

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

www.happyboulot.com

Numéro de déclaration d'activité 76 31 08175 31

Doc version 01/2026