

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
- **Informer** 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
www.happyboulot.com

Numéro de déclaration d'activité 76 31 08175 31

Doc version 01/2026