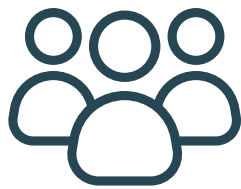


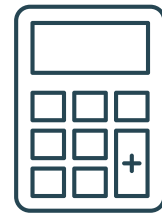
**Ensemble, agissons pour la sante mentale,
clé de l'engagement des salaries**



Atelier de 3 heures



8 à 10
participant.e.s



A partir de 1 000 €
Animation interne
possible

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



Qu'est ce c'est ?

La Fresque de la Santé Mentale® est
un atelier d'intelligence collective
pour tou.te.s !

Les objectifs sont de :

- **sensibiliser** au sujet de la santé mentale via des espaces de discussions
- **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 echelle collective

*Développé par l'association
d'intérêt général*



Partenaire conception



www.fcpro.fr



mathildemoinard@fcpro.fr

Contenu

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

Origine de la démarche

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.



👉 **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**

Développé par l'association
d'intérêt général



Partenaire conception



www.fcpro.fr



mathildemoinard@fcpro.fr