

# ATELIER DE SENSIBILISATION



Ce programme est conforme au référentiel de Nightline France  
(Association d'intérêt général, experte en santé mentale)

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

Sur le modèle de la Fresque du Climat, **la Fresque de la Santé Mentale®** a été développée par l'association Nightline et ses psychologues et avec le soutien de Psycom, un organisme public d'information et d'orientation sur la santé mentale.

La Fresque de la Santé Mentale® est un **atelier d'intelligence collective** pour tou·te·s :

Un moyen d'**ouvrir un espace de réflexion** bienveillant et encadré, au sein de votre organisation

Un **outil dynamique pour agir** collectivement sur le sujet de la santé mentale

**de 3 heures**

avec **6 à 10 participant·e·s**

animé par un·e **animateur·rice formé·e par l'association Nightline**

## LES OBJECTIFS SONT

- **Sensibiliser** au sujet de la santé mentale via des espaces de discussion
- **Inform**er sur les ressources à disposition de chacun·e pour soi et pour les autres
- **Proposer des pistes d'action** pour s'engager en faveur de la santé mentale à une échelle collective.

## CONTENU DE L'ATELIER

Via différentes techniques d'animation et une trentaine de cartes illustrées, l'atelier permet d'aborder les questions suivantes :

- **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 participant·e·s.



**Prix facturé pour l'atelier : 1 000,00 € TTC**

*Exonération de TVA Article 261.4.4a du CGI*



**150,00 € sont reversés à l'association Nightline France pour permettre de continuer à proposer gratuitement des ateliers aux jeunes et étudiants.**

Chaque participant ayant suivi l'atelier reçoit :  
Une attestation de réalisation

Évaluation : Un questionnaire au début et à la fin de l'atelier géré par Nightline France



**RÉSERVEZ UN ATELIER**

**06 17 79 69 07 [barbara@happyboulot.com](mailto:barbara@happyboulot.com)**

**[www.happyboulot.com](http://www.happyboulot.com)**

Numéro de déclaration d'activité 76 31 08175 31

Doc version 10/04/2025