

Cet atelier d'intelligence collective conçu par **Nightline France** avec le soutien du **Psycom**, permet d'ouvrir la discussion sur la santé mentale et de proposer des solutions accessibles à toutes et tous.

Le sujet de la santé mentale mérite autant d'intérêt que celui sur la santé physique. Ce sujet est de plus en plus présent au sein des organisations et des entreprises.

Nous avons toutes et tous une santé mentale et nous pouvons agir pour la préserver et en prendre soin.

## Qu'est ce que c'est une fresque ?

**C'est un atelier d'intelligence collective dont les objectifs sont :**

- Sensibiliser au sujet de la santé mentale via des espaces de discussion
- Informer sur les ressources à disposition de chacun, pour soi et pour les autres
- Proposer des pistes d'actions pour s'engager en faveur de la santé mentale à une échelle collective.

## Modalités

**Durée :** de 3 heures ou une demi-journée – incluant une pause.

**Participants :** de 8 à 10 personnes maximum par session

**Espace :** un espace convivial et permettant des déplacements, une mobilité aisée.

## Contenu

Via différente technique d'animation et une trentaine de cartes illustrées, vous allez échanger sur ces questions :

- ✓ Qu'est-ce que la santé mentale ?
- ✓ Qu'est-ce qui l'influence ?
- ✓ Quelles sont les stratégies pour prendre soin de sa santé mentale
- **des pistes d'engagement collectif** sont proposées aux participants

## Questionnaire d'évaluation

**Evaluation de l'atelier**, via un formulaire géré par Nightline France

- Au début de l'atelier
- En fin d'atelier

**Délivrable à l'issue de la formation :**

- ✓ Attestation de réalisation

## Coût pédagogique

**Le prix de l'action de formation** est fixé à 100,00€ HT/ participant individuel.

TOTAL GENERAL : 100,00 € T.T.C / participants

**Intra-entreprise sur devis** – de 1000,00€ TTC hors location de salle et autres prestations.

**Exonéré de TVA** selon les modalités de la microentreprise et des seuils applicables. Ce sera sans incidence sur le tarif annoncé

**Pour chaque session**, je reverserai 150,00€ à Nightline France au titre de la licence d'utilisation. Cet engagement est important pour moi, car il permet de soutenir les projets de Nightline France auprès des étudiant-e-s,

**Public :** avoir un intérêt pour ce sujet

**Prérequis :** aucun

**Délais d'accès :** pour s'inscrire, hors situation exceptionnelle, il est de 10 jours.

**Contact et intervenant:** Pascal DELMAS

- Assistant technique et pédagogique
- référent accessibilité (handicap)