les objectifs pédagogiques. Un objectif répond aux questions suivantes :

- > Quelle situation veut-on atteindre ?
- > Où ?
- > En combien de temps ?
- > Quelle est la population concernée ?

Pour l'atteindre, l'équipe projet doit tenir compte des moyens et des ressources disponibles (type d'action, durée, lieu, nombre de personnes mobilisées, contraintes financières, etc.).

³ irepsbretagne.fr/wp-content/uploads/2020/06/guide_finalise_web.pdf



Il y a 3 niveaux d'objectifs qui permettent de structurer et d'orienter l'action. **Plus d'informations sur :**

www.promosante-idf.fr/agir/methodologie-de-projet-en-promotion-de-la-sante/fiche-2-objectifs

N.B. : la communication sur votre action peut se faire à toutes les étapes importantes de votre projet: démarrage, constitution des équipes, formation, réalisation du diagnostic, définition des objectifs et réalisation du plan d'action. Il convient de préciser qui va communiquer, quand et comment.

Phase de mise en œuvre

Cette phase renvoie à l'animation et au déroulement de l'action.

Phase d'évaluation

Il est utile de concevoir, en amont de l'atelier, une trame évaluative de votre action. Cette évaluation produit des connaissances qui vous permettront de trouver les axes d'amélioration et de communiquer sur votre action dans le but de la valoriser.

Retrouvez les ressources méthodologiques :

www.promosante-idf.fr/agir/methodologie-de-projet-en-promotion-de-la-sante/methodologie-de-projet-en-promotion-de-la-sante

evaluation7etapes.fr/wp-content/uploads/2020/01/Guide-Eval-7-etapes-web.pdf

- ▶ **Pour faciliter le partage de documents et la mise en commun au sein de votre équipe, vous pouvez utiliser le support « Google drive » :** www.google.com/intl/fr/drive/

Quelques principes éthiques guidant vos actions²

- > **Autonomie des personnes :** respecter les choix individuels, même s'il s'agit de comportements potentiellement néfastes pour la santé (il ne s'agit pas de vouloir imposer une norme) et ne pas culpabiliser.
- > **Bienfaisance** (s'assurer que l'intervention que l'on va mener va « faire du bien »): utiliser des connaissances scientifiquement validées (ne pas diffuser des messages non valides) et s'assurer de la non-malfaisance.
- > **La non-malfaisance** (s'assurer que l'intervention que l'on va mener ne va pas nuire): toujours s'interroger sur les moyens employés, quelles que soient les finalités; « la fin ne justifie pas les moyens » et s'assurer que l'intervention ne présentera pas de conséquences nuisibles dans d'autres domaines que celui de la santé (ex.: désorganisation sociale, familiale, culturelle...).
- > **Équité et justice sociale :** s'assurer que les messages diffusés et les comportements préconisés soient accessibles à tous (accessibilité financière, durée, accessibilité physique, etc.).
- > **Évaluer :** régulièrement l'action pour pouvoir faire des ajustements.

Cadre pédagogique de vos actions

- > Les différentes animations proposées s'inscrivent dans **un cadre ludique, pédagogique et convivial**.
- > La création de situations de **participation** (espaces de débats) qui favorisent la prise de parole, l'expression, le dialogue, sont au cœur des objectifs des SISM. Les interactions et échanges entre pairs et ceux au sein de la population sont recherchés.
- > Ces actions favorisent la création d'espaces d'écoute sans jugement et bienveillants mais également des temps d'échange, de partage et de jeux.
- > Chaque individu, quel que soit son âge, est considéré comme un interlocuteur crédible et porteur de savoirs.

Attitudes de l'animateur en éducation pour la santé⁴

- > Favoriser la participation par instauration d'un climat de confiance, des techniques de présentation, un recueil des attentes, une attitude de non-jugement, d'écoute.
- > Prise en compte des représentations
- > Transparence des intentions
- > Clarté des rôles
- > Construction collective
- > Faciliter la recherche de sens d'une conduite
- > Favoriser la libre expression
- > Reconnaître les compétences et ressources de chacun, l'expérience positive doit être recherchée
- > Respect de la personne, de ses particularités
- > Le souci de ne pas exclure
- > Poser les règles : confidentialité, respect de la parole... qui permettent à chacun une mise en confiance

Questions à se poser en tant qu'animateur :

- > Quelles sont les valeurs que je porte au travers de mon intervention ?
- > Quelles sont les valeurs du groupe en face ?
- > Est-ce que j'annonce mes valeurs ?
- > Est-ce que je prends en compte le parcours de vie des personnes ?
- > Quelle place je donne à l'individu au sein du groupe ?
- > Est-ce que je permets à tous les individus de s'exprimer ?
- > Est-ce que l'action proposée laisse une place aux usagers leur permettant de participer, de donner leur avis ?

⁴ Ireps Occitanie, DRAPSS Occitanie, ARS Occitanie : Guide pratique : Mon Service sanitaire En 10 questions, version 2020-2021, disponible sur www.calameo.com/read/005849731bd9573e730bc?page=39

ÉLÉMENTS IMPORTANTS À RETENIR

Toute action se construit sur **quatre éléments**² :

- > Une population cible.
- > Un émetteur (l'énonciateur du message : un agent de santé, une institution, un pair...).
- > Un espace-temps pour leur rencontre (réunion, causerie, séance de théâtre, journaux télévisés, salle d'attente...).
- > Un matériel (audiovisuel, affiche, brochure, médiation...).

Les Ireps des partenaires qui peuvent vous aider

Le réseau des Instances régionales d'éducation et de promotion de la santé (Ireps) soutient et développe des initiatives locales permettant de mieux répondre aux besoins de santé des citoyens. Interface entre les politiques, les acteurs de terrain professionnels ou bénévoles, et les populations, le réseau des Ireps vise à lutter contre les inégalités de santé et à favoriser le bien-être pour tous.

Leurs missions : la formation, le conseil méthodologique, l'évaluation, la documentation et l'élaboration d'outils d'intervention, la communication, le transfert de connaissances issues de la recherche, l'appui à la programmation des politiques de santé publique et la coordination de dispositifs ou de projets. **Depuis 2022, La Fédération nationale d'éducation et de promotion de la santé (Fnes), qui anime le réseau des Ireps, a rejoint le collectif national des SISM.**

Plus d'information sur leur site www.fnes.fr

ORGANISER UN ÉVÉNEMENT EN LIGNE

La crise sanitaire a rendu plus facile l'organisation d'événements en utilisant les technologies du numérique. Ceci permet aussi de faciliter l'enjeu logistique, de minimiser les coûts et d'augmenter la portée nationale/internationale de l'événement, etc.

Pour cela, mobilisez les outils de visioconférence tels que Zoom, Teams, Google Meet, etc. Définissez le **thème à débattre**, identifiez des **spécialistes du sujet**, programmer un créneau, invitez les participants, etc. La méthodologie de projet reste finalement assez similaire ! Il faudra par contre adapter votre programme aux contraintes du numérique.

Envisagez de proposer des temps courts car la concentration virtuelle est plus volatile. Découpez votre programme en 2 ou 3 interventions d'1h30, par exemple ! Après ces mois de confinements, certains de vos partenaires auront développé leur habileté sur les outils de conférence en ligne et pourront sûrement vous conseiller ou vous aider dans cette nouvelle organisation.

Pour sortir des conférences, d'autres formats virtuels sont à inventer ! Il peut s'agir de la diffusion d'une vidéo puis d'un échange par tchat (discussion instantanée) sur des plateformes comme YouTube ou Facebook. Pensez à la mise à disposition d'outils : kit pédagogique, infographie ou affiche de sensibilisation en lien avec la thématique. Une campagne d'affichage peut être menée ou un podcast diffusé. Pourquoi ne pas organiser une exposition photo virtuelle ou encore un concours vidéo en ligne ! Tous les domaines de la promotion de la santé peuvent être source d'inspiration et nous comptons sur vous pour regorger d'idées innovantes.

ORGANISER UN CINÉ-DÉBAT

Informations pratiques

- > S'informer sur les coûts de **location des salles** et du matériel de projection. Exceptionnellement, une contribution modique peut être demandée aux participants (<10 euros) afin de couvrir les frais engagés pour l'organisation d'un ciné-débat.
- > Se procurer le film sur un **support adapté à la diffusion publique** et obtenir son droit de diffusion auprès du distributeur (*voir Droit de diffusion ci-dessous*).
- > Solliciter des **salles de projection** d'art et d'essai ou grand public, des médiathèques et autres structures culturelles qui peuvent inscrire la rencontre à leur programmation. Ainsi vous pourrez mutualiser les coûts et le droit de diffusion.
- > Choisir le film en fonction **du public attendu ou visé** et des objectifs définis à l'avance. Privilégier le format court (52'). Le format documentaire permet d'ouvrir plus facilement le débat avec le public.
- > Solliciter des **intervenants** (professionnels de santé, des médias, usagers et proches), pour animer le débat, apporter une expertise et répondre aux questions du public.
- > Essayer d'inviter les réalisateurs ou réalisatrices ou **l'équipe du film** à venir parler de leur projet, de la démarche qui les a guidés, de leur regard sur le sujet traité. La présence du réalisateur attire souvent le public et nourrit plus facilement les échanges.

Comment se procurer un film ?

Vous pouvez contacter les **salles de cinéma** (arts et essais ou conventionnées) pour demander un partenariat dans le cadre des SISM. Vous pouvez aussi contacter les médiathèques de votre ville qui ont l'habitude de ce type d'événements et qui sont le vecteur d'un public plus large, notamment scolaire.

Vous pouvez contacter les **distributeurs**, les sociétés de production ou les ayants droit afin de louer une copie du film sur support numérique pour diffusion publique non commerciale.

Enfin, vous pouvez **emprunter** des films auprès de : [bibliothèques publiques](#), [bibliothèques universitaires](#), Comités départementaux d'éducation pour la santé (CODES), Instances régionales d'éducation et de promotion de la santé (Ireps) et certaines structures associatives locales. Dans ce cas, il faudra vous assurer que vous avez l'autorisation de diffuser la vidéo en public.

Droits de diffusion

Les représentations publiques, gratuites ou payantes, d'œuvres audiovisuelles ou cinématographiques, même s'il ne devait s'agir que d'extraits, doivent impérativement être autorisées par les détenteurs des droits correspondants, à savoir le plus souvent les producteurs ou les distributeurs habilités.

La solution la plus simple est de s'associer à un partenaire qui possède les droits de diffusion (ex. : structure culturelle, cinéma, médiathèque, etc.).

Dans le cas contraire, vous devez demander l'autorisation. Pour plus d'informations, vous êtes invités à consulter [la page du CNC dédiée](#).

Où trouver des vidéos, films et courts-métrages ?

- > [Filmographie de la plateforme Solidarités Usagers Psy](#) qui répertorie environ 200 films.
- > [Psymages](#) a pour objet de promouvoir la réflexion sur l'audiovisuel en santé mentale et l'accès à l'information et à la documentation audiovisuelle dans le secteur de la santé mentale.
- > [Le festival Imagé Santé](#) a comme objectif principal la promotion et la sensibilisation à la santé, concrétisé sous la forme d'un Festival du film documentaire, d'ateliers et de conférences. Il propose également une vidéothèque en ligne.
- > [Le Centre national de l'audiovisuel en santé mentale \(CNASM\)](#) met à disposition des professionnels et du grand public des outils audiovisuels d'informations, de sensibilisation, de recherche et de formation destinés aux partenaires de la santé mentale. Contactez-les directement pour toute question sur leur catalogue: cnasm@orange.fr - 0387231479

Des bases de données dites « grand public » peuvent aussi être consultées (AlloCiné, IMDb, Tenk, etc.). Pour les utiliser, définissez en amont les mots-clés : « santé mentale », « psychologie », « droits », « citoyens », « psychiatrie », « troubles psychiques », etc. Et gardez en tête que si le contenu n'est pas accessible gratuitement, il faudra obtenir l'accord de diffusion publique (*voir Droit de diffusion ci-dessus*).

ORGANISER UN ATELIER PÉDAGOGIQUE

Informations pratiques

- > Organiser les ateliers dans des **lieux calmes, conviviaux** qui permettent de faciliter la parole des auditeurs et de respecter la confidentialité des échanges.
- > Solliciter des personnes habituées à **animer des ateliers** avec le public cible (ex. : animateurs, éducateurs).
- > Solliciter les **structures culturelles** (bibliothèque, médiathèque, etc.) ou qui accueillent du public pour inscrire la rencontre à leur programmation. Pensez à choisir des lieux faciles d'accès.
- > N'oubliez pas de consulter et de tester l'outil en amont de l'atelier.
- > Préparer les questions et réponses auxquelles pourront être confrontés les animateurs des ateliers.
- > Privilégier les **petits groupes d'auditeurs** (10 personnes maximum) pour favoriser une bonne dynamique de groupe et les échanges. Si toutefois le groupe est plus important, la mise en place de sous-groupes peut aider.
- > Programmer la **durée totale** de l'atelier (animation + débat) et informer les participants à l'avance.



SUGGESTION DE THÈMES À DÉBATTRE

ENFANCE

Lever le tabou

- Comment le sujet de la santé mentale des enfants peut-il être intégré dans la vie scolaire ?

Trouver des ressources en santé mentale

- Quels éléments influencent la santé mentale des enfants et quels acteurs peuvent contribuer au bien-être de l'enfant ? Quels rôles pour les municipalités et autres collectivités ?
- Comment favoriser la santé mentale des enfants à l'école ? Quelles actions pour la soutenir ?
- « Le droit de l'enfant à être écouté » : quels temps collectifs ou individuels sont proposés pour écouter la parole d'un enfant sur son vécu scolaire, par exemple, et en tenir compte ?
- Quel lien entre la santé mentale et les compétences psychosociales ?

Être accompagné

- Quelles sont les différentes formes de violences ? Comment identifier les situations de harcèlement sexuel ou d'inceste et comment mieux prendre en compte l'impact de ces traumatismes ?
- Quels dispositifs pour les enfants en difficulté psychique (soins, accompagnements, etc.) ?
- Quels accompagnements pour les enfants dont les parents ou la fratrie vivent avec des troubles psychiques ?
- Comment mieux prendre en compte la santé mentale des enfants dans les hébergements collectifs ou vivant dans une grande précarité ?

JEUNES

Lever le tabou

- Comment parler de santé mentale avec les jeunes ? Quels outils pour aborder ce sujet ? Quels dispositifs participatifs ? Et comment monter des projets avec les jeunes sur la santé mentale ?

Trouver des ressources en santé mentale, être accompagné

- Comment favoriser un climat de bienveillance et ouvert dans les classes ? Comment favoriser l'égalité homme/femme ? Le consentement, comment l'aborder ?
- Comment favoriser la santé mentale des jeunes dans le contexte de crise climatique et sociale, qui peut être source d'angoisse ?
- Comment protéger la santé mentale des jeunes victimes de racisme ?
- Comment prendre soin de sa santé mentale quand on se questionne sur son identité (genre, adoption, parcours migratoire, etc.) ?
- Quels réseaux d'entraide et de solidarité existent-ils sur un territoire et spécialement, à l'école, à la faculté, à la ville, ou dans un quartier ?
- Quelles actions de prévention pour éviter que des problèmes d'anxiété n'appar-

raissent chez les jeunes et notamment pour celles et ceux ayant un risque ou une vulnérabilité particulière ? Quelles réponses pour celles et ceux qui sont déjà confrontés à ce trouble ?

- Comment favoriser l'accès aux aides et aux soins des jeunes en souffrance psychique et favoriser leur rétablissement ?

Lutte contre la stigmatisation

- Comment lutter contre la stigmatisation des troubles psychiques ? Quelles actions participatives en milieu scolaire et dans leur espace de vie ?

JEUNES ADULTES

Trouver des ressources en santé mentale, être accompagné

- Comment peut-on soutenir la parentalité chez les jeunes ? Comment mieux repérer les futurs parents en souffrance psychique ? Comment davantage les accompagner dans toutes les dimensions de leur vie (sociale, professionnelle, etc.) et dans un éventuel parcours de soin ? Comment favoriser le renforcement des compétences parentales ?
- Quels rapports les jeunes entretiennent-ils avec le monde du travail ? Que recherchent-ils ? Quel équilibre entre vie personnelle, bien-être et vie professionnelle ?
- Quelles actions et organisations mettre en place dans le milieu du travail pour promouvoir la santé mentale de toutes et tous ?
- Quels accompagnements pour favoriser l'insertion professionnelle des jeunes vivant avec des troubles psychiques ?

Lutter contre la stigmatisation

- Comment lutter contre la stigmatisation des troubles psychiques dans le milieu professionnel ? Quels dispositifs existent dans le milieu professionnel pour les personnes concernées ?
- Le burn-out des jeunes professionnels, un sujet encore tabou ?

SENIORS

Comment la société perçoit-elle la vieillesse ? Comment lutter contre l'âgisme, première cause de maltraitance des personnes âgées ?

Trouver des ressources en santé mentale, être accompagné

- Quelles ressources individuelles et dans les environnements de vie des personnes âgées pour prendre soin de leur santé mentale ?
- Comment les seniors appréhendent-ils la retraite ? Comment vivent-ils celle-ci ? Comment favoriser leur santé mentale au moment du passage à la retraite et pendant celle-ci ?
- Quels dispositifs existent pour favoriser la santé mentale des personnes âgées (adaptation du logement, soutien social, utilité sociale, etc.) ? Quelle place, quel engagement pour les municipalités et les autres collectivités territoriales ?
- Comment les proches et les professionnels qui accompagnent des personnes vieillissantes peuvent-elles trouver des ressources, du soutien, de la formation, pour tenir au mieux leur rôle ?
- Comment accompagne-t-on les souffrances mentales inhérentes aux vieillissements : diminution voire perte de l'autonomie, des liens affectifs et sociaux ?

- Comment mieux accompagner la fin de vie aujourd’hui? Quels acteurs peuvent être mobilisés pour accompagner les personnes en fin de vie et pour veiller à leur qualité de vie?
- Quels dispositifs existent pour accompagner les personnes âgées concernées par un trouble psychique?

Savoir expérientiel et rétablissement

- Comment les personnes seniors concernées par un trouble psychique vivent-elles?

BOÎTE À OUTILS ET RESSOURCES PÉDAGOGIQUES À DESTINATION DU GRAND PUBLIC

En partenariat avec **Ascodocpsy**⁵, membre du Collectif des SISM, nous vous proposons une liste d’idées de thèmes et d’outils pédagogiques (jeux, livres, films, etc.). Cette liste n’est pas exhaustive.

Vous pouvez, aussi, piocher des ressources dans le guide méthodologique produit en 2021 « Conseils méthodologiques pour l’organisation d’actions ». Celui-ci recense de nombreux outils, film..., en lien avec **les droits et la santé mentale** :

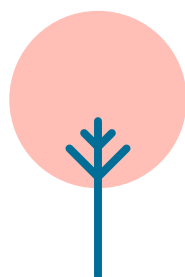
www.semaines-sante-mentale.fr/sism-2/edition-2021/

Pour retrouver tous les outils pédagogiques en **éducation pour la santé** :

- > « Des outils pour agir » de la Fnes : www.fnes.fr/des_outils_pour_agir
- > Base des outils pédagogiques en éducation et promotion de la santé (Bip Bop) : www.bib-bop.org
- > Des outils pédagogiques (citoyenneté, discriminations, parentalité, etc.) proposés par Valorémis Éditions : editions-valoremis.com/
- > Pédagogie interactive en promotion santé (Pipsa) : www.pipsa.be

Comme en 2022, la thématique de cette année permet de penser les liens que nous pouvons avoir avec notre **environnement physique**. Ainsi, toutes les initiatives en lien avec la nature, telle que les balades, la visite de jardin (thérapeutique, potager, etc.), le ramassage de déchets sont autant d’actions qui peuvent être mises en place facilement au côté des acteurs de préservation de l’environnement.

- ▶ **Toutes ces initiatives permettent de penser les actions en termes de co-bénéfice** : favorisent le lien social et l’empowerment des participants (santé humaine) et permet une action positive dans la lutte contre la crise écologique.
- ▶ Dans cette perspective, nous invitons vivement à vous rapprocher des **réseaux d’éducation à l’environnement** régionaux, consultables sur le site FRENE frene.org/qui-sommes-nous/un-reseau-des-reseaux/



⁵ www.ascodocpsy.org/

Enfance (jusqu'à 10 ans)

Lever le tabou sur la santé mentale

KIT PÉDAGOGIQUE

« Le Jardin du Dedans® »
2022, PSYCOM

Public: entre 8 et 10 ans

Résumé: Ce kit pédagogique, développé en collaboration avec l'autrice jeunesse Sandrine Bonini et en partenariat avec l'UNICEF, a pour objectif de sensibiliser les enfants sur la santé mentale. Cet outil pose les bases de la santé mentale et permet d'ouvrir le débat pour lever le tabou sur ce sujet. Ce kit pédagogique est pensé sous la forme d'un théâtre d'images (Kamishibai, littéralement « théâtre de bois ou théâtre de papier » en japonais) qui est composé de 12 planches et de deux cahiers pédagogiques à destination des animateurs. Le premier livret est à utiliser avant l'animation et propose des repères théoriques sur la santé mentale et des conseils d'animations. Le second cahier sert à construire l'animation pas à pas. Cet outil a reçu le soutien financier de l'ARS Ile-de-France. Cet outil s'adresse aux enfants de 8 à 10 ans et est disponible gratuitement en téléchargement sur le site de PSYCOM.

www.psycom.org/agir/la-promotion-de-la-sante-mentale/le-jardin-du-dedans/

JEU

« J'explore mes besoins.
Cartons psychoéducatifs pour
démystifier le monde des besoins »
2021, Marc Chouinard, Midi trente

Public: à partir de 8 ans

Résumé: Ces cartons psychoéducatifs, destinés aux enfants à partir de 8 ans, permettent d'explorer la notion de besoin et d'apprendre à les nommer afin de mieux les connaître et les comprendre pour améliorer les réactions émotionnelles et la communication avec les autres.

www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=9433&titre=j-explore-mes-besoins-cartons-psychoeducatifs-pour-demystifier-le-monde-des-besoins&debut=30



« La roue des valeurs »
2020, Marie Edery

Public: tout public

Résumé: Cette roue à destination de tous, colore instantanément les pensées d'une valeur à approfondir, méditer puis à partager. Elle permet à chacun de prendre conscience d'une qualité à mettre en pratique personnellement ou professionnellement. Elle éveille ainsi la conscience des qualités ignorées ou oubliées.

www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8877&titre=la-roue-des-valeurs&debut=30

« Des Récits et des Vies® »
Caroline Chavelli

Public: de 6 à 18 ans

Résumé: Un jeu pour se raconter et être écouté. Des Récits et des vies® est un jeu idéal pour parler, au hasard des cartes, des choses importantes ou légères qui nous tiennent à cœur, des petits et grands bonheurs du quotidien, des souvenirs et des projets, des émotions qui nous façonnent sans oublier l'imaginaire et la poésie. Le rythme de vie de nos journées, de nos semaines, des années qui passent, ne nous laisse guère le temps de raconter, transmettre, questionner, ce qui fait sens pour nous, ce qui nous touche et de rencontrer les autres au-delà des apparences, des a priori, du « Ça a été ta journée? », « Qu'est-ce que vous faites dans la vie? », etc. À travers les récits de vie, les émotions, les valeurs, l'imaginaire, la parentalité (quand on joue avec des parents), autant de sujets qui traversent les âges, les statuts sociaux, économiques, les compétences et les limites des uns et des autres, le jeu Des Récits et des vies® permet d'approfondir nos relations avec nos proches ou de découvrir des personnes qui vivent des situations semblables et qui ont besoin de partager leurs interrogations, pensées, envies, doutes, aspirations, colères, plaisirs, etc.

ados.desrecitsetdesvies.com/index.php

**« Feel good. Les 24 forces de caractères »
2022, CRIPS Ile-de-France**

Public: enfant, préadolescent

Résumé: À destination des élèves de primaire et de collège, ce jeu permet d'identifier ses forces, de les développer et d'apprécier celles des autres. Il contient 24 cartes représentant les 24 forces de caractère avec leurs définitions. Les objectifs pédagogiques sont: d'identifier ses 3 forces principales, et des situations dans lesquelles ces aptitudes sont mises en valeur; d'identifier les 3 forces principales d'une personne et des situations dans lesquelles elles sont mises en valeur; d'acquérir des connaissances sur les forces et d'améliorer le climat scolaire.

[www.lecrrips-idf.net/
outil-pedagogique-feel-good](http://www.lecrrips-idf.net/outil-pedagogique-feel-good)

OUVRAGE

**« L'inquiétant souci »
2022, Rachel Rooney, Zehra Hicks**

Résumé: Cet ouvrage à destination des enfants intitulé « L'inquiétant souci » présente un enfant heureux qui, par hasard, rencontre un souci. Sous la forme d'une petite bête malicieuse, presque sournoise, ce souci prend de plus en plus de place dans la vie du garçonnet... En parler avec l'enfant est une première étape importante et salutaire.

[www.babelio.com/livres/
Rooney-Linquietant-souci/1412652](http://www.babelio.com/livres/Rooney-Linquietant-souci/1412652)

**« Les peurs qui te font peur »
2022, Rachel Rooney, Zehra Hicks**

Résumé: Nous avons tous des peurs qui nous font peur. On peut en voir certaines, et d'autres non. C'est un sentiment que nous connaissons tous mais, n'aie pas peur, il existe plein de façons de s'en débarrasser!

[www.nuitsdelecture.fr/
ressources/conseils-de-lecture/
les-peurs-qui-te-font-peur](http://www.nuitsdelecture.fr/ressources/conseils-de-lecture/les-peurs-qui-te-font-peur)

EXPOSITION

Public: tout public

**« Je me sens bien quand... »
2017, Ireps Nouvelle-Aquitaine**

Résumé: Cette exposition, de la collection Porteur de paroles, permet d'aborder la question de son bien-être. Cet outil permet d'aller à la rencontre d'un large public dans des lieux peu enclins à l'échange et à la discussion (rues, marchés, forums...).

[www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.
php?ref=8336&titre=je-me-sens-bien-
quand&debut](http://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8336&titre=je-me-sens-bien-quand&debut)

*Changer le regard sur
les personnes concernées*

**« La Psychiatrie »
Association Familien**

Résumé: Préparer les enfants qui vont rendre visite à un proche en service psychiatrique

[www.chroniquesociale.com/
comprendre-les-personnes/1260-la-
psychiatrie.html](http://www.chroniquesociale.com/comprendre-les-personnes/1260-la-psychiatrie.html)

ÉMISSION DE RADIO

**« Selah Sue nous parle de
l'importance de nommer ses maux »
2022, Nova Hors-Série**

Résumé: À l'occasion de la journée internationale de la santé mentale, entretien avec la chanteuse flamande qui se confie sur un sujet rarement abordé.

[www.nova.fr/news/selah-sue-nous-
parle-de-limportance-de-nommer-ses-
maux-202179-12-10-2022/](http://www.nova.fr/news/selah-sue-nous-parle-de-limportance-de-nommer-ses-maux-202179-12-10-2022/)

PODCAST

**« Le héros du Nova Jour »
2022, Radio Nova**

Résumé: À l'occasion de la Journée mondiale de la santé mentale, Gringe était notre invité ce matin. Le rappeur vient de signer la préface du livre « *Un peu beaucoup, à la folie* », écrit par des écrivains qui ont décidé de briser le tabou de la santé mentale.

[www.nova.fr/news/gringe-penser-
quune-personne-atteinte-de-
troubles-mentaux-est-une-
personne-dangereuse-cest-un-
cliche-201790-10-10-2022/](http://www.nova.fr/news/gringe-penser-quune-personne-atteinte-de-troubles-mentaux-est-une-personne-dangereuse-cest-un-cliche-201790-10-10-2022/)

EXTRAIT D'ÉMISSION DE TÉLÉ

« **Chansons et sentiments -
Avec Louane** », 2023, C à vous la suite

Résumé : Diagnostiquée TDAH, Trouble déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité, elle a récemment écrit une lettre à l'enfant qu'elle était à différents âges. « *J'avais pas de potes parce que j'étais insupportable aux yeux des autres, parce que je bougeais, je parlais à voix haute pendant les cours comme si j'étais toute seule, parce que j'étais incapable de me tenir, quand je lisais je perdais le fil alors que j'essayais de toutes mes forces de le faire. C'est chiant, et bizarrement aujourd'hui c'est l'une de mes plus grandes forces.* »

www.france.tv/france-5/c-a-vous-la-suite/c-a-vous-la-suite-saison-14/4556488-chansons-et-sentiments-louane-c-a-vous-24-01-2023.html

Changer le regard sur le handicap

OUVRAGE

« **La petite casserole d'Anatole** »
2009, Isabelle Carrier

Public : à partir de 3 ans

Résumé : Anatole traîne derrière lui une petite casserole, et au lieu de s'intéresser à ses qualités, les gens qui le croisent regardent surtout sa casserole... Sur le handicap et l'acceptation de la différence.

www.babelio.com/livres/Carrier-La-petite-casserole-dAnatole/127999

« **Tous différents!** »
2006, produit par Todd Parr

Public : à partir de 3 ans

Résumé : « *Dans la vie, on peut être adopté, avoir de grandes oreilles, être de couleurs différentes, avoir un nez pas comme tout le monde, se mettre en colère, arriver le dernier, on peut dire non si on se sent en danger.* » Grâce à un texte simple et des illustrations qui captent son attention, Todd Parr livre à l'enfant un message positif et chaleureux sur ce qu'il est, et comment on perçoit les autres. Sans pour autant lui faire la morale.

www.babelio.com/livres/Parr-Tous-differents-/327278

« **Le handicap** »
2007, produit par Stéphanie Leduen

Public : à partir de 3 ans

Résumé : Le handicap, ou plutôt les différents handicaps sont expliqués aux enfants de façon claire et simple. Au fil du livre, on rencontre des personnes marchant avec des béquilles, se déplaçant en fauteuil roulant, aveugle, sourde, muette, trisomique... ainsi que des personnes obligées de suivre des soins chez des docteurs spécialisés (orthophoniste, kinésithérapeute, ergothérapeute).

www.editionsmilan.com/livres-jeunesse/documentaires/3-6-ans/le-handicap

« **Vivre ensemble les différences** »
produit par Laura Jaffé et Laure Saint-Marc

Public : à partir de 7 ans

La société, c'est les autres, et respecter les autres, leurs différences, leurs besoins, c'est bien vivre en société. Un récit quotidien, un documentaire et un jeu-test permettront à l'enfant de comprendre qu'il a une place et un rôle à jouer dans la société.

www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=5171&titre=vivre-ensemble-les-differences&debut

Changer le regard sur les publics migratoires

KIT PÉDAGOGIQUE

Comprendre les migrations pour un accueil digne des personnes étrangères, Kit de 10 activités pour les 6-12 ans »
2023, La Cimade

Public : 6-12 ans

Résumé : La Cimade et la Ligue de l'enseignement ont pris le parti de s'unir pour créer ce kit pédagogique, dans une perspective d'éducation populaire, pour s'adresser aux enfants comme à de futur·e·s citoyen·ne·s, dans un climat d'écoute mutuelle propre à faire évoluer les mentalités.

www.lacimade.org/wp-content/uploads/2022/02/Cimade_kit_peda.pdf



Favoriser les compétences psychosociales

PROGRAMME PÉDAGOGIQUE

« Prendre soin de soi »
2022-2025

Public: de 8 à 11 ans

Résumé: Programme expérimental de déploiement des compétences psychosociales (CPS) sur deux territoires en Loire-Atlantique, dans tous les milieux de l'enfant de 8 à 11 ans. « Prendre soin de soi » vise à améliorer les CPS des 8-11 ans et à créer une dynamique collective avec les acteurs de l'enfance, les parents, les bénévoles sur les territoires de La Carène-Saint-Nazaire Agglomération et la Communauté de Communes du Pays de Pont-Château et Saint-Gildas-des-Bois, pour la santé et le bien-être dans tous les milieux de vie de l'enfant.

irepspd.org/page-1-699-0.html#menu

EXPOSITION

« 8 mots pour nous relier »
2020, Graines de paix

Public: enfant, préadolescent

Résumé: Cette affiche éducative a été conçue pour favoriser le développement des compétences psychosociales et socio-affectives des enfants de 4 à 12 ans. Ses objectifs sont de favoriser la réussite scolaire, de prévenir la violence et d'ancrer la culture de paix à l'école et dans la société. Elle sert de support d'aide à la parole, et d'aide à la mémorisation.

www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8979&titre=8-mots-pour-nous-relier&debut

« Affiche Pop ton potentiel.
Estime de soi et fierté personnelle »
2012, Midi trente

Public: enfant, préadolescent

Résumé: Cette affiche s'adresse aux enfants à partir de 8 ans. Elle vise à favoriser l'estime d'eux-mêmes et leur sentiment de fierté personnelle. Elle propose 27 stratégies pour les aider à adopter des comportements valorisants et faciles à mettre en place dans leur vie quotidienne.

www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=6197&titre=affiche-pop-ton-potentiel-estime-de-soi-et-fierté-personnelle&debut=15

Retrouver d'autres outils sur les compétences psychosociales sur :

www.bib-bop.org/base_bop/bop_resu_rech.php?rech=a¶m=||tit=||aut=||edi=||sup=||reg=||cod=||the=5||pub=||per=2015_2022||ter=||lieninter=&n-b=599&ref=bop_63f74382670c5

Lutter contre les violences

EXPOSITION

« Stop à la violence »
2020, Graines de paix

Public: enfant, préadolescent

Résumé: Cette affiche éducative a été conçue pour favoriser le développement des compétences psychosociales et socio-affectives des enfants de 4 à 12 ans. Ses objectifs sont de favoriser la réussite scolaire, de prévenir la violence et d'ancrer la culture de paix à l'école et dans la société. Elle sert de support d'aide à la parole, et d'aide à la mémorisation.

www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8980&titre=stop-a-la-violence&debut

Apprendre sur le sommeil

MALLETTE PÉDAGOGIQUE

« Apprendre le sommeil à l'école avec Mémé Tonpyj »
2017, Amandine Rey et Stéphanie Mazza, Claire Agnelli, Agathe Lamarque, Laura Lapalus, Alice Laurent, Mélodie Roux, Lucy Rueda et Olivier Jouvray

Résumé: Le programme pédagogique est composé de quatre thèmes répartis en huit leçons. Vous trouverez ci-dessous les documents de la mallette pédagogique à télécharger gratuitement. Dans cette mallette, vous trouverez :

- les bandes dessinées pour les élèves avec les explications sur le thème, les exercices et la trace écrite,
- le contenu des enseignants (un document explicatif, les fiches de préparation, l'agenda du sommeil, un poster pour la classe, la correction des exercices et un exemple d'évaluation),
- les dessins animés d'une durée d'environ une minute chacun afin d'introduire le thème de chaque leçon.

memetonpyj.fr/#section1

VIDÉO

« **Fred, Explique-moi... Comment le sommeil nous aide à mieux apprendre ?** »
2022, CSEN

Résumé : S'il est implicitement considéré comme un facteur de bien-être et de réussite, le sommeil reste encore souvent considéré comme une perte de temps. On estime d'ailleurs que plus de 30 % des enfants et jusqu'à 70 % des adolescents ne dorment pas suffisamment...

www.youtube.com/watch?v=UtYb6zfQ7rw

EXPOSITION

« **1-2-3 sommeil. Pour apprendre à bien dormir** »
2018, Réseau Morphée,
Ligue contre le cancer Comité de Paris

Public : enfant

Résumé : Cette exposition est destinée à sensibiliser les enfants du primaire à l'importance du sommeil. Elle est constituée de 9 panneaux qui invitent à découvrir le sommeil, ses bienfaits et comment apprendre à bien dormir. À l'aide d'un graphisme dynamique et coloré, de textes courts et d'illustrations, les panneaux présentent : des petites histoires liées au sommeil (le marchand de sable, dormir sur ses deux oreilles...), à quoi sert le sommeil et son rôle sur l'organisme, les cycles du sommeil, des conseils pour bien dormir, les moyens pour s'endormir facilement, les risques des écrans en soirée pour le sommeil, les rêves et les cauchemars et les signes du corps indiquant qu'il est l'heure d'aller se coucher.

www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=7528&titre=1-2-3-sommeil-pour-apprendre-a-bien-dormir&debut=15

Droits
(santé, justice, participation, etc.)

KIT PÉDAGOGIQUE

« **Des kits d'activités périscolaires sur les droits de l'enfant** »
2020, Convention internationale des droits de l'enfant

Public : 5-8 ans et 8-11 ans

Résumé : À l'occasion des 30 ans de la CIDE, deux kits d'animation ont été spécialement créés avec l'IFAC pour découvrir les droits et mettre en place des activités adaptées

aux enfants de 5-8 ans et 8-11 ans de votre structure. Le premier kit pour les 5-8 ans se compose de 7 cycles, qui contiennent 2 activités ludiques, et une proposition de contribution à la vie du centre. Par ailleurs, chaque cycle est accompagné d'éléments de contexte thématique pour permettre à l'animateur de faire le lien entre les activités et le thème du cycle.

my.unicef.fr/article/des-kits-dactivites-periscolaires-sur-les-droits-de-lenfant/

Cadre de vie

OUTIL PÉDAGOGIQUE

« **L'environnement et ma santé** »
2018, Ligue contre le cancer

Public : 4-6 ans et 7-10 ans

Résumé : Cette édition spéciale des Incolables permet d'aborder, avec les enfants, les effets de l'environnement sur la santé. Ce quiz comporte 30 questions-réponses pour les enfants de 4 à 6 ans et 30 questions-réponses pour les enfants de 7 à 10 ans.

www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8174&titre=l-environnement-et-ma-sante&debut=60

—
« **50 activités nature avec les enfants** »
2015, Terre vivante

Résumé : Ce livre présente 50 créations sous forme de fiches, à réaliser en intérieur ou en extérieur selon les saisons. À partir de trésors récoltés dans la nature ou dans les parcs ou jardins de ville, petits et grands apprendront à réaliser décorations d'intérieur et d'extérieur, jeux nature de récup'ou à construire, produits cosmétiques ou de soins, recettes de cuisine et cadeaux à offrir.

www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=9093&titre=50-activites-nature-avec-les-enfants&debut=45

PODCAST

Du beau monde de Radio Nova, 2022

Public : tout public

Résumé : Vous prendrez bien un p'tit bain de forêt ? Au Japon, les bains de forêt sont reconnus comme médecine préventive depuis 1982 : chez nous en France, ils se développent tout doucement...

www.nova.fr/news/vous-prendrez-bien-un-ptit-bain-de-foret-212395-17-01-2023/



Jeunes (10 à 18 ans)

Certains des outils recensés peuvent être aussi utilisés auprès du public des jeunes adultes.

Lever le tabou sur la santé mentale

KIT PÉDAGOGIQUE

« Le Cosmos mental® » PSYCOM

Public: à partir de 10-11 ans

Résumé: Le Cosmos mental® est un outil pédagogique PSYCOM qui s'adresse à toutes les personnes qui veulent mieux comprendre le concept de santé mentale pour elles-mêmes ou pour l'expliquer à d'autres. Il comprend plusieurs éléments mis gratuitement à disposition du public: un clip vidéo, un mode d'emploi pour faciliter sa prise en main et des supports visuels testés par l'ADES du Rhône pour accompagner son utilisation lors d'animations collectives. La métaphore du Cosmos illustre la complexité et la dynamique de la santé mentale, qui évolue tout au long de la vie. Cet outil vise à ouvrir la discussion en abordant la santé mentale dans une approche universaliste, en expliquant la diversité des éléments qui l'influencent et en identifiant les ressources et les obstacles que peuvent rencontrer les individus. L'outil aide aussi à mesurer le thermostat de sa propre santé mentale.

www.psycom.org/agir/la-promotion-de-la-sante-mentale/kit-cosmos-mental/

Grandir et se construire

PROGRAMME PÉDAGOGIQUE

« #MOICMOI » École Jura & Valais avec le soutien de Promotion Santé Suisse

Résumé: #MOICMOI est une approche globale de promotion de la Santé psychique des adolescent·e·s basée sur les compétences psychosociales. Elle vise à soutenir le développement de leur identité en favo-

risant une image de soi et estime de soi positive et une saine estime de soi avec un focus sur l'image corporelle.

moicmoi.ch/

« La Tête Haute » Institut Bergeret

Public: 12 à 18 ans

Résumé: Le programme « La Tête Haute » vise à lutter contre la stigmatisation en santé mentale et plus spécifiquement de: prévenir la formation de représentations négatives sur les troubles psychiques et les personnes qui en souffrent; permettre au public cible de développer un regard positif sur la santé mentale et apporter une meilleure compréhension de la santé mentale et de ses déterminants, dans une vision globale et positive; permettre au public de mieux identifier les ressources en santé mentale; favoriser le recours précoce aux dispositifs de soutien/d'aide et aux dispositifs de soins.

www.institutbergeret.fr/la-tete-haute/

OUTIL PÉDAGOGIQUE

« Cartes des forces » 2022, CRIPS Ile-de-France

Public: adolescent

Résumé: À destination des élèves de collège et de lycée, ce jeu permet d'identifier ses forces, de les développer et d'apprécier celles des autres. Il contient 24 cartes représentant les 24 forces de caractère avec leurs définitions. Les objectifs pédagogiques sont: d'identifier ses 3 forces principales, et des situations dans lesquelles ces aptitudes sont mises en valeur; d'identifier les 3 forces principales d'une personne et des situations dans lesquelles elles sont mises en valeur; d'acquérir des connaissances sur les forces et d'améliorer le climat scolaire.

www.lecrips-idf.net/outil-pedago

FILM LONG-MÉTRAGE

« Qui à part nous » 2022, Jonás Trueba

Résumé: Pendant cinq ans, le réalisateur Jonás Trueba suit un groupe d'adolescents madrilènes et les transformations qui rythment leur passage à l'âge adulte.

Portrait générationnel multiforme, « Qui à part nous » est une question collective adressée à nous tous : qui sommes-nous, qui voulons-nous être ?

www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=295687.html

« **La Tête haute** »
2015, **Emmanuelle Bercot**

Résumé : Le parcours éducatif de Malony, de six à dix-huit ans, qu'une juge des enfants et un éducateur tentent inlassablement de sauver.

www.allocine.fr/rechercher/?q=La+tête+haute

« **Tomboy** »
Céline Sciamma

Résumé : Laure a 10 ans. Laure est un garçon manqué. Arrivée dans un nouveau quartier, elle fait croire à Lisa et sa bande qu'elle est un garçon. Action ou vérité ? Action. L'été devient un grand terrain de jeu et Laure devient Michael, un garçon comme les autres... suffisamment différent pour attirer l'attention de Lisa qui en tombe amoureuse. Laure profite de sa nouvelle identité comme si la fin de l'été n'allait jamais révéler son troublant secret.

www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=188840.html



Écouter la parole des personnes concernées

DOCUMENTAIRE

« **Sur l'Adamant** »
2023, **Nicolas Philibert**

Public : à partir de 15 ans

Résumé : L'Adamant est un Centre de jour unique en son genre : c'est un bâtiment flottant. Édifié sur la Seine, en plein cœur de Paris, il accueille des adultes souffrant de troubles psychiques, leur offrant un cadre de soins qui les structure dans le

temps et l'espace, les aide à renouer avec le monde, à retrouver un peu d'élan. L'équipe qui l'anime est de celles qui tentent de résister autant qu'elles peuvent au délabrement et à la déshumanisation de la psychiatrie. Ce film nous invite à monter à son bord pour aller à la rencontre des patients et soignants qui en inventent jour après jour le quotidien.

www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=289240.html

SÉRIE-TÉMOIGNAGES

« **Dans ma tête** », de France TV slash

Résumé : Dans ma tête est une série documentaire signée Les Haut-Parleurs qui donne la parole à des jeunes adultes souffrant de différents troubles psychiques.

www.france.tv/slash/dans-ma-tete/

Les productions d'Arts Convergences, dont les vidéos primées en 2022

artsconvergences.com/videos-selection-2022/

REPORTAGE

« **Virginie Delalande: un combat pour porter la parole des sourds** »
2019, ARTE

Résumé : « *Vis-à-vis de mon handicap, je ne ressens pas particulièrement d'injustice puisqu'au contraire, j'estime que c'est un cadeau de la vie. Un cadeau qui m'a permis de vivre des expériences que je n'aurais jamais vécues si je n'avais pas ce handicap. En revanche, oui je ressens toujours un sentiment d'injustice dans des situations où on est confronté à un problème d'accessibilité. D'une certaine façon, ça met de côté une partie de la population.* »

www.youtube.com/watch?v=X00z3b70cac

« **La vérité d'une sourde** »

www.dailymotion.com/video/x7u50y9

VIDÉO

« **5 clichés sur les troubles psychiques dans les films** »
2019, Brut

www.youtube.com/watch?v=rosLdbTMyyg

PODCAST

« Après la pluie », Binge Audio

Résumé : Parce que la santé mentale, c'est mieux quand on en parle. 3 épisodes par mois : des récits, des conversations, des débats. Après la pluie est un podcast de Binge Audio.

feeds.acast.com/public/shows/62ac324a3cef5d00128c3826

ROMAN GRAPHIQUE

« Tout est psy dans la vie ? »

Gabs, Patricia Berriau, J. Gabillet, Didier Lauru

www.eyrolles.com/Litterature/Livre/tout-est-psy-dans-la-vie--9782212554298/

« Se rétablir - Une enquête sur le rétablissement en santé mentale »

Lisa Mandel

www.bdfugue.com/se-retablir-une-enquete-sur-le-retablissement-en-sante-mentale

« Je vais mieux. Merci.

Vaincre la dépression », Brent Willams

www.babelio.com/livres/Williams-Je-vais-mieux-merci--Vaincre-la-depression/1046824

« Goupil ou face », Lou Lubiue

www.goupil-ou-face.fr/

« La Différence invisible »

Mademoiselle Caroline

www.editions-delcourt.fr/bd/series/serie-la-difference-invisible/album-la-difference-invisible

Lutter contre les addictions

PODCAST

« Et si tu posais ton tel ? »

podcast.ausha.co/et-si-tu-posais-ton-tel

VIDÉO-CLIP

« Amour, Haine & Danger », 2022, Angèle

www.youtube.com/watch?v=Nt4il_hBM4U

« Beautiful », 2022, Version, Christina Aguilera

www.youtube.com/watch?v=7kEwGXLdbZ8

SÉRIE

« Succession »

2018, par Black Dynamite Production

Résumé : La série Succession suit l'histoire de la famille Roy. Composée du patriarche Logan et de ses quatre enfants, elle contrôle l'un des plus gros conglomérats de médias du monde. Charlotte Blum interviewe son show runner Jess Armstrong pour comprendre cette série qui parle de l'Amérique moderne autant que de la soif de pouvoir de ses dirigeants.

www.youtube.com/watch?v=ja94XSFIXTo

FILM LONG-MÉTRAGE

« Le loup de Wall Street »

2013, Martin Scorsese

Public : interdit aux moins de 12 ans

Résumé : L'argent. Le pouvoir. Les femmes. La drogue. Les tentations étaient là, à portée de main, et les autorités n'avaient aucune prise. Aux yeux de Jordan et de sa meute, la modestie était devenue complètement inutile. Trop n'était jamais assez...

www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=127524.html

Comprendre le consentement et lutter contre les violences et tous les abus sexuels

OUTIL PÉDAGOGIQUE

« Outils pédagogiques en santé sexuelle, d'une approche par les risques à une approche globale »

2022, Ireps Auvergne-Rhône-Alpes

ireps-ara.org/portail/portail.asp?idz=1862

Retrouvez d'autres outils pour promouvoir la vie affective et sexuelle sur :

www.fnes.fr/des_outils_pour_agir?filter=true&opathematiques=sante-sexuelle

VIDÉO PÉDAGOGIQUE

« Tea Consent »

2015, Blue Seat Studios

www.youtube.com/watch?v=oQbei5JGiT8

FILM LONG-MÉTRAGE

« Grâce à Dieu »
2019, François Ozon

Alexandre vit à Lyon avec sa femme et ses enfants. Un jour, il découvre par hasard que le prêtre qui a abusé de lui aux scouts officie toujours auprès d'enfants. Il se lance alors dans un combat, très vite rejoint par François et Emmanuel, également victimes du prêtre, pour « libérer leur parole » sur ce qu'ils ont subi. Mais les répercussions et conséquences de ces aveux ne laisseront personne indemne.

www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=263132.html

TÉLÉFILM

« Après le silence »
2022, France 2

Résumé : Lorsque Marina franchit les portes du commissariat, c'est parce qu'elle a enfin trouvé le courage de porter plainte contre son ex-compagnon pour viol. Des viols à répétition qui ont eu lieu dans l'intimité du couple pendant des années, jusqu'à ce que Marina décide de fuir, avec son fils. Alors que cette plainte est essentielle à sa reconstruction, Marina découvre que ce qu'on appelle le viol « conjugal » est presque impossible à prouver, et que son combat ne fait que commencer.

www.france.tv/series-et-fictions/telefilms/4274278-apres-le-silence.html

SÉRIE-TÉMOIGNAGES

« La tête haute »
produit par France Tv Slash

Résumé : épisode 35, Angélique et l'inceste: « *J'ai vécu l'enfer de 7 à 10 ans.* »

www.france.tv/slash/la-tete-haute/2798823-angelique-et-l-inceste.html

« La tête haute »
produit par France Tv Slash

Résumé : Douce et les violences conjugales: « *J'ai aucune honte à le dire j'ai été victime de violences conjugales.* »

www.france.tv/actualites-et-societe/1985001-douce-et-les-violences-conjugales-j-ai-aucune-honte-a-le-dire-j-ai-ete-victime-de-violences-conjugales.html

REPORTAGE

« Elle l'a bien cherché »
2022, ARTE

Résumé : Sur les 250 000 victimes de viols ou de tentatives de viols dénombrées chaque année en France, seules 16 000 franchissent la porte d'un commissariat. Entre tribunaux saturés et préjugés tenaces, ce documentaire montre le douloureux parcours de quatre victimes de viol pour se faire entendre. Une plongée sans fard dans un processus archaïque. Souvent rongées par la honte ou la peur de ne pas être prises au sérieux, seules 16 000 des 200 000 victimes de viol (ou de tentatives de viol) dénombrées chaque année en France franchissent la porte d'un commissariat. Elles ne verront pas toutes leur agresseur condamné puisqu'une plainte sur dix seulement aboutit aux assises. Débordés, policiers et magistrats sont contraints de ne garder que les dossiers les plus « solides ». Un témoignage fragile, des circonstances obscures ou une absence de séquelles physiques peuvent conduire au classement sans suite de l'affaire. Victimes de viol, Marie, 20 ans, Manon, 27 ans, Michèle, 56 ans, et Muriel, 42 ans, expérimentent ce long combat où, à tout moment, le destin de leur plainte peut basculer.

www.youtube.com/watch?v=fnAK4R91yUc

**Lutter contre les préjugés,
la stigmatisation
et les discriminations**

EXPOSITION

« Combattre la pauvreté,
c'est combattre les préjugés »
2015, ATD Quart Monde

Cette exposition propose de déconstruire les préjugés visant les personnes en situation de pauvreté et de précarité. Elle vise à traiter des idées préconçues sur les personnes bénéficiant du RSA (Revenu de solidarité active), le coût engendré par la lutte contre la pauvreté, l'immigration, la fraude, l'accès aux soins par la CMU (Couverture maladie universelle), etc.

www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=7314&titre=combattre-la-pauvrete-c-est-combattre-les-prejuges&debut=15

OUTIL PÉDAGOGIQUE

« Mythes et réalités »

PSYCOM

Résumé : Le domaine de la psychiatrie et de la santé mentale inspire de nombreuses idées reçues, souvent négatives, qui nourrissent des attitudes stigmatisantes et discriminatoires. PSYCOM a donc pensé cet outil afin de confronter ces mythes à la réalité et ainsi déconstruire les idées reçues sur la santé mentale. « Les Mythes et réalités » se présentent sur des supports variés (étiquettes, affiches, poster, diaporama) mis gratuitement à disposition du public. Ils peuvent être utilisés en contexte d'animation, de sensibilisation ou de formation. L'outil se décline autour de 6 thématiques : « Santé mentale en général » ; « Santé mentale, parentalité et enfance » ; « Santé mentale et jeunes » ; « Santé mentale et emploi » ; « Santé mentale et rétablissement ».

www.psycom.org/agir/laction-anti-stigmatisation/mythes-et-realites/

« L'iceberg des discriminations »

et « Le cycle des discriminations »

PSYCOM

Résumé : Le fait d'avoir un trouble psychique peut être considéré par certaines personnes comme très négatif, dégradant et entraîner la mise à l'écart de la personne. Ce phénomène s'appelle la stigmatisation. Les personnes stigmatisées subissent parfois des traitements moins favorables qui peuvent être qualifiés de discriminations. Faire l'expérience de la stigmatisation ou connaître des discriminations rend la vie plus difficile et ajoute de la souffrance psychique. PSYCOM a créé deux affiches « L'iceberg des discriminations » et « Le cycle des discriminations » pour prendre conscience de ces mécanismes discriminatoires dans le but de trouver des moyens d'agir. Ces supports peuvent être utilisés pour expliquer ces mécanismes dans le cadre de formations ou d'animations de stands.

« L'iceberg des discriminations » explicite, comment et pourquoi, les discriminations sont systémiques et traversent toutes les strates de la société.

« Le cycle des discriminations » explique, quant à lui, les étapes cognitives qui mènent de la stigmatisation à la discrimination.

www.psycom.org/comprendre/la-stigmatisation-et-les-discriminations/

FILM LONG-MÉTRAGE

« Un homme d'exception »

2022, Ron Howard

Résumé : En 1947, étudiant les mathématiques à l'université de Princeton, John Forbes Nash Jr., un brillant élève, élabore sa théorie économique des jeux. Pour lui, les fluctuations des marchés financiers peuvent être calculées très précisément. Au début des années cinquante, ses travaux et son enseignement au Massachusetts Institute of Technology ne passent pas inaperçus et un représentant du Département de la Défense, William Parcher, se présente à lui pour lui proposer d'aider secrètement les États-Unis. La mission de John consiste à décrypter dans la presse les messages secrets d'espions russes, censés préparer un attentat nucléaire sur le territoire américain. Celui-ci y consacre rapidement tout son temps, et ce au détriment de sa vie de couple avec Alicia.

Ce job n'est toutefois pas sans risques : des agents ennemis surveillent ses moindres faits et gestes. Mais personne ne le croit.

www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=28384.html

« À la folie »

2022, Andréa Bescond, Éric Métayer

Résumé : Au beau milieu d'un cocktail entre amis, Anna poignarde son compagnon Damien. Elle est mise en examen pour tentative de meurtre, mais l'affaire est incompréhensible : Anna n'a aucun passé de violence, et ne donne aucune explication à son geste. Noé, en charge de l'enquête, veut comprendre : pièce par pièce, il va reconstituer sous nos yeux le puzzle de l'emprise d'un pervers narcissique sur sa victime. Avec l'aide d'une avocate déterminée, ils vont révéler le vrai visage de Damien. Parviendront-ils à sauver Anna ?

www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=287214.html

« Will hunting »

1998, Gus Van Sant

Résumé : Will Hunting est un authentique génie mais également un rebelle aux élans imprévisibles. Il est né dans le quartier populaire de South Boston et a arrêté très tôt ses études, refusant le brillant avenir que

pouvait lui procurer son intelligence. Il vit désormais entouré d'une bande de copains et passe son temps dans les bars à chercher la bagarre et à commettre quelques petits délits qui risquent bien de l'envoyer en prison. C'est alors que ses dons prodigieux en mathématiques attirent l'attention du professeur Lambeau, du Massachusetts Institute of Technology...

www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=363.html

« **My skinny sister** »
2015, Sanna Lenken

Résumé : Stella, 12 ans, rondelette et pas très sportive, voudrait ressembler à sa grande sœur Katja que tout le monde admire. Mais celle-ci cache un secret que Stella va découvrir et qui va bouleverser leur complicité.

www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=234109.html

« **La forêt de mon père** »
2020, Vero Cratzborn

Résumé : Gina, 15 ans, grandit dans une famille aimante en lisière de forêt. Elle admire son père Jimmy, imprévisible et fantasque, dont elle est prête à pardonner tous les excès. Jusqu'au jour où la situation devient intenable : Jimmy bascule et le fragile équilibre familial est rompu. Dans l'incompréhension et la révolte, Gina s'allie avec un adolescent de son quartier pour sauver son père.

www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=268272.html

« **Daddy cool** »
2017, Maxime Govare

Résumé : Adrien, 40 ans et totalement immature, se fait larguer par Maude, 35 ans, désireuse d'enfin fonder une famille. Pour tenter de reconquérir l'amour de sa vie, Adrien décide de monter dans le futur ex-appartement conjugal : une crèche à domicile... Le début, d'une improbable expérience éducative...

www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=251988.html

DOCUMENTAIRE

« **La porte d'Anna** »
2015, Patrick Dumont et François Hébrard

Résumé : « La Porte d'Anna » nous invite dans le quotidien d'un hôpital de pédopsychiatrie, « La Fondation Vallée » à Gentilly, au sein d'un groupe d'enfants présentant des troubles mentaux. Nous poussons la porte du Pavillon Anna pour entrer dans un monde dans lequel les règles élémentaires de la communication sont chamboulées par des souffrances psychiques parfois situées aux confins du supportable. Mais grâce à la créativité des soignants et à la confiance que les jeunes leur accordent, la vie renaît, la parole se trouve, le partage peut exister... Sans a priori, sans regard polémique sur l'autisme, le documentaire salue le travail inlassable, titanesque et profondément humain qu'accomplissent au jour le jour les soignants et les éducateurs. Le film témoigne des joies et des douleurs de ces enfants malades et des défis de l'équipe médicale qui les accompagnent.

www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=231666.html

Changer les représentations sur les personnes réfugiées/immigrées/émigrées/exilées/

DOCUMENTAIRE

« **Le Bon Grain et l'Ivraie** »
2018, Manuela Frésil

Résumé : Dans une forme toute empreinte de délicatesse, tressant de longues séquences au plus près des enfants, quelques témoignages des parents en voix off et des rappels de l'évolution de la loi à l'égard des réfugiés, *Le Bon Grain et l'Ivraie* donne à voir les conséquences concrètes de la politique française à l'égard des exilés. À Annecy, au-delà de la précarité de ces familles, Manuela Frésil se concentre sur les enfants, qui développent au quotidien l'art et la manière de s'adapter.

www.documentation-sociale.org/base-audiovisuel/517/



OUTIL

« Lutter contre les préjugés sur les migrants » 2022, la Cimade

Résumé : Réactualisé en 2022, le petit guide *Lutter contre les préjugés sur les personnes étrangères* est particulièrement apprécié des milieux associatifs et éducatifs. Des accroches interactives, un vocabulaire accessible dès le collège et des sources clairement identifiées en font un outil précieux pour déjouer les pièges de la désinformation.

www.lacimade.org/publication/petit-guide-lutter-contre-les-prejuges-sur-les-migrants/

Améliorer le cadre de vie

OUTIL PÉDAGOGIQUE

« Enjeux santé : Les déterminants de santé sous la loupe » Cultures & Santé

Résumé : Pour promouvoir la santé et l'équité en santé, il est indispensable de cerner ce qui les construit socialement, ce qui, dans nos sociétés, les génère ou les contrecarre. Enjeux santé est un outil d'animation qui propose d'explorer et d'interroger les déterminants de santé. Il s'inscrit dans le prolongement de *La santé c'est aussi...* un kit pédagogique, édité il y a plus de 10 ans par Cultures & Santé et qui proposait une vision multifactorielle de la santé.

À travers une série de 78 cartes illustrées à manipuler, Enjeux santé soutient, au sein de secteurs touchant de près ou de loin à la santé, une réflexion active sur l'ensemble des facteurs influençant la santé ainsi que sur les relations qu'ils entretiennent entre eux. À l'aide de ces cartes, de multiples réflexions peuvent être menées sur les causes de certaines situations dans la perspective d'une prise de conscience, d'un diagnostic, d'une évaluation, d'une action ou d'une décision. Il peut être utilisé aussi bien avec des citoyen·nes que dans un groupe de professionnel·les ou dans des échanges avec le politique.

cultures-sante.be/nos-outils/outils-education-permanente/item/549-enjeux-sante-les-determinants-sous-la-loupe.html

« Permacité! »

Olivier Dain-Belmont et Fachri Maulana

Public: 8-12 ans

Résumé : C'est le grand jour : Camille et sa famille déménagent dans une « permacité », un quartier économe et écologique ! Mais Camille boude et en plus, voilà que Imhotep, son chat, s'échappe ! En le poursuivant à travers cette drôle de ville où les maisons sont construites les unes sur les autres, et dans laquelle la nature est reine, Camille découvre cette ville du futur, qui lui réserve bien des surprises.

www.reseau-idee.be/fr/permacite



« Ecoville » Studio Libeo

Public: 14-17 ans

Résumé : Le jeu *Ecoville* est un « jeu sérieux » ou « serious game ». Ce jeu de simulation a pour objectif de développer la population d'une ville tout en maîtrisant ses consommations d'énergie, ses émissions de gaz à effet de serre et sa production de déchets. Les indicateurs de ce jeu sont élaborés sur la base d'unités réelles et d'ordres de grandeur réalistes. Le joueur peut construire ou détruire des logements, des infrastructures (production d'énergie, traitement de déchets), des équipements collectifs, des espaces verts et des voies de circulation. Pour chacune de ces constructions, le joueur peut choisir un modelé dans un catalogue en fonction de ses caractéristiques. Par ailleurs, les constructions peuvent évoluer. Pour cela, il est nécessaire de lancer des campagnes de recherche ou d'information au niveau de la commune. Il est possible de jouer à *Ecoville* sans aucune explication préalable. Le joueur peut alors suivre sa performance sur le tableau de bord affiche à l'écran, et construire sa stratégie par tâtonnement. Dans une perspective pédagogique, le jeu *Ecoville* devient bien plus qu'un jeu : un outil de validation de connaissances, de vérification d'hypothèses, un terrain d'exploration.

www.reseau-idee.be/fr/ecoville

**« Habiter la terre en 2030 »
2019, Pool partenaires Mood**

Public: 12-18 ans et adulte

Résumé: D'après U.N Habitat (Agence de l'ONU qui s'occupe des problématiques liées à l'habitat), 6 personnes sur 10 dans le monde résideront dans une zone urbaine d'ici à 2030. Ce mouvement des campagnes vers les villes s'observe à plus de 90 % en Afrique, en Asie et en Amérique latine. Avec ce phénomène d'urbanisation majeure, les villes seront confrontées à des défis d'ordre démographiques, environnementaux, sociaux et spatiaux inédits. L'accueil et la capacité d'absorption de ces nouveaux habitants par la ville nécessitent une réflexion en amont afin d'éviter des conséquences dramatiques pour les populations. Sans infrastructures et politiques publiques d'aménagements adéquates, le phénomène de bidonvilisation risque de se renforcer avec des conséquences multiples pour les populations: insécurité, insalubrité, promiscuité... Les villes de demain doivent également penser leur mobilité via des politiques de transport en commun ambitieuses pour désenclaver certains de ses territoires, anticiper les moyens de production alimentaire afin de nourrir sa population, donner un accès aux énergies propres à un coût abordable. Autant de défis pour devenir des villes et des communautés durables et qui s'inscrivent pleinement dans la dynamique des Objectifs de Développement Durable définie par l'ONU.

www.comprendrepouragir.org/produit/habiter-la-terre-en-2030/

**« La malle patacaisse »
2009, FRENE**

Résumé: Cette malle pédagogique accompagnée de son classeur comporte plusieurs plateaux de jeu qui abordent les effets des déplacements automobiles (pollution, santé, nuisances diverses, etc.) en multipliant les approches pédagogiques: démarche scientifique sur l'effet de serre, jeux, fiches à remplir chez soi, etc. Particulièrement

bien adaptées au cycle 3 de l'élémentaire, les différentes parties de cet outil sont également facilement réutilisables pour le cycle 2 et les collégiens de la 6^e à la 5^e. Ce document, destiné aux animateurs/éducateurs, permet une approche ludique de la vaste thématique des déplacements et permet surtout une prise de conscience de l'importance de ses choix de déplacements sur l'Environnement par une analyse de nos propres habitudes. Les fiches du classeur sont directement utilisables en l'état par les enfants

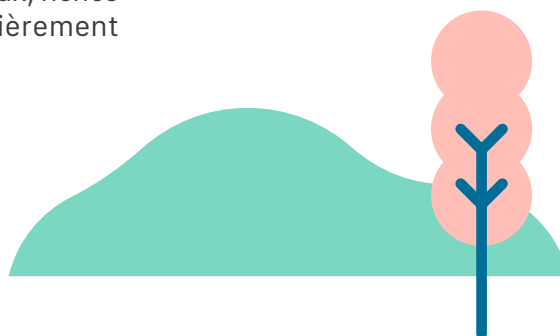
frene.org/climat-energie-mobilite/fiche-ressource-malle-patacaisse-01-07-2009-html/

**« Mes émotions, la Terre et moi »
Virginie Scalera**

Public : à partir du primaire et pour adolescents, jeunes et adultes

Résumé: Qu'est-ce que je ressens dans le monde dans lequel je vis? Cet atelier a pour objectif d'accompagner les enfants / les adolescents / les adultes dans la compréhension des émotions, le bien-être et l'expression de soi sous diverses formes: à travers le langage et la prise de parole, l'écriture et le dessin. Il est un temps précieux où chacun a sa place et son mot à dire! Une précieuse opportunité pour s'exprimer en toute bienveillance mais également apprendre à être à l'écoute des autres. Une expérience et un espace de liberté pour se dire, une pause créative au milieu de tant de sollicitations intellectuelles et sociales. Parler de soi permet d'établir un équilibre entre notre monde intérieur et la place que nous occupons dans le monde extérieur. Un temps créatif pour apprendre de soi, des autres, échanger des points de vue et des idées pour apprendre à mieux vivre ensemble!

frene.org/methodologie-approche-pedagogique/projet-pedagogique-mes-emotions-la-terre-et-moi/



EXPOSITION

« **Exposons** »
2019, Agence régionale de santé
(ARS) Auvergne - Rhône Alpes -
délégation de l'Ain, Académie de
Lyon, Atelier Permanent d'Initiation à
l'Environnement Urbain (APIEU) Mille
Feuilles

Public: enfant, adolescent

Résumé : Cette exposition sur le bruit est à destination des élèves de fin primaire et du secondaire. Elle informe sur ce que sont le son, le bruit, l'oreille, et développe les effets du bruit sur la santé, la pollution sonore, la réglementation, les différents modes d'écoute de la musique ou des sons amplifiés. Elle contient notamment une échelle des décibels et précise les éléments de réglementation et de protections existants. L'objectif est de sensibiliser les élèves aux risques auditifs.

www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8527&titre=exposons&debut=15

DOCUMENTAIRE

« **Nature** »
2014, Patrick Morris, Neil Nightingale,
Renée Godfrey

Résumé : Des entrailles de la terre aux déserts brûlants, des profondeurs de l'océan aux cimes glaciales, nous voyageons pour découvrir que la nature, peuplée de créatures extraordinaires, est encore plus fascinante que tout ce que nous pensions savoir. Alliant images somptueuses et découvertes exceptionnelles, Nature est une véritable révélation visuelle. Raconté par Lambert Wilson...

www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=209338.html

FILM LONG-MÉTRAGE

« **L'Horizon** »
2022, Émilie Carpentier

Résumé : Au cœur de sa banlieue lointaine où s'enlacent bitume et champs, Adja, 18 ans, brûle du désir de vivre intensément. Elle cherche sa voie entre sa meilleure amie influenceuse qui brille sur les réseaux sociaux et son footballeur de grand-frère qui sature tout l'espace de réussite familiale. L'inattendu que lui propose la ZAD (Zone à défendre) installée à la limite de son quar-

tier l'attire. S'y rapprochant d'Arthur, ami de lycée, elle y vit des journées intenses et décisives où le choix d'un monde plus durable lui retourne le cerveau tout autant qu'il l'amène à prendre des risques aux côtés de cette Génération Climat.

filmsdulosange.com/film/lhorizon/

« **De Cendres et de Braises** »
2018, Manon Ott

Résumé : Portrait poétique et politique d'une banlieue ouvrière en mutation, *De Cendres et de Braises* nous invite à écouter les paroles des habitants des cités des Mureaux, près de l'usine Renault-Flins. Qu'elles soient douces, révoltées ou chantées, au pied des tours de la cité, à l'entrée de l'usine ou à côté d'un feu, celles-ci nous font traverser la nuit jusqu'à ce qu'un nouveau jour se lève sur d'autres lendemains possibles.

www.documentation-sociale.org/base-audiovisuel/528/

« **Les promesses** »
2022, Thomas Kruthof

Résumé : Maire d'une ville du 93, Clémence livre avec Yazid, son directeur de cabinet, une bataille acharnée pour sauver le quartier des Bernardins, une cité minée par l'insalubrité et les « marchands de sommeil ». Ce sera son dernier combat, avant de passer la main à la prochaine élection. Mais quand Clémence est approchée pour devenir ministre, son ambition remet en cause tous ses plans. Clémence peut-elle abandonner sa ville, ses proches, et renoncer à ses promesses ?

www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=287080.html



« **Douce France** »
2021, Geoffrey Couanon

Résumé : Amina, Sami et Jennyfer sont lycéens en banlieue parisienne, dans le 93. Avec leur classe, ils se lancent dans une enquête inattendue sur un gigantesque projet de parc de loisirs qui implique d'urbaniser les terres agricoles proches de chez

eux. Mais a-t-on le pouvoir d'agir sur son territoire quand on a 17 ans ? Drôles et intrépides, ces jeunes citoyens nous emmènent à la rencontre d'habitants de leur quartier, de promoteurs immobiliers, d'agriculteurs et même d'élus de l'Assemblée nationale. Une quête réjouissante qui bouscule les idées reçues et ravive notre lien à la terre.

www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=285481.html

COURT-MÉTRAGE

« La santé ce n'est pas que chez le docteur »
2016, Ireps Auvergne-Rhône-Alpes

Résumé : cette vidéo propose de voir en quoi l'aménagement urbain contribue à la santé dans la vie quotidienne pour agir en promotion de la santé.

www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=7415&titre=la-sante-ce-n-est-pas-que-chez-le-docteur--la-ville&debut

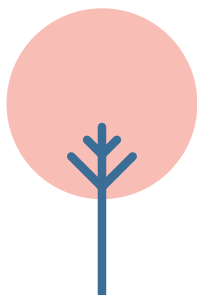
Sensibiliser aux questions de vie privée

« Ta vie privée, c'est secret ! »
2017, Play Bac, Commission nationale de l'informatique et des libertés

Public : enfant, adolescent

Résumé : Cette version spéciale du célèbre jeu de questions-réponses « Les Incolables » a pour objectif de sensibiliser et informer sur certaines questions de la vie privée, et amener à protéger la vie privée et les données personnelles, dans un usage raisonné de l'Internet. Les contenus ont été validés par la CNIL, qui coédite ce jeu, y compris en version interactive.

www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8030&titre=ta-vie-privee-c-est-secret&debut



Jeunes adultes (après 18 ans)

Grandir et se construire

FILM LONG MÉTRAGE

« Ruptures », 2021, Arthur Gosset, avec l'aide d'Hélène Cloître

Résumé : Leur destin était bien tracé : de brillantes études, la promesse d'un bon job et d'un gros salaire. Pourtant, rien ne s'est passé comme prévu. Aurélie, Maxime, Hélène, Emma, ou Romain sortent de Polytechnique, de Sciences Po, de Centrale ou d'écoles de commerce. Ils et elles ont fait un choix radical : renoncer à l'avenir qu'on leur promettait pour une vie qu'ils jugent plus compatible avec les enjeux environnementaux et sociétaux de notre époque. Ce film raconte leur histoire. Pendant un an, le jeune réalisateur Arthur Gosset, lui-même étudiant à Centrale Nantes, a suivi le parcours de six jeunes, leurs décisions parfois difficiles, leurs ruptures souvent douloureuses et leur courageux choix de vivre en adéquation avec leurs convictions, quoiqu'il en coûte. Découvrez le documentaire qui raconte leur histoire.

www.ruptures-le-film.fr

« L'époque »
2019, Matthieu Bareyre

Résumé : Du Paris de l'après-Charlie aux élections présidentielles ; une traversée nocturne aux côtés de jeunes qui ne dorment pas : leurs rêves, leurs cauchemars, l'ivresse, la douceur, l'ennui, les larmes, la teuf, le taf, les terrasses, les vitrines, les pavés, les parents, le désir, l'avenir, l'amnésie, 2015, 2016, 2017 : l'époque.

www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=262956.html

DOCUMENTAIRE

« Génération Covid-19 : la jeunesse face à la pandémie »
2021, France 24

Résumé : Cela fait un an que le Covid-19 a changé nos vies. Un an qu'il a bouleversé le

quotidien des jeunes. Pour eux, pas de salle de classe, pas de vie sociale, pas de revenu. Les 18-25 ans sont moins vulnérables face au virus que leurs aînés, et pourtant ils payent le prix fort : solitude, précarité, détresse. France 24 a uni ses forces avec ses confrères des médias francophones publics – la radio-télévision belge RTBF, la radio-télévision suisse RTS, Radio-Canada, France Télévisions, TV5 Monde – pour une émission spéciale sur les difficultés de cette jeunesse, mais aussi sa résilience face à la pandémie dans les pays francophones d'Europe et au Québec.

www.youtube.com/watch?v=qiENE7euUTY

« Covid, une jeunesse sur le fil » 2021, réalisé par Sonia Hedidi

Résumé : Tentatives de suicides, violences, dépressions et addictions : depuis la crise sanitaire en France, les services hospitaliers spécialisés en pédiatrie et en pédopsychiatrie sont saturés.

Les alertes sur la santé mentale des enfants se multiplient : une « augmentation alarmante » des tentatives de suicide chez les enfants a été constatée dans plusieurs régions françaises, pouvant aller jusqu'à 50 % dans certaines villes.

Parmi les plus touchées : Rennes. Ici, les urgences pédopsychiatriques n'ont jamais accueilli autant d'enfants et d'adolescents en détresse. Depuis l'automne 2020, les médecins constatent trois fois plus de passages aux urgences pour des troubles anxieux sévères. Et deux fois plus de tentatives de suicide.

Des soignants, des ados en souffrance et leurs familles se livrent sur les raisons de leur mal-être.

lcp.fr/programmes/covid-une-jeunesse-sur-le-fil-82917

PROGRAMME PÉDAGOGIQUE

« Etucare » Ireps Bourgogne Franche-Comté

Résumé : Etucare est un programme numérique de promotion de la santé mentale à destination des étudiants. Le programme, basé sur les thérapies cognitivo-comportementales (TCC) et la psychologie positive, permet aux étudiants de renforcer leurs

ressources psychologiques et individuelles pour faire face aux difficultés de la vie étudiante et améliorer leur bien-être psychologique à l'aide de stratégies pratiques.

elearning.ireps-bfc.org/login/index.php

OUTIL PÉDAGOGIQUE

« Des Récits et des Vies® »

Caroline Chavelli

Public : à partir de 19 ans

Résumé : Un jeu pour se raconter et être écouté. Des Récits et des Vies® est un jeu idéal pour parler, au hasard des cartes, des choses importantes ou légères qui nous tiennent à cœur, des petits et grands bonheurs du quotidien, des souvenirs et des projets, des émotions qui nous façonnent sans oublier l'imaginaire et la poésie. Le rythme de vie de nos journées, de nos semaines, des années qui passent, ne nous laisse guère le temps de raconter, transmettre, questionner, ce qui fait sens pour nous, ce qui nous touche et de rencontrer les autres au-delà des apparences, des a priori, du « Ça a été ta journée ? », « Qu'est-ce que vous faites dans la vie ? », etc. À travers les récits de vie, les émotions, les valeurs, l'imaginaire, la parentalité (quand on joue avec des parents), autant de sujets qui traversent les âges, les statuts sociaux, économiques, les compétences et les limites des uns et des autres, le jeu Des Récits et des Vies® permet d'approfondir nos relations avec nos proches ou de découvrir des personnes qui vivent des situations semblables et qui ont besoin de partager leurs interrogations, pensées, envies, doutes, aspirations, colères, plaisirs, etc.

desrecitsetdesvies.com/index.php



PODCAST

« Faut-il toujours se réconcilier ? »

2022, Louie Media

Résumé : Un·e ami·e qui nous blesse, un membre de notre famille qui nous trahit, un·e partenaire qui nous maltraite. Est-il possible de se réconcilier avec cette personne qui nous a fait du mal ? À quel prix cette réconciliation doit-elle se faire ? Pourquoi pense-t-on qu'on doit toujours chercher à « faire la paix » ? Dans cet épi-

sode, la journaliste Eva Tapiero interroge les notions de conflits, de violences et de pardon, et le rôle de la justice dans ces processus. Accompagnée par Geoffrey Marcq, Pierre-Guillaume Prigent, Pietro Pietrini et Salomé Van Billoen, elle donne la parole à Emmeline, qui après avoir subi des violences conjugales, a su retrouver une forme de sérénité. Dans cet épisode, il est question de violences conjugales et intrafamiliales. Assurez-vous d'être prête à en entendre parler, et préservez peut-être les oreilles sensibles autour de vous.

louiemedia.com/emotions/faut-il-toujours-se-reconcilier

Proposer des logements adaptés aux besoins des personnes

KIT PÉDAGOGIQUE

L'UNCLLAJ propose des outils de sensibilisation et d'animation pour informer les jeunes d'une manière ludique sur le logement : vidéos, escape game, exposition, quiz interactif en ligne...

www.uncllaj.org/pro/outils-pedagogiques/

DOCUMENTAIRE

« Après 20 ans »
2006, Patrick Le Ray

Résumé : ... À 20 ans, ces jeunes doivent quitter leur école, un IME, une institution spécialisée où ils ont effectué l'essentiel de leur scolarité. Se pose, alors, la question de leur avenir. Ce n'est pas toujours facile de grandir, de devenir adulte, avec tout ce que cela implique... ! Ce qui fait la vie de tous les jours qu'ils doivent assumer avec leurs particularités... si quelque part on leur en donne les moyens. Ils s'en inquiètent : « *Pourquoi on dit, les handicapés, ils peuvent rien faire comme tout le monde ? Pourquoi nous, on ne pourrait pas avoir un travail, un appartement... vivre comme tout le monde ?* » Pour les structures, IME, CAT ou foyers d'hébergement, il s'agit d'accompagner ces adultes vers plus d'autonomie, de les aider à révéler leurs compétences, à se faire accepter avec leurs différences. Ainsi chacun, à la mesure de ses capacités et de ses difficultés, devrait pouvoir définir son propre projet de vie.

www.documentation-sociale.org/base-audiovisuel/170/

« Corps et âme »
2017, Grégoire Gosset, Loïc Wibaux

Public : personne handicapée

Résumé : Ce documentaire, tourné au sein du Centre médico-social Lecourbe de la Fondation Saint-Jean-de-Dieu à Paris qui accueille des enfants, adolescents et adultes en situation de handicap moteur ou polyhandicapés, aborde le handicap, la différence, l'inclusion, l'exclusion, les parcours de vie et questionne les politiques publiques

www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=7662&titre=corps-et-ame&debut

REPORTAGE COURT

« Handicap : au cœur de Rennes, des logements pour apprendre à devenir autonome »
2018, France 3 Bretagne

Résumé : Dans le centre de Rennes, de jeunes adultes ayant un handicap intellectuel vivent plusieurs jours par semaine dans des studios loués par l'association AGIR. Lancé en 2006, cette initiative a pour objectif de les aider à devenir autonome, pour accéder ensuite à un logement en milieu « ordinaire ».

www.youtube.com/watch?v=kGs_IdjHwrE

« Chez moi ! Mes envies, mes choix, je les fais entendre : témoignages sur l'habitat inclusif »
2020, Fédération APAJH

Résumé : Le film « Chez moi ! Mes envies, mes choix, je les fais entendre », a mis en lumière la parole de personnes accompagnées par des associations APAJH du Calvados, de l'Isère, de Savoie et de Haute-Vienne. 14 personnes livrent leurs témoignages.

www.apajh.org/nos-combats/habiter-bien-au-dela-du-logement/

« À Marseille, ce Lieu de répit est une alternative à l'hospitalisation »
2021, Konbini News

Résumé : Depuis plusieurs semaines, Alyx, Alice et Daniel résident au « Lieu de répit » : une alternative à l'hospitalisation pour les personnes en situation de crise psychique

aiguë. Reportage à Marseille dans ce lieu unique en France où on privilégie l'aide par des pairs ayant une expérience personnelle des troubles psychiques

www.youtube.com/watch?v=SAJCUdubsZ8

Lutter contre les addictions

FILM LONG-MÉTRAGE

« **Moonlight** »
2017, Barry Kenkins

Résumé : Après avoir grandi dans un quartier difficile de Miami, Chiron, un jeune homme tente de trouver sa place dans le monde. Moonlight évoque son parcours, de l'enfance à l'âge adulte.

www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=242054.html

Lutter contre la grande précarité

REPORTAGE

« **Un chez-soi d'abord saison 1 programme expérimental de l'État en faveur des personnes sans-abri, SDF** »
2013, ministère de la Cohésion des territoires et des relations avec les collectivités

Résumé : Le programme expérimental « Un chez soi d'abord » apporte de nouvelles réponses pour l'accès au logement et aux soins des personnes sans-abri, sans domicile fixe (SDF) souffrant de troubles psychiques sévères et/ou victimes d'addictions.

www.dailymotion.com/video/xxzxcgi

FILM LONG-MÉTRAGE

« **Sans toit ni loi** »
1985, repris en 2014, Agnès Varda

Résumé : Une jeune fille errante est trouvée morte de froid : c'est un fait d'hiver. Était-ce une mort naturelle ? C'est une question de gendarme ou de sociologue. Que pouvait-on savoir d'elle et comment ont réagi ceux qui ont croisé sa route ? C'est le sujet du film.

www.allocine.fr/rechercher/?q=Sans+toit+ni+loi



Soutenir les droits en santé mentale

Retrouver le guide méthodologique produit pour les SISM 2021 sur « Pour ma santé mentale, respectons mes droits » :

www.semaines-sante-mentale.fr/sism-2/editions-precedentes/

« **Histoires de Droits** »,
édition actualisée de 2022, PSYCOM

Résumé : PSYCOM a créé « Histoires de Droits » pour mieux comprendre, penser et agir les questions de droits en santé mentale. La troisième édition (2022) de notre kit a été entièrement mise à jour et intègre les derniers textes et jurisprudences. « Histoires de Droits » a été réfléchi et co-construit avec des personnes concernées par des troubles psychiques, des usagers des services de psychiatrie, proches, psychiatres, psychologues, juristes, travailleurs sociaux. Actualisé en 2022, ce kit a pour objectif d'aider à dialoguer en groupe ou à deux sur les droits en psychiatrie. Au-delà de l'information sur les droits, les recours, les démarches, les aides juridiques et les accompagnements, cet outil propose de partager les points de vue et de croiser les regards et les expériences sur ces questions. Il n'est pas nécessaire d'être une personne experte dans ce domaine pour l'animer. Il peut être utilisé par des personnes vivant avec un trouble psychique, des acteurs du soin et des proches. Ce kit a été développé en collaboration avec Valorémis, soutenu par un financement de la Direction générale de la Santé. Pour le recevoir, un bon de commande est disponible sur le site du PSYCOM (Prix = 60 € + frais de port, conditions spéciales pour les associations d'usagers, de proches et les groupes d'entraide mutuelle, dans la limite des stocks).

www.psycom.org/agir/la-defense-des-droits/kit-histoires-de-droits/

DOCUMENTAIRE

« **Sur l'Adamant** »
2023, Nicolas Philibert

Public : à partir de 15 ans

Résumé : L'Adamant est un Centre de jour unique en son genre : c'est un bâtiment flottant. Édifié sur la Seine, en plein cœur de Paris, il accueille des adultes souffrant de troubles psychiques, leur offrant un

cadre de soins qui les structure dans le temps et l'espace, les aide à renouer avec le monde, à retrouver un peu d'élan. L'équipe qui l'anime est de celles qui tentent de résister autant qu'elles peuvent au délabrement et à la déshumanisation de la psychiatrie. Ce film nous invite à monter à son bord pour aller à la rencontre des patients et soignants qui en inventent jour après jour le quotidien.

www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=289240.html

« Habités »

2021, Séverine Mathieu

Résumé : Habités raconte ma rencontre avec quatre personnages qui vivent entre raison et déraison. Considérés comme « fous » par la société, ils habitent néanmoins en ville, à Marseille. Entre des périodes d'hospitalisation, ils tentent de s'élancer vers le monde commun. Des fuites, des arrêts, des tentatives... Ils s'efforcent d'habiter, d'être présents, alors qu'ils sont eux-mêmes habités, étrangers, visités. Le film suit dans la ville la chorégraphie singulière de leur corps. Il leur offre l'espace où révéler leur monde.

www.film-documentaire.fr/4DACTION/w_fiche_film/62694_0

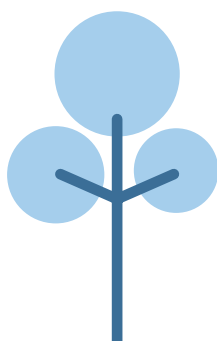
BROCHURE

Ensemble de brochures sur les troubles psychiques (dépression, troubles bipolaires, etc.), PSYCOM

www.psycom.org/agir/linformation/les-brochures/

« Troubles psychiques. Et si on en parlait ? 2023, Unafam

www.unafam.org/sites/default/files/imce/363/Unafam_LivretTroublesPsychiques_Janv2023.pdf



Soutenir la parentalité

Retrouver des idées de film sur le guide ciné débat des SISM 2018 « Santé mentale, parentalité et enfance » :

www.semaines-sante-mentale.fr/sism-2/edition-2018/

Retrouver de nombreux outils pédagogiques sur BIPBOP :

www.bib-bop.org/base_bop/bop_resu_rech.php?&rech=a&pa-ram=||tit=||aut=||edi=||sup=||reg=||cod=||the=23||pub=||per=2016_||ter=||lieninter=0&nb=81&ref=bop_63d96e38c26ca

BROCHURE PSYCOM

« Santé mentale, grossesse et parentalité », 2023, PSYCOM, CCOMS et EPSM-Lille Métropole

Résumé : Cette brochure s'inscrit du projet PATH « PerinAtal menTal Health » dont le volet français a été coordonné par le CCOMS, EPSM-Lille Métropole qui vise à sensibiliser les familles, les professionnels de santé, et les employeurs à la santé mentale périnatale.

www.psycom.org/agir/linformation/les-brochures/

PODCAST

« En PLS mais inarrêtables : comment font les parents ? », Louie Media

Résumé : Être jeune parent, ça peut vouloir dire dormir 2 heures par nuit, slalomer entre les virus de son enfant, être assailli·e de doutes sur comment l'élever « au mieux », tout en continuant d'assurer des journées de travail denses et de maintenir un semblant de vie sociale. Dans cet épisode, la journaliste Guillemette Halard rencontre Valériane Ayayi, basketteuse professionnelle en équipe de France, Laura Glauser, handballeuse en équipe de France et Mélina Robert-Michon, lanceuse de disques. Sportives de haut niveau, elles sont devenues mères au cours de leur carrière et ont vu leurs statistiques exploser. Guillemette Halard explore comment la zone de confort des parents s'agrandit avec Héroïse Junier, psychologue ; interroge la romancière Sophie Astrabie et se questionne sur la construction du terrain d'apprentissage pérenne que représente l'arrivée d'un enfant avec la pédiatre Catherine Gueguen.

louiemedia.com/emotions/parents

PIÈCE DE THÉÂTRE

« À l'horizon, la mer », 2022, produit par la compagnie du savon noir

Résumé : Béthanie, jeune mère et chanteuse fantasque, frôle sans cesse la rupture, au risque de perdre sa fille, Jeanne, qu'elle aime plus que tout. Agathe, professionnelle en tension, souhaite l'aider à investir son rôle de mère, mais le peut-elle vraiment ? Lorsqu'Agathe participe au placement de Jeanne, la relation entre les deux femmes se brise. Pourtant Béthanie, à la rue et enceinte de son second enfant, n'a d'autre choix que de solliciter à nouveau l'aide d'Agathe.

www.ciedusavonnoir.fr/spectacles-alhorizonlamer/

FILM LONG-MÉTRAGE

« Demain et tous les autres jours », 2017, Noémie Lvovsky

Résumé : Mathilde a 9 ans. Ses parents sont séparés. Elle vit seule avec sa mère, une personne fragile à la frontière de la folie. C'est l'histoire d'un amour unique entre une fille et sa mère que le film nous raconte.

www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=236409.html

« Boyhood »
2014, Richard Linklater

Résumé : Chaque année, durant 12 ans, le réalisateur Richard Linklater a réuni les mêmes comédiens pour un film unique sur la famille et le temps qui passe. On y suit le jeune Mason de l'âge de six ans jusqu'à sa majorité, vivant avec sa sœur et sa mère, séparée de son père. Les déménagements, les amis, les rentrées des classes, les premiers émois, les petits riens et les grandes décisions qui rythment sa jeunesse et le préparent à devenir adulte...

www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=226260.html

« Dysoralité sensorielle, anorexie du nourrisson : leur enfant ne veut pas manger »
2022, Ça commence aujourd'hui

Résumé : En France, 1 enfant sur 4 souffre du trouble de comportement alimentaire. Refus de s'alimenter, obsession pour un ou

plusieurs aliments... Les familles concernées se retrouvent souvent dans une profonde détresse et une grande culpabilité. Derrière ces troubles se cache souvent un mal-être difficile à identifier pour des parents démunis. Faustine Bollaert donne la parole à Nathalie, Floriane, Salma et Mandy.

www.france.tv/france-2/ca-commence-aujourd-hui/4500799-dysoralite-sensorielle-anorexie-du-nourrisson-leur-enfant-ne-veut-pas-manger.html

ÉMISSION DE RADIO

« Dépression post-partum : un syndrome qui touche aussi les hommes »
2023, Le téléphone sonne

Résumé : La dépression post-partum est un phénomène connu chez les femmes. Entre 15 et 20 % des mères en sont atteintes. Mais ce syndrome existe également chez les pères.

www.radiofrance.fr/franceinter/podcasts/le-telephone-sonne/le-telephone-sonne-du-jeudi-12-janvier-2023-5039902



RESSOURCE BIBLIOGRAPHIQUE

« Parents dans un monde d'écran » : le guide à destination des parents pour accompagner leurs enfants sur les écrans
2023, par Douar Nevez et DéfiS

Résumé : Le guide pratique « Parents dans un monde d'écran » a été réalisé en 2022 par l'association Douar Nevez (addictologie) et l'Association DéfiS (formation et inclusion numérique), pour répondre à une problématique à laquelle chaque parent doit faire face. Loin d'un discours culpabilisateur, ce guide documenté permet à chaque parent de mieux appréhender une pratique qui est devenue presque inévitable dans chaque foyer.

www.federationaddiction.fr/actualites/milieus-et-publics-actualites/jeunes/parents-dans-un-monde-decran-le-guide-a-destination-des-parents-pour-accompagner-leurs-enfants-sur-les-ecrans/

PROGRAMME PÉDAGOGIQUE

« Programme de soutien aux familles et à la parentalité (PPSFP) »

Clefs parentalité

Résumé: PSFP est un programme pragmatique dont les effets se font rapidement sentir sur les relations familiales, le climat familial. Il offre aux parents des « clefs de la parentalité », qui sont autant d'occasions d'enrichir, de développer l'éventail de leurs pratiques ; comment communiquer plus efficacement, dire non plus facilement, gérer ses émotions et celles de ses enfants...

clefsparentalite-psfp.com/vous-etes-professionnels/

OUTIL PÉDAGOGIQUE

« Mythes et réalités sur : santé mentale, parentalité et enfance », PSYCOM

www.psycom.org/agir/laction-anti-stigmatisation/mythes-et-realites/

« C'est quoi le bonheur pour vous ? 7 milliards d'individus, 7 milliards de définitions »

2020, Neo-Bien-être éditions

Public: tout public

Résumé: Ce jeu est destiné à toute la famille et est composé de missions, de défis et de moments de partage. Il permet de mieux connaître son entourage à l'aide d'outils pratiques et propose des conseils à appliquer dans son quotidien.

www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=9486&titre=c-est-quoi-le-bonheur-pour-vous--7-milliards-d-individus-7-milliards-de-definitions&debut

« Stop aux crises. Comment gérer les petits conflits au quotidien »

2022, Alexia Poirier, La Maison Hachette pratique

Résumé: Cet outil a pour ambition de donner aux parents des solutions afin de désamorcer les conflits avec leur(s) enfant(s) dans l'objectif de développer une éducation bienveillante. Par le biais de 14 cartes illustrant chacune une situation, les parents

pourront trouver des alternatives aux petits conflits de tous les jours, à apprendre à mieux communiquer, à donner l'exemple et à reconnaître leurs erreurs.

www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=9672&titre=stop-aux-crisis-comment-gerer-les-petits-conflits-au-quotidien&debut

« Et si on se parlait ? »

2020, Chantecler

Résumé: Ce jeu propose 80 sujets de discussions sous forme de questions à poser par les parents à leurs enfants. Les thèmes abordés sont : toi-même, les amis, la famille, réflexions, l'école, les loisirs.

www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8828&titre=et-si-on-se-parlait--cartes-de-discussion--80-questions-originales-pour-avoir-une-chouette-discussion-avec-votre-enfant&debut

« Les écrans, un temps pour tout »

2019, Association française de pédiatrie ambulatoire (AFPA)

Résumé: Ce jeu permet de sensibiliser les parents de jeunes enfants (0-6 ans) à l'usage des écrans en famille. Il s'utilise dans le cadre de groupes de parole. Il permet d'évoquer 10 situations du quotidien dans lesquelles interviennent les écrans, de proposer des alternatives et d'informer sur les enjeux en termes de développement de l'enfant.

www.mpedia.fr/outil-jeu-pedagogique-ecrans-temps-pour-tout/?lo=47427

« Nos fiches pratiques : des clés pour accompagner les familles dans leur quotidien »

Centre d'excellence des troubles neurodéveloppementaux de l'Hôpital Robert Debré AP-HP (InovAND)

Résumé: Retrouvez l'ensemble de nos fiches pratiques pour vous accompagner dans votre quotidien de parents. Simples, pragmatiques et concrètes, ces fiches se veulent accessibles à tous afin de partager au plus grand nombre notre expertise.

www.clepsy.fr/category/fiches-pour-tous/

OUTIL PÉDAGOGIQUE AUPRÈS DE PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

**« Vie affective, sexualité, parentalité
et handicap »
2020, Ireps Bourgogne Franche-Comté**

Résumé : Cette série de 6 vidéos, à destination des jeunes en situation de handicap, mais accessible à tous, a pour but de favoriser l'autonomie et l'accessibilité à la vie affective, la sexualité et la parentalité des personnes en situation de handicap. Les vidéos ont été créées à partir d'un scénario élaboré par l'IREPS et ses partenaires, en accessibilité universelle, selon un parcours de la vie affective, sexuelle et parentale des jeunes comprenant 6 étapes : la rencontre amoureuse, les émotions ; l'attraction vers l'autre, le désir ; le consentement ; la contraception ; le désir d'enfant, le désir de grossesse ; la parentalité, on en parle ?

[www.youtube.com/
playlist?list=PLM4qLFHmvysqXmY_
SGp8i5Bc2lrrk6Kxo](http://www.youtube.com/playlist?list=PLM4qLFHmvysqXmY_SGp8i5Bc2lrrk6Kxo)



BROCHURE

**« Le consentement de la personne
en situation de handicap, le guide
en FALC »
2023, CREAI**

Cette brochure écrit en FALC vise les personnes en situation le grand public en situation de handicap.

[www.creai-grand-est.fr/uploads/
files/Le-consentement-de-
la-personne-en-situation-de-
handicap-03-02-2023-13-44-31.pdf](http://www.creai-grand-est.fr/uploads/files/Le-consentement-de-la-personne-en-situation-de-handicap-03-02-2023-13-44-31.pdf)

OUTIL PÉDAGOGIQUE AUPRÈS DE PERSONNES MIGRANTES

**« Santé des femmes et des enfants
en début de vie »
2016, Femmes-Tische**

Publics : adulte, migrant

Ce set d'animation aborde au moyen de cartes illustrées des questions importantes de la santé reproductive des femmes et de la santé préventive au cours de la petite enfance. Les informations actuelles fiables sensibilisent les femmes et encouragent

la discussion comme la recherche de réponses à leurs questions.

[www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.
php?ref=8868&titre=sante-des-
femmes-et-des-enfants-en-debut-de-
vie&debut=15](http://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8868&titre=sante-des-femmes-et-des-enfants-en-debut-de-vie&debut=15)

Améliorer le cadre de vie

OUTIL PÉDAGOGIQUE À DESTINATION DE PERSONNES MIGRANTES OU DÉFAVORISÉES

**« Il était une voix : 9 fiches pour penser
les inégalités sociales et de santé »,
2018, Cultures & Santé**

Public : migrant, population défavorisée

Résumé : Cet outil à destination des personnes migrantes aborde le thème des injustices et des inégalités sociales. 9 pistes d'animation y sont proposées. Elles s'articulent autour des trois thèmes suivants : il était une inégalité ; il était une santé ; il était une solution. Les pistes sont accompagnées d'un guide théorique apportant des repères sur les inégalités sociales et de santé, sur les déterminants de santé et avec des exemples les illustrant. Les objectifs de cet outil sont : d'éveiller aux situations d'inégalité et d'injustice ; mettre en lien des expériences de vie ; mener une réflexion sur les inégalités sociales, sur les inégalités sociales de santé et sur les déterminants sociaux de la santé.

[www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.
php?ref=8868&titre=sante-des-
femmes-et-des-enfants-en-debut-de-
vie&debut=15](http://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8868&titre=sante-des-femmes-et-des-enfants-en-debut-de-vie&debut=15)

PODCAST

**« Peut-on garder espoir tout en étant
réaliste? »
2022, Louie Media**

Résumé : Entre le dérèglement climatique, les guerres et les risques de crise économique, tout le monde semble au bout du rouleau. Et si la solution pour garder espoir dans les pires situations, c'était justement d'être le plus réaliste possible sur ce qui nous arrive ? Pierre a vu son glacier d'enfance disparaître petit à petit, Sofia a fui les bombardements au Liban, Carole a vu sa vie bouleversée par un accident de la route. Dans cet épisode, la journaliste Marjolaine Roget interroge notre possibilité de cultiver l'espoir dans un climat très anxieux. Elle

est accompagnée par Monique Atlan, journaliste et co-auteurice du livre *L'espoir a-t-il un avenir ? - En finir avec le pessimisme*. Et si l'on arrêta d'associer l'espoir à la naïveté ?

louimedia.com/emotions/garder-espoir

INFOGRAPHIE ET CLIP VIDÉO

« L'Arbre des ressources »
PSYCOM

Public: adultes

Résumé : quand on rencontre un problème de santé mentale ou qu'on vit avec un trouble psychique, on peut avoir besoin d'aides et de ressources pour mener à bien ses projets et vivre une existence satisfaisante. PSYCOM a développé un outil visuel et un clip vidéo pour représenter la diversité des ressources en santé mentale : c'est « L'Arbre des ressources ». Cet outil propose une représentation des ressources existantes (ressources propres à l'individu et ressources existant sur son territoire) afin de répondre aux différents besoins des personnes (se soigner, avoir un logement ou un hébergement, travailler, être accompagné dans son quotidien, s'entraider). Sans être exhaustif, l'Arbre des ressources révèle la variété des ressources disponibles et la singularité des besoins et ressources mobilisées selon la personne et la période qu'elle traverse.

www.psycom.org/agir/lorientation/larbre-des-ressources/

WEBINAIRE

« Retour sur le séminaire Santé & Urbanisme : la santé, un état de bien-être physique, mental et social »
2021, Agence d'urbanisme Atlantique & Pyrénées (AUDAP)

Résumé : Pourquoi et comment prendre en compte la santé dans les projets d'aménagement et/ou d'urbanisme d'une collectivité locale ? Comment cheminer vers une prise en compte réussie de cette thématique dans les politiques publiques locales ? Quels sont les outils sur lesquels les élus locaux et leurs services peuvent s'appuyer ? Co-organisé par l'AUDAP, l'ARS (délégation des Pyrénées-Atlantiques) et l'Ireps Nouvelle-Aquitaine, le séminaire du 11 juin 2021 à Salies de Béarn a été riche en témoignages et retours d'expérience.

santeterritoiresnouvelleaquitaine.org/2021/09/27/retour-sur-le-seminaire-sante-urbanisme-la-sante-un-etat-de-bien-etre-physique-mental-et-social/

VIDÉO

« Le logement en santé mentale rencontre la ville : facteurs environnementaux facilitant l'appropriation de l'espace »

vimeo.com/534505118

RESSOURCE BIBLIOGRAPHIQUE

« L'expérience vécue au jardin de soin en faveur du rétablissement »
Romain Pommier dans *Rhizome*

Résumé : Pour accompagner les personnes aux prises avec des troubles psychiques sévères et invalidants dans leur rétablissement, les soins de réhabilitation proposent déjà plusieurs interventions validées telles que l'éducation thérapeutique du patient, la remédiation cognitive ou l'entraînement aux habiletés sociales pour ne citer qu'elles. Le développement de nouvelles interventions non médicamenteuses validées est nécessaire, car si le recours pharmacologique reste souvent indispensable, il présente aussi des limites. Il convient de les utiliser de manière proportionnée et adaptée en les proposant, plutôt qu'en alternative, en complément aux soins usuels, comme c'est le cas de l'hortithérapie.

www.cairn.info/revue-rhizome-2022-1-page-17.htm

Retrouvez les films sur ce sujet dans le guide méthodologique des SISM 2022

« Animal » de Cyril Dion, « Vivre avec l'écoanxiété » de Vice Vidéo, « Don't look up » (2021), d'Adam McKay, « Bigger than us » (2021), de Flore Vasseur, « Goliath » (2022), de Frédéric Tellier, etc.

Retrouvez d'autres documentaires dans le guide méthodologique des SISM 2022

« Climat : mon cerveau fait l'autruche » (2021) de Raphaël Hitier et Sylvie Deleule sur ARTE, « Eco-anxiété : malédiction ou nécessité ? » (2021) par Mieux, « Legacy, notre héritage » (2020) de Yann Arthus-Bertrand, « I am Greta Thunberg » (2021) de Nathan Grossman, etc.



Seniors

Lutter contre l'âgisme

REPORTAGE

« La révolte des vieux » 2023, Infrarouge, France 2

Résumé : En France, l'espérance de vie a augmenté de 30 % ces trente dernières années. Plus de 15 millions de personnes ont déjà dépassé les 60 ans. Et, en 2050, cinq millions de femmes seront nonagénaires. Pourtant, ces faits, personne ne veut les voir. Pire, ce vieillissement de la population est interprété comme une malédiction, une catastrophe collective. Les vieux sont les nouveaux invisibles de la société. Des citoyens de troisième zone. Et si les vieux se révoltaient ? Pour la réalisatrice, Laure Adler, l'âge est un sentiment, pas une réalité. À travers ses rencontres avec Edgar Morin, Mona Ozouf, Germaine Acogny, Michelle Perrot, mais aussi des inconnus, à travers ses voyages, en France et ailleurs, elle montre d'autres voies et raconte le bonheur de vieillir.

www.france.tv/france-2/infrarouge/4560856-la-revolte-des-vieux.html

« Grand âge et société : entre isolement, préjugés, peur et dépendance, quel regard sur la vieillesse ? » 2020, Caractères

Résumé : La rédaction de Caractères s'est plongée dans une réflexion autour de la vieillesse dans notre société. La vieillesse, notre avenir à tous, souffre d'une mauvaise image : isolement, inutilité, honte. Cette étape de la vie est mal perçue, mal vécue, jusque dans notre langage où les mots que nous employons sont souvent réducteurs. Pourtant, cet âge de la vie recèle plusieurs trésors : le temps long du grand âge permet de se consacrer aux choses dont la vie active nous prive, les découvertes qui nous y attendent, comme la grand-parentalité ou la retraite, sont tout aussi palpitantes

que celles des autres âges. Pourquoi posons-nous un regard négatif sur la vieillesse ? Pourquoi a-t-on si peur de vieillir ? Comment vivent nos grands-parents ? Comment comprendre et appréhender ce passage obligé de la vie ?

www.youtube.com/watch?v=3pKPSW3t7pU

« L'âgisme du point de vue des aînés » 2021, Le Groupe Maurice

Résumé : L'animateur et producteur Jean-Pier Gravel est allé à la rencontre des résidents du Groupe Maurice pour récolter des témoignages en lien avec l'âgisme. Il est allé discuter avec eux pour entendre leurs anecdotes, tantôt drôles ou émouvantes, mais toujours sincères.

www.youtube.com/watch?v=vBTcTZ_feGs

FILM LONG-MÉTRAGE

« Ensemble » 2015, Aiguemarine Compagnie

Résumé : Le film « Ensemble » témoigne d'initiatives qui participent à montrer sous un autre jour les personnes malades ou tout simplement âgées.

Il met en lumière des actions bien souvent simples et de bon sens qui permettent aux personnes âgées et à leurs aidants de maintenir des liens sociaux, de continuer à s'impliquer dans leur environnement local et tout simplement de se sentir vivre !

aiguemarine.org/film/ensemble/

COURT-MÉTRAGE

« Vive L'âge » 2022, Espace & Vie

Résumé : Découvrez le film « Vive l'âge » réalisé par Quentin Ménard et Laurent Perry, avec la participation des résidents d'Espace & Vie Carnac. Le temps d'une semaine estivale, une équipe de tournage a partagé le quotidien des seniors de la Résidence Espace & Vie de Carnac. Instants de vie, rencontres, rires, confessions..., le court métrage Vive l'âge donne la parole aux aînés, avec beaucoup d'émotion et d'authenticité. Ils nous livrent leur vision sur la vieillesse, le temps qui passe, le lien qui les unit.

www.youtube.com/watch?v=2dGIRz3PcHw

LONG-MÉTRAGE D'ANIMATION

« La tête en l'air »
2013, Ignacio Ferreras

Résumé: Après une vie professionnelle bien remplie, la mémoire d'Emilio lui joue des tours. La maison de retraite devient alors une évidence. Il y rencontre Miguel avec qui il se lie d'amitié. À ses côtés, Emilio découvre un nouvel univers. Ses nouveaux amis sont pleins de fantaisie, ont des souvenirs aussi riches que variés, mais ont aussi leurs petites défaillances dues aux effets du temps. Alors que des premiers signes de la maladie d'Alzheimer apparaissent chez Emilio, Miguel et ses amis vont se mobiliser pour éviter son transfert à l'étage des « causes perdues », le dernier étage tant redouté de la maison de retraite. Leurs stratagèmes vont rythmer leurs journées et apporter humour et tendresse à leur quotidien.

www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=200448.html

Favoriser la bientraitance KIT PÉDAGOGIQUE

« Promouvoir la bientraitance et lutter contre la maltraitance, des vidéos pour questionner les pratiques »
2021, Haute Autorité de Santé
et des structures régionales d'appui
et des usagers

Résumé: Des vidéos pour favoriser les échanges et questionner les pratiques ont été réalisées par les Structures régionales d'appui à l'amélioration de la qualité des soins et de la sécurité du patient de plusieurs régions. Il s'agit d'outils de formation et d'aide à l'analyse des pratiques et des organisations à destination des professionnels et des usagers permettant d'identifier les risques de maltraitance et les moyens de la prévenir. En complément, un guide de l'animateur a été rédigé pour faciliter les séances de sensibilisation ou formation à la bientraitance dans les établissements de santé et médico-sociaux. Il s'appuie sur la méthode d'analyse de scénarios qui vise à croiser les regards et à favoriser la construction du partenariat entre usagers et professionnels pour améliorer les pratiques et les organisations.

www.forap.fr/maltraitance-des-temoignages-pour-questionner-les-pratiques

VIDÉO/REPORTAGE

« Les seniors, une chance pour nos sociétés »
Mai 2022, Vox Pop, ARTE

Résumé: « Le vieillissement de la population est une chance pour nos sociétés », d'après le sociologue Serge Guérin. En France, à partir de 2015, les plus de 60 ans sont devenus plus nombreux que les moins de 20 ans. Le vieillissement de la population est une révolution démographique qui va s'étendre au monde entier et transformer nos sociétés. Loin des idées reçues, Serge Guérin l'envisage comme une opportunité, un facteur de richesse sociale et économique.

www.youtube.com/watch?v=Jb_AHhhPJyg



Lutter contre l'isolement

FILM LONG-MÉTRAGE

« La vie des gens »
2015, Olivier Ducray

Résumé: Saisons après saisons, la pétillante Françoise, infirmière libérale, illumine la vie des gens. Avec beaucoup d'humour et de tendresse, elle fait bien plus que soigner nos aînés... elle préserve le lien social.

www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=233553.html

VIDÉO

Résumé: Depuis 1946, les Petits Frères des Pauvres sont aux côtés des personnes âgées souffrant d'isolement, prioritairement les plus démunies.

www.youtube.com/watch?v=75E9Q2TuOXo

Lutter contre la précarité

REPORTAGE

« **Contrainte de vivre dans sa voiture, Dominique a retrouvé un logement** »
2022, Brut

Résumé : À 61 ans, Dominique était contrainte de vivre dans sa voiture avec son chien depuis 8 mois. Le 31 décembre, on a appris une bonne nouvelle : elle a été relogée, et elle et son « loulou » peuvent enfin dormir au chaud. Notre journaliste Leïla Amrouche est retournée les voir.

www.youtube.com/watch?v=og96zwKsOys

OUTIL PÉDAGOGIQUE

« **Bonne journée, bonne santé. Dispositif d'intervention en promotion de la santé pour les personnes âgées** »,
2016, Santé publique France

*Public : personne âgée,
population défavorisée*

Résumé : Ce dispositif fournit aux intervenants en promotion de la santé plusieurs supports pour engager un dialogue de prévention avec les personnes âgées en situation de précarité. Les objectifs de cet outil sont d'établir un échange et favoriser l'acceptation et l'acquisition de comportements protecteurs en entretien individuel ou en atelier collectif. Le dispositif s'articule autour de huit supports qui interagissent et se complètent.

[www.pourbienvieillir.fr/
bonne-journee-bonne-sante](http://www.pourbienvieillir.fr/bonne-journee-bonne-sante)

Favoriser le logement

FILM LONG-MÉTRAGE

« **J'y suis j'y reste !** », 3 volets, publié
par Marie Delsalle sur Leroy Merlin

Résumé : 3^e volet de la recherche psychosociale sur les motivations de personnes âgées à rester chez elles. Vieillir chez soi jusqu'au bout de sa vie est une aspiration des Français.

Volet 3 : www.leroymerlinsource.fr/autonomie/jy-suis-jy-reste-liberte/

Volet 2 : www.leroymerlinsource.fr/autonomie/jy-suis-jy-reste-liberte/

Volet 1 : www.leroymerlinsource.fr/autonomie/vieillesse/jy-suis-jy-reste-recherche-delsalle-rapey/

COURT-MÉTRAGE

« **La série qui change le regard sur le grand âge** »
A Leurs Côtés

Résumé : à travers cette série, nous avons voulu lever le voile sur une autre réalité des Ehpad : celle des histoires de vie fortes, des liens qui se nouent entre le personnel et les résidents

www.youtube.com/@aleurscotes7542

DOCUMENTAIRE

« **Le logement du bien vieillir à Dax** »
Manon Labarchede et Maël Gauneau
sur Leroy Merlin

Résumé : adaptation d'un logement aux besoins d'une personne vieillissante

[www.leroymerlinsource.
fr/autonomie/vieillesse/
le-logement-du-bien-vieillir-a-dax/](http://www.leroymerlinsource.fr/autonomie/vieillesse/le-logement-du-bien-vieillir-a-dax/)

RESSOURCE BIBLIOGRAPHIQUE

« **Quelle place en Ehpad pour les personnes âgées dites "psychotiques" ?** »
2019, Georges Jovelet dans la revue
Rhizome

Résumé : Les établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (Ehpad) accueillent des personnes âgées de plus de 85 ans, dépendantes, polyopathologiques et porteuses d'atteintes cognitives. La cohabitation avec les patients issus des services de psychiatrie, orientés dès l'âge de 60 ans est difficile pour les résidents, les équipes et les familles. Cette réalité est occultée ou tenue comme secondaire par les équipes qui adressent ces patients, les Ehpad qui les reçoivent et les pouvoirs publics garants de la qualité de vie au sein de ces établissements

[www.orspere-samdarra.com/2019/
quelle-place-en-ehpad-pour-les-
personnes-agees-dites-psychotiques/](http://www.orspere-samdarra.com/2019/quelle-place-en-ehpad-pour-les-personnes-agees-dites-psychotiques/)



Cultiver l'art

FILM LONG-MÉTRAGE

« Poetry »

2010, Lee Chang-Dang

Résumé : Dans une petite ville de la province du Gyeonggi traversée par le fleuve Han, Mija vit avec son petit-fils, qui est collégien. C'est une femme excentrique, pleine de curiosité, qui aime soigner son apparence, arborant des chapeaux à motifs floraux et des tenues aux couleurs vives. Le hasard l'amène à suivre des cours de poésie à la maison de la culture de son quartier et, pour la première fois dans sa vie, à écrire un poème. Elle cherche la beauté dans son environnement habituel auquel elle n'a pas prêté une attention particulière jusque-là. Elle a l'impression de découvrir pour la première fois les choses qu'elle a toujours vues, et cela la stimule. Cependant, survient un événement inattendu qui lui fait réaliser que la vie n'est pas aussi belle qu'elle le pensait.

www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=145150.html

Réfléchir aux questions de fin de vie

FILM LONG-MÉTRAGE

« De son vivant »

2021, Emmanuelle Bercot

Un homme condamné trop jeune par la maladie. La souffrance d'une mère face à l'inacceptable. Le dévouement d'un médecin (le docteur Sara dans son propre rôle) et d'une infirmière pour les accompagner sur l'impossible chemin. Une année, quatre saisons, pour « danser » avec la maladie, l'appriivoiser, et comprendre ce que ça signifie : mourir de son vivant.

www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=276768.html

« Tout s'est bien passé »

2021, François Ozon

Ce film est une adaptation du roman du même nom d'Emmanuèle Bernheim, narrant sa propre histoire avec son père. Hospitalisé après un accident vasculaire cérébral, il se réveille diminué et dépendant. Homme curieux de tout et aimant passionnément la vie, il demande à sa fille de l'aider à mourir. Avec l'aide de sa sœur Pascale, elle va devoir choisir : accepter la

volonté de son père ou le convaincre de changer d'avis. Le film a été présenté et sélectionné en compétition officielle au Festival de Cannes 2021.

www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=281202.html

« Une vie démente »

2021, Ann Sirot, Raphaël Balboni

Alex et Noémie voudraient avoir un enfant. Leurs plans sont chamboulés quand la mère d'Alex, Suzanne, adopte un comportement de plus en plus farfelu. Entre l'enfant désiré et l'enfant que Suzanne redevient, tout s'emmêle. C'est l'histoire d'un rodéo, la traversée agitée d'un couple qui découvre la parentalité à l'envers!

www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=286025.html

« Serre-moi fort »

2021, Mathieu Amalric

A été présenté en séance spéciale sous le label Cannes Première au Festival de Cannes 2021. Ce mélodrame évoque une histoire déchirante, autour de la séparation d'une famille. Selon la production « ça semble être l'histoire d'une femme qui s'en va ».

www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=271838.html

« Petite sœur », 2021, Stéphanie Chuat et Véronique Reymond

Résumé : Profondément ancré dans l'univers du théâtre, le film évoque le soutien sans faille d'une dramaturge allemande pour son frère jumeau acteur de théâtre, atteint de leucémie. Elle remue ciel et terre pour le faire remonter sur scène. Une histoire qui reflète le quotidien de nombreux proches aidants.

www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=272249.html

Retrouvez d'autres ressources sur la fin de vie (BD, ouvrages, pièce de théâtre) via le portail : <https://vigipallia.parlons-fin-de-vie.fr/> ou dans le document « Parcours d'information sur la fin de vie », rédigé par la Convention Citoyenne Cese, à partir de la page 77

RESSOURCE BIBLIOGRAPHIQUE

« Parcours d'information sur la fin de vie »
2022, Convention Citoyenne Cese

Résumé : Ce corpus documentaire a été élaboré et produit par le Centre national fin de vie - soins palliatifs, organisme de référence sur la fin de vie en France, avec le soutien du ministère de la Santé et de la Prévention. Il est mis à disposition de la convention citoyenne sur la fin de vie afin que les citoyens qui la constituent puissent disposer d'informations fiables, accessibles et non partisans. Des mises à jour et compléments seront disponibles en permanence sur le site du Centre :

www.parlons-fin-de-vie.fr

www.lecese.fr/sites/default/files/documents/Ressourcedocumentaire_conventioncitoyenne.pdf

OUTIL PÉDAGOGIQUE

« À vos souhaits »
2018, Fédération Jusqu'à la mort accompagner la vie (JALMALV)

Résumé : Le jeu « A vos souhaits » est un outil de communication pour permettre l'expression des souhaits de fin de vie. Il permet à la personne en fin de vie, en classant les cartes proposées, d'énoncer ses demandes, anticiper et établir des priorités. Il aide également à formaliser et transmettre ses souhaits aux proches, aux soignants et aux familles.

www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8453&titre=a-vos-souhaits&debut=15

BOÎTE À OUTILS ET RESSOURCES PÉDAGOGIQUES À DESTINATION DES PROFESSIONNELS

Santé mentale et jeunes

« La santé mentale des jeunes »
2022

Résumé : Tristesse, anxiété, pensées suicidaires... La crise sanitaire et écologique a mis en lumière la fragile santé mentale des jeunes.

www.lumni.fr/video/la-sante-mentale-des-jeunes

« La santé mentale des 18-24 ans plus que préoccupante »

www.ipsos.com/fr-fr/la-sante-mentale-des-18-24-ans-plus-que-preoccupante

Aménagement des écoles favorables à la santé et au bien-être

« Aménager des écoles favorables à la santé et au bien-être »
2021, INSPQ

Résumé : Cette fiche s'adresse aux acteurs municipaux et ministériels de même qu'aux intervenants des centres de services scolaires qui planifient l'aménagement des écoles primaires. Elle présente d'abord

l'influence que peut avoir l'aménagement des écoles primaires sur la santé et le bien-être de ses occupants. Elle expose ensuite les grands principes à privilégier pour des aménagements scolaires favorables à la santé, au bien-être et à la réussite éducative des jeunes. À défaut de décliner les aspects techniques des interventions abordées, la présente fiche liste des guides pouvant fournir davantage d'information à cet égard. Elle regroupe aussi plusieurs outils et références utiles.

www.inspq.qc.ca/publications/2794

« Aménager des écoles favorables à la santé »

2023, ORS Pays de la Loire

Résumé : Alors que de nombreux projets de réaménagement de cours d'écoles se développent dans la région, l'Agence régionale de santé Pays de la Loire a souhaité que la santé puisse être placée au cœur de ces démarches. Cette synthèse de la littérature, réalisée par l'ORS à destination des décideurs publics comme du personnel de l'Éducation nationale et des aménageurs, vise à décrire les liens entre

espaces scolaires et déterminants de la santé : qualité de l'air, ambiance sonore, confort thermique et visuel, activité physique, accès à la nature et à la biodiversité...

nouvelleaquitaine-santeenvironnement.org/2023/01/30/amenager-des-ecoles-favorables-a-la-sante-ors-pays-de-la-loire/

« Cités éducatives et promotion de la santé mentale. Retour sur le groupe pilote santé »
2023, Fnes

Résumé : Un fil rouge a été suivi pendant deux années, celui de réfléchir sur « Le bien-être et la promotion de la santé mentale ».

http://www.fnes.fr/wp-content/uploads/2023/02/230214_Fnes_CiteEducatives_VF.pdf

KIT PÉDAGOGIQUE

« Le Kit de survie ! Mon kit de vie : les bons outils pour ma santé mentale »

Résumé : Nightline lance une nouvelle ressource conçue par des psychologues et des étudiant·e·s à destination des jeunes.

www.nightline.fr/kit-de-vie

Harcèlement scolaire

« Le programme pHARe »
Eduscol

Résumé : Le programme de lutte contre le harcèlement à l'école, « pHARe », dote les écoles élémentaires et les collèges d'un plan de prévention du harcèlement entre élèves. Il combine plusieurs actions et dispositifs incluant un large éventail d'outils variés et concrets, pour prévenir le harcèlement et pour intervenir lorsqu'il se produit, à destination de l'ensemble des utilisateurs des écoles et des collèges.

eduscol.education.fr/974/le-harcèlement-entre-eleves#pHARe

Violences sexuelles

Rapport 2023 sur l'état du sexisme en France : le sexisme perdure et ses manifestations les plus violentes s'aggravent

www.haut-conseil-egalite.gouv.fr/stereotypes-et-roles-sociaux/travaux-du-hce/article/

[rapport-2023-sur-l-etat-du-sexisme-en-france-le-sexisme-perdure-et-ses](#)

« Arrêtons les violences »

Gouvernement

arretonslesviolences.gouv.fr/je-suis-professionnel

« Violences sexuelles faites aux enfants. Repérer et signaler. Livret de formation des professionnels « Mélissa et les autres »

Résumé : Cet outil de formation est inspiré des livrets de la mission interministérielle pour la protection des femmes contre les violences et la lutte contre la traite des êtres humains (MIPROF).

Il est composé d'un livret de formation et d'un court-métrage intitulé « Mélissa et les autres ».

L'objectif du livret est de consolider les compétences des professionnels dont les fonctions les mettent en contact direct avec les enfants et parmi ceux-ci les enfants victimes de viols et d'agressions sexuelles. Il a vocation à diffuser des repères clairs et structurants pour favoriser le repérage des enfants victimes et accompagner le signalement aux autorités compétentes. Il est donc centré sur l'amorce de la chaîne de protection.

www.ciivise.fr/melissa-et-les-autres/

« Pour une relation thérapeutique saine et sécurisée. Kit de communication », 2022, Ordre des masseurs et kinésithérapeutes

Résumé : La France compte 100 000 kinésithérapeutes qui dispensent plus de 2 millions d'actes chaque jour. Ils font honneur à la profession par leur intégrité et leur engagement sans faille au service de la qualité des soins. La profession de kinésithérapeute, sans être plus touchée que les autres, compte malheureusement elle aussi en son sein des professionnels indignes. Un certain nombre, très faible certes mais déjà trop important, déshonore la profession par son comportement inacceptable.

www.ordremk.fr/actualites/ordre/pour-une-relation-therapeutique-saine-et-securisee-kit-de-communication/

Fédération française des Centres ressources pour les intervenants auprès des auteurs de violences sexuelles

Résumé : Les Centres ressources pour les Intervenants auprès des auteurs de violences sexuelles (CRIAIVS) sont des structures de service public issues de la Circulaire DHOS/DGS/O2/6C n° 2006-168 du 13 avril 2006 relative à la prise en charge des auteurs de violences sexuelles. Dispositifs d'échelle régionale, ils ont pour mission générale d'améliorer la prévention, la compréhension, et la prise en charge des violences sexuelles sur les bases d'une réflexion éthique et pratique.

www.ffcriavs.org/nous_contacter/votre-criavs/

Accompagnement social et précarité

« ETP et accompagnement vers plus d'autonomie en santé des personnes malades chroniques en situation de précarité »

Résumé : Le Pôle de ressources en ETP d'IDF et ses partenaires ont co-construit un cadre de lecture pour aider les acteurs du social, du médical et du médico-social à accompagner vers plus d'autonomie en santé des personnes malades chroniques en situation de précarité

www.poletp.fr/fr/autonomie-en-sante-personnes-malades-chroniques-en-situation-de-precarite

Solitude et précarité

« Solitudes 2022 », 2023, Fondation de France, Crédoc et l'équipe de recherche du Cerlis

Résumé : Étude Solitudes 2022 : en France, 11 millions de personnes se sentent seules

www.fondationdefrance.org/fr/les-solitudes-en-france/solitudes-2023

Santé mentale et vieillissement

« Santé mentale et vieillissement » Novembre 2022, Ireps BFC

Résumé : Ce dossier documentaire présente une sélection de références importantes autour de la thématique de la Santé

mentale et du vieillissement. Il est structuré en 5 grandes rubriques : Définitions, Le vieillissement et la santé, La problématique de la santé mentale, La mise en œuvre d'actions en promotion de la santé, Des ressources internet complémentaires.

www.codes06.org/centre-documentaire/centre-documentaire/sante-mentale-et-veillissement

Santé mentale et travail

« Favoriser le lien social pour favoriser le retour à l'emploi » 2023, Fondation de France

Résumé : Pour accompagner les personnes les plus éloignées de l'emploi vers un projet professionnel, miser sur le renforcement du lien social n'a rien d'accessoire. Bien au contraire. Focus sur 3 initiatives exemplaires qui ont fait des interactions sociales l'outil de leur modèle d'accompagnement.

www.fondationdefrance.org/fr/cat-personnes-vulnerables/favoriser-le-lien-social-pour-favoriser-le-retour-a-l-emploi

« Santé mentale en entreprise, comment l'aborder ? Guide pour l'employeur » 2022, office de l'assurance-invalidité pour le canton de Vaud

Résumé : Comment aider les employeurs à reconnaître les signes de mal-être au travail et leur donner des outils pour y faire face avec les personnes concernées dans leur entreprise ? Ce guide propose une démarche simple en 5 étapes.

www.aivd.ch/actualites.html

Santé mentale et logement

« Allers vers, aller mieux, Habitats jeunes acteurs de la santé mentale des jeunes » 2022, UNHAJ

Résumé : Pour les jeunes comme les équipes qui les accompagnent, « aller vers, aller mieux » est un projet du quotidien autant qu'un défi au cœur du projet que nous portons. Les acteurs Habitat jeunes ne sont certes pas des spécialistes de la santé mentale : « bien plus que du logement », les structures Habitat Jeunes n'en sont néanmoins pas des établissements de soin. Pourtant, ce thème travaille les

pratiques des uns et le moral des autres à tout moment. Un toit sur la tête, assez sécurisant pour être aussi le lieu de l'envol, un accompagnement socio-éducatif adapté, une sociabilité riche faite de rencontres avec des personnes aux parcours différents sont autant de facteurs favorables à une bonne santé mentale.

www.habitatjeunes.org/ressources/

Ville et santé mentale

« La santé mentale dans la Cité » 2022

Résumé : La crise sanitaire a révélé que la santé mentale représente un enjeu aussi bien aux niveaux politique, que social et culturel. Car si la psychiatrie concerne les personnes qui ont besoin de soins psychiatriques, la santé mentale concerne toute la population. Les municipalités sont en première ligne pour s'emparer de cet enjeu sur leur territoire.

www.psycom.org/agir/la-promotion-de-la-sante-mentale/la-sante-mentale-dans-la-cite/

« Repenser les actions de la ville au prisme de la santé mentale » Réseau Français Ville-Santé

Résumé : Cette note est issue des réflexions et des échanges du groupe de réflexion national Villes & Santé mentale en temps de crise sanitaire et a pour objectifs :

- de définir les contours d'une approche globale en santé mentale prenant en compte ses nombreux déterminants,
- de présenter les différents leviers des villes et intercommunalités pour promouvoir la santé mentale des habitants,
- d'identifier et de valoriser les compétences et actions des villes qui exercent une influence directe ou indirecte sur la santé mentale.

Ce document est un outil de plaidoyer vers une approche de santé mentale dans toutes les politiques pour améliorer la prise de conscience et la reconnaissance du rôle de l'ensemble des élus et services de la ville en faveur de la santé mentale.

https://pratiquesensante.odoo.com/blog/politiques-10/repenser-les-actions-de-la-ville-au-prisme-de-la-sante-mentale-co-redigee-avec-la-ville-de-poitiers-et-la-ville-de-lille-1967?utm_source=L%27Hebdo+du+Mardi+de+Pratiques+en+sant%C3%A9+N%C2%B005-2023+2023-01-27+11%3A47%3A37&utm_medium=Email

Semaines d'information sur la santé mentale

CE GUIDE D'ORGANISATION VOUS PROPOSE :

- > Des conseils pratiques pour organiser une rencontre dans le cadre des Semaines d'information sur la santé mentale (SISM).
- > De découvrir de nombreuses idées de sujets à décliner en lien avec la thématique
- > Une sélection d'outils pouvant servir de supports pour l'animation de votre action. Pour plus de clarté, les différents outils recensés sont classés selon les thématiques : logement, lieu de privation de liberté et santé mentale, mal-logement, précarité, logement et jeunes, aménagement du territoire, cadre de vie, nature et santé mentale, crise climatique et santé mentale, etc.
- > Selon chaque thématique, vous trouverez un panel d'outils : jeu pédagogique, infographie, vidéo (long-métrage, court-métrage, reportage), ressources documentaires, etc.

©PSYCOM 2023, pour le Collectif national
des Semaines d'information sur la santé mentale (SISM)
Conception graphique État d'Esprit Stratis

Illustration Mathilde Fournier

Contact

Collectif national des SISM : 01 45 65 77 24 sism.contact@gmail.com

Information, inscription et programme : www.semaines-sante-mentale.fr

 [@Sism_Officiel](https://www.facebook.com/Sism_Officiel)  [@Sism_Officiel](https://twitter.com/Sism_Officiel)

 [Semaine d'information sur la santé mentale \(SISM\)](https://www.linkedin.com/company/semaines-sante-mentale)

