



Semaines d'information  
sur  
la santé mentale

4 - 17 OCTOBRE 2021

POUR MA SANTÉ MENTALE

RESPECTONS MES DROITS

RESPECTONS MES DROITS

RESPECTONS MES DROITS

RESPECTONS MES DROITS

RESPECTONS MES DROITS

RESPECTONS MES DROITS

Sous le haut patronage du Ministre  
des Solidarités et de la Santé, D. VERAN

[www.semaines-sante-mentale.fr](http://www.semaines-sante-mentale.fr)



@Sism\_Officiel



## Conseils méthodologiques pour l'organisation d'action

## 32<sup>e</sup> édition des SISM

# « POUR MA SANTÉ MENTALE, RESPECTONS MES DROITS ! »

**Du 4 au 17 octobre 2021**

*Les mesures prises pour faire face à l'épidémie de Covid-19 que nous vivons ont un impact sur nos droits, nos libertés et nos relations sociales. Dans ce contexte inhabituel, notre santé mentale est bouleversée.*

Notre état de santé mentale varie tout au long de la vie, en fonction de différents facteurs : biologiques, psychologiques, familiaux et sociaux. La dimension sociale dépend notamment de notre environnement et de la société dans laquelle nous évoluons.

Dans notre société, chaque personne a accès aux mêmes droits universels et les institutions doivent en garantir le respect. La citoyenneté relève donc à la fois d'une responsabilité individuelle et collective. En tant que citoyenne ou citoyen, j'ai le droit à la santé, à la sécurité et au respect de mes libertés individuelles.

L'État met en œuvre les moyens pour me permettre de vivre dignement et pour garantir le respect de mes droits au quotidien. Lorsque ces droits sont bafoués, lorsque je subis des discriminations, ma citoyenneté est niée et ma santé mentale peut être perturbée.

Si je vis avec des troubles psychiques, le non-respect de mes droits comme la liberté d'aller et venir, la dignité, l'accès aux soins, au logement, au travail, etc. peut aggraver mes problèmes de santé mentale.

Les personnes concernées par les troubles psychiques sont souvent confrontées à la stigmatisation, ce qui accroît les risques de violation de leurs droits, notamment par des actes de discrimination. Lutter contre les discriminations et garantir le respect des droits, c'est reconnaître et promouvoir la pleine citoyenneté de chaque personne, quel que soit son âge, son état de santé ou son handicap.

## Table des matières

<b>Pourquoi ce guide ?</b> .....	5
<b>Objectifs des SISM</b> .....	5
<b>Quelques éléments de méthodologie de projet</b> .....	5
<i>Qui peut mettre en place une action ?</i> .....	5
<i>Monter une action : les étapes clefs</i> .....	6
<i>Le GPS Anti-stigma : un outil pour vous aider dans vos actions de lutte contre la stigmatisation en santé mentale</i> .....	7
<i>Quelques principes éthiques guidant vos actions<sup>2</sup></i> .....	7
<i>Cadre pédagogique de vos actions</i> .....	7
<b>Éléments importants à retenir</b> .....	8
<b>Organiser un événement en ligne</b> .....	8
<b>Organiser un ciné-débat</b> .....	8
<i>Informations pratiques</i> .....	8
<b>Suggestion de thèmes à débattre</b> .....	10
<b>Organiser un atelier pédagogique</b> .....	10
<i>Informations pratiques</i> .....	10
<b>Boîte à outils et ressources pédagogiques</b> .....	11
<i>Impact de la crise sanitaire sur la santé mentale</i> .....	11
<i>Restriction d'accès à la culture et son impact sur la santé mentale</i> .....	12
<i>Aidant et proches</i> .....	12
<i>Mal-être étudiant et crise sanitaire</i> .....	12
<i>Stéréotypes et discriminations</i> .....	13
<i>Droits et citoyenneté des personnes concernées par un trouble psychique</i> .....	14
<i>Stigmatisation et discriminations des personnes concernées par un trouble psychique</i> .....	15
<i>Favoriser l'égalité des genres pour ne pas vivre de situations discriminantes et préserver la santé mentale des personnes discriminées</i> .....	16
<i>Violences sexuelles : leurs conséquences sur la santé mentale</i> .....	18
<i>Développement des connaissances et du pouvoir d'agir des enfants face aux situations de violences sexuelles pour limiter les risques de maltraitance et favoriser la bonne santé mentale de ceux-ci</i> .....	19
<i>Respect des droits de l'enfant pour son bon développement et son bien-être</i> .....	19
<i>Le harcèlement scolaire et son impact sur la santé mentale</i> .....	20
<i>Le harcèlement de rue et son impact sur la santé mentale</i> .....	21
<i>Les conséquences du racisme sur la santé mentale</i> .....	21
<i>Cultiver la tolérance pour mieux vivre ensemble et prendre soin de la santé mentale de l'autre</i> .....	22
<i>Quand le regard de la société sur le handicap restreint le droit et la pleine citoyenneté des personnes porteur d'un handicap</i> .....	22
<i>Favoriser la pleine citoyenneté et le civisme pour mieux-vivre ensemble et prendre soin de la santé mentale de l'autre</i> .....	24
<i>Respect du droit à la déconnexion dans un contexte de télétravail pour préserver la santé mentale des salariés</i> .....	24

<b>Focus sur les populations migrantes.....</b>	<b>25</b>
<i>Des outils pour aborder la santé mentale .....</i>	<i>25</i>
<i>Favoriser les compétences psycho-sociales et la citoyenneté.....</i>	<i>25</i>
<i>Favoriser le pouvoir d’agir des femmes migrantes face aux différentes situations de violences (discriminations et agressions).....</i>	<i>26</i>
<b>Focus sur les populations défavorisées et précaires.....</b>	<b>26</b>
<i>Renforcement de l’estime de soi des parents pour favoriser la capacité des parents à promouvoir celle de leurs enfants.....</i>	<i>26</i>
<i>Impact de la précarité et des situations administratives complexes sur la santé mentale.....</i>	<i>27</i>

## Pourquoi ce guide ?

Ce guide d'organisation vous propose :

- Des **conseils pratiques** pour organiser une rencontre dans le cadre des Semaines d'information sur la santé mentale (SISM).
- De découvrir de **nombreuses idées de sujets** à décliner en lien avec la thématique
- Une **sélection d'outils** pouvant servir de supports pour l'animation de votre action. Pour plus de clarté, les différents outils recensés sont **classés selon les thématiques**: inégalités de genre, de race, violences contre les enfants, stigmatisation etc. Dans chaque thématique vous trouverez un panel d'outils : jeu pédagogique, mallette pédagogique, exposition, vidéo, livre imagé, ressources documentaires etc.

En espérant que vous puissiez y puiser quelques idées inspirantes, bonne découverte !

## Objectifs des SISM

- **SENSIBILISER** le public aux questions de santé mentale.
- **INFORMER**, à partir du thème annuel, sur les différentes approches de la Santé mentale.
- **RASSEMBLER** par cet effort de communication, acteurs et spectateurs des manifestations, professionnels et usagers de la santé mentale.
- **AIDER** au développement des réseaux de solidarité, de réflexion et de soin en santé mentale.
- **FAIRE CONNAÎTRE** les lieux, les moyens et les personnes pouvant apporter un soutien ou une information de proximité.

Les SISM sont un moment privilégié pour réaliser des actions de promotion de la santé mentale. Ces semaines sont l'occasion de construire des projets en partenariat et de parler de la santé mentale avec l'ensemble de la population.

C'est pourquoi nous invitons les organisateurs à s'inscrire, dans la mesure du possible, en lien avec le thème national et à s'adresser au grand public.

## Quelques éléments de méthodologie de projet

### Qui peut mettre en place une action ?

Professionnels de santé, de l'éducation, du social, associations, usagers, familles, citoyens ou encore élus locaux, etc. sont invités à réaliser des actions à destination du grand public. La santé mentale concerne tous les champs de la vie quotidienne, nous sommes donc toutes et tous légitimes pour organiser un événement à l'occasion des SISM.

L'idéal est de pouvoir mobiliser différents partenaires et la population cible (ou locale) pour multiplier les ressources, les points de vue et ouvrir le débat ! Ainsi, n'hésitez pas à vous tourner vers les conseils locaux de santé mentale (CLSM), lorsque ceux-ci sont présents sur votre territoire, pour mutualiser les pratiques, coordonner les actions et favoriser le travail entre les différents acteurs.

### Qu'est un conseil local de santé mentale (CLSM) ?

Les CLSM<sup>1</sup> sont un lieu de convergence locale des acteurs de Santé Mentale. Ils se définissent comme des dispositifs de concertation et de coordination entre les élus locaux de territoire, le service de Psychiatrie publique, usagers, aidants et tous les acteurs qu'il paraît pertinent d'associer. Cette association de partenaires offre une meilleure connaissance des champs d'intervention et permet ainsi une convergence de problématiques et d'actions communes. Il est piloté par un coordonnateur qui constitue le « noyau dur » du

---

<sup>1</sup> <http://clsm-ccoms.org/les-conseils-locaux-de-sante-mentale/>

CLSM. Leur objectif principal est de définir des politiques et des actions locales qui permettent l'amélioration de la santé mentale de la population.

Centrée sur la promotion et la prévention de la santé mentale, l'action des CLSM s'adresse à toutes les personnes, notamment les groupes à risques, ainsi que les personnes atteintes d'un trouble de santé mentale ou en situation de handicap psychique.

Retrouvez la liste des CLSM ici : <http://clsm-ccoms.org/les-clsm-en-france/>

## Monter une action : les étapes clefs<sup>2</sup>

### Phase de diagnostic partagé

Cette phase permet de constituer l'équipe et d'impliquer les différents partenaires (dont la population bénéficiaire). En effet, l'implication des bénéficiaires tout au long de la démarche est primordiale, et ce dès la phase de diagnostic puisque la participation des individus, du groupe ou de la communauté à l'identification des problèmes favorisera leur engagement dans la recherche de solutions et dans l'adoption de nouveaux comportements.

Cette phase vous permettra ainsi de croiser les savoirs et de recueillir les différents besoins.

A partir de ces besoins, vous pouvez établir :

- Un diagnostic partagé pour avoir un état des lieux
- Des priorités d'action
- Votre plan d'action

Le public cible de votre action peut parfois être reconsidéré, soit élargi soit réduit (enfants, adolescents, population précaire, personnes âgées, personnes concernées, aidants/proches etc.).

Plus d'informations sur le site : <https://www.promosante-idf.fr/agir/methodologie-de-projet-en-promotion-de-la-sante/fiche-1-diagnostic;>

NB : Pour faciliter la conduite de votre projet<sup>3</sup>, pensez à :

- Créer les conditions institutionnelles de réalisation du projet:
  - En mobilisant l'équipe de direction (l'appui de la direction est essentiel pour la réalisation du projet : elle légitime, valide, ajuste, et donne les moyens de réalisation du projet)
  - En inscrivant son action dans le projet et priorités d'actions de votre organisme.
- Constituer un groupe de pilotage, si celui-ci n'existe pas, qui vous permettra d'associer les différents partenaires. Vous pouvez vous rapprocher des CLSM présents sur votre territoire car ceux-ci sont des collectifs interdisciplinaires.
- Choisir une personne référente qui sera chargée de la mise en œuvre du projet dans la structure : reconnue par la direction et les membres du groupe de pilotage, elle est l'interlocutrice privilégiée en interne et en externe. Elle bénéficie d'une disponibilité suffisante et a un intérêt manifeste pour le projet. Parfois, le référent peut constituer, si les ressources humaines sont suffisantes, une équipe chargée de la réalisation du projet, associant 3 à 6 personnes volontaires.

Tous ces conseils doivent être ajustés au regard de l'environnement dans lequel vous évoluez et des différentes contraintes (de temps, financières etc.) et des possibilités que vous avez. Ainsi en fonction du nombre de partenaires, de la taille de votre organisme, de votre réseau, de l'objectif visé, ces différents conseils doivent être remis en perspective et adaptés à votre contexte.

### Phase de programmation

Cette phase permet de fixer les objectifs pédagogiques. Un objectif répond aux questions suivantes :

- Quelle situation veut-on atteindre ?
- Où ?
- En combien de temps ?
- Quelle est la population concernée ?

Pour atteindre, l'équipe projet doit tenir compte des moyens et des ressources disponibles (type d'action, durée, lieu, nombre de personnes mobilisées, contraintes financières etc.).

<sup>2</sup> [http://sbssa.spip.ac-rouen.fr/IMG/pdf/Education\\_pour\\_la\\_sante.pdf](http://sbssa.spip.ac-rouen.fr/IMG/pdf/Education_pour_la_sante.pdf)

<sup>3</sup> [https://irepsbretagne.fr/wp-content/uploads/2020/06/guide\\_finalise\\_web.pdf](https://irepsbretagne.fr/wp-content/uploads/2020/06/guide_finalise_web.pdf)

Il y a 3 niveaux d'objectifs qui permettent de structurer et d'orienter l'action. Plus d'informations sur : <https://www.promosante-idf.fr/agir/methodologie-de-projet-en-promotion-de-la-sante/fiche-2-objectifs>

**NB** : la communication sur votre action peut se faire à toutes les étapes importantes de votre projet : démarrage, constitution des équipes, formation, réalisation du diagnostic, définition des objectifs et réalisation du plan d'action. Il convient de préciser qui va communiquer, quand et comment.

### Phase de mise en œuvre

Cette phase renvoie à l'animation et au déroulement de l'action.

### Phase d'évaluation

Il est utile de concevoir, en amont de l'atelier, une trame évaluative de votre action. Cette évaluation produit des connaissances qui vous permettront de trouver les axes d'amélioration et de communiquer sur votre action dans le but de la valoriser.

Retrouvez les ressources méthodologiques : <https://www.promosante-idf.fr/agir/methodologie-de-projet-en-promotion-de-la-sante/methodologie-de-projet-en-promotion-de-la-sante>

- ➔ Pour faciliter le partage de documents et la mise en commun au sein de votre équipe, vous pouvez utiliser le support « google drive » : <https://www.google.com/intl/fr/drive/>.

## Le GPS Anti-stigma : un outil pour vous aider dans vos actions de lutte contre la stigmatisation en santé mentale

Le "GPS Anti-Stigma", disponible sur le site du [Psycom](#), a été créé pour guider les personnes ou organismes souhaitant agir contre la stigmatisation. Il s'agit d'un véritable guide méthodologique pour les acteurs de terrain qui comprend :

- Une typologie d'actions anti-stigmatisation
- Une possibilité d'auto-évaluer votre action anti-stigmatisation au regard de 6 critères validés soit en amont de votre action, soit après la réalisation de celle-ci,
- La possibilité de vous approprier les recommandations de bonnes pratiques pour agir contre la stigmatisation et de trouver les ressources pour améliorer son action.

## Quelques principes éthiques guidant vos actions<sup>2</sup>

- **Autonomie des personnes** : respecter les choix individuels, même s'il s'agit de comportements potentiellement néfastes pour la santé (il ne s'agit pas de vouloir imposer une norme) et ne pas culpabiliser.
- **Bienfaisance** (être sûr que l'intervention que l'on va mener va « faire du bien ») : utiliser des connaissances scientifiquement validées (ne pas diffuser des messages non validés) et s'assurer de la non-malfaisance.
- **La non-malfaisance** (être sûr que l'intervention que l'on va mener ne va pas nuire) : toujours s'interroger sur les moyens employés, quelles que soient les finalités ; « la fin ne justifie pas les moyens » et s'assurer que l'intervention ne présentera pas de conséquences nuisibles dans d'autres domaines que celui de la santé (ex : désorganisation sociale, familiale, culturelle...).
- **Équité et justice sociale** : S'assurer que les messages diffusés et les comportements préconisés soient accessibles à tous (accessibilité financière, durée, accessibilité physique, etc.).
- **Évaluer** : régulièrement l'action pour pouvoir faire des ajustements

## Cadre pédagogique de vos actions

- Les différentes animations proposées s'inscrivent dans un cadre ludique, pédagogique et convivial.
- La création de situations de participation (espaces de débats) qui favorisent la prise de parole, l'expression le dialogue, sont au cœur des objectifs des SISM. Les interactions et échanges entre pairs et ceux au sein de la population sont recherchés.
- Ces actions favorisent la création d'espaces d'écoute sans jugement et bienveillants mais également des temps d'échange, de partage et de jeux.

- Chaque individu, quel que soit son âge, est considéré comme un interlocuteur crédible et porteur de savoirs.

### Posture de l'adulte éducateur/ accompagnateur :

- Écouter les participants sur les représentations qu'ils se font des liens entre santé mentale et droits.
- Écouter les participants sur les représentations qu'ils ont des sujets en lien avec la thématique choisie: fragilisation de la santé mentale en raison des restrictions de nos droits pendant la Covid, inceste, inégalités de genre et de race, respect du droit à la déconnexion etc.)
- Permettre aux individus d'exprimer leurs craintes, interrogations ou incompréhensions face à certaines situations (les différences, les inégalités, les discriminations, le harcèlement, le mal-être psychique, etc.).

## Éléments importants à retenir

Toute action se construit sur quatre éléments<sup>2</sup>:

- Une population cible
- Un émetteur (l'énonciateur du message : un agent de santé, une institution, un pair...)
- Un espace-temps pour leur rencontre (réunion, causerie, séance de théâtre, journaux télévisés, salle d'attente...)
- Un matériel (audiovisuel, affiche, brochure, médiation...)

## Organiser un événement en ligne

En raison de la crise sanitaire qui touche actuellement le pays (et le reste du monde), il peut être plus prudent d'organiser des événements en utilisant les technologies du numérique, pour limiter les rassemblements.

Dans ce cas, vous pouvez vous tourner vers l'organisation de conférences en ligne. Pour cela, mobilisez les outils de visioconférence tels que Zoom, Teams, Google Meets, etc. Définissez le thème à débattre, identifiez les experts du sujet, programmer un créneau, invitez les participants, etc. La méthodologie de projets reste finalement assez similaire ! Il faudra par contre adapter votre programme aux contraintes du numérique. Envisagez de proposer des temps courts car la concentration virtuelle est plus volatile. Découpez votre programme en 2 ou 3 interventions d'1h30, par exemple ! Après ces mois de confinements, certains de vos partenaires auront développé leur habileté sur les outils de conférence en ligne et pourront sûrement vous conseiller ou vous aider dans cette nouvelle organisation.

Pour sortir des conférences, d'autres formats virtuels sont à inventer ! Il peut s'agir de la diffusion d'une vidéo puis d'un échange par tchat (discussion instantanée) sur des plateformes comme Youtube ou Facebook. Pensez à la mise à disposition d'outils : kit pédagogique, infographie ou affiche de sensibilisation en lien avec la thématique. Une campagne d'affichage peut être menée ou un podcast diffusé. Pourquoi pas organiser une exposition photo virtuelle ou encore un concours vidéo en ligne ! Tous les domaines de la promotion de la santé peuvent être source d'inspiration et nous comptons sur vous pour regorger d'idées innovantes.

Si la situation sanitaire venait à s'améliorer, il serait évidemment bien plus agréable de nouer un lien et de rencontrer le public.

Ces conseils sont aussi valables pour tous les organisateurs qui souhaitent favoriser le numérique pour d'autres raisons (logistique, coût, portée nationale/internationale, etc.).

## Organiser un ciné-débat

### Informations pratiques

- S'informer sur les coûts de location des salles et du matériel de projection. Exceptionnellement, une contribution modique peut être demandée aux participants (<10 euros) afin de couvrir les frais engagés pour l'organisation d'un ciné-débat.



- Se procurer le film sur un support adapté à la diffusion publique et obtenir son droit de diffusion auprès du distributeur (*voir Droit de diffusion ci-dessous*).
- Solliciter des salles de projection d'art et d'essai ou grand public, des médiathèques et autres structures culturelles qui peuvent inscrire la rencontre à leur programmation. Ainsi vous pourrez mutualiser les coûts et le droit de diffusion.
- Choisir le film en fonction du public attendu ou visé et des objectifs définis à l'avance. Privilégier le format court (52'). Le format documentaire permet d'ouvrir plus facilement le débat avec le public.
- Solliciter des intervenants (professionnels de santé, des médias, usagers et proches), pour animer le débat, apporter une expertise et répondre aux questions du public.
- Essayer d'inviter les réalisateurs ou l'équipe du film à venir parler de leur projet, de la démarche qui les a guidés, de leur regard sur le sujet traité. La présence du réalisateur attire souvent le public et nourrit plus facilement les échanges.

### Comment se procurer un film ?

Vous pouvez contacter les salles de cinéma (arts et essais ou conventionnées) pour demander un partenariat dans le cadre des SISM. Vous pouvez aussi contacter les médiathèques de votre ville qui ont l'habitude de ce type d'événements et qui sont le vecteur d'un public plus large, notamment scolaire.

Vous pouvez contacter les distributeurs, les sociétés de production ou les ayants-droits afin de louer une copie du film sur support numérique pour diffusion publique non commerciale.

Enfin, vous pouvez emprunter des films auprès de : [bibliothèques publiques](#), [bibliothèques universitaires](#), Comités départementaux d'éducation pour la santé (CODES), Instances régionales d'éducation et de promotion de la santé ([IREPS](#)) et certaines structures associatives locales. Dans ce cas, il faudra vous assurer que vous avez l'autorisation de diffuser la vidéo en public.

### Droit de diffusion

Les représentations publiques, gratuites ou payantes, d'œuvres audiovisuelles ou cinématographiques, même s'il ne devait s'agir que d'extraits, doivent impérativement être autorisées par les détenteurs des droits correspondants, à savoir le plus souvent les producteurs ou les distributeurs habilités.

La solution la plus simple est de s'associer à un partenaire qui possède les droits de diffusion (ex : structure culturelle, cinéma, médiathèque etc...)

Dans le cas contraire, vous devez demander l'autorisation. Pour plus d'informations, vous êtes invités à consulter [la page du CNC dédiée](#).

### Où trouver des vidéos, films et courts-métrages ?

- [Vidéotheque de la plateforme Solidarités Usagers Psy](#) qui répertorie environ 200 films
- [Psymages](#) a pour objet de promouvoir la réflexion sur l'audiovisuel en santé mentale et l'accès à l'information et à la documentation audiovisuelle dans le secteur de la santé mentale.
- [Le festival ImagéSanté](#) a comme objectif principal la promotion et la sensibilisation à la santé, concrétisé sous la forme d'un Festival du Film Documentaire, d'ateliers et de conférences. Il propose également une vidéotheque en ligne.
- [Le Centre national de l'audiovisuel en santé mentale \(CNASM\)](#) met à disposition des professionnels et du grand public des outils audiovisuels d'informations, de sensibilisation, de recherche et de formation destinés aux partenaires de la santé mentale. Contactez les directement pour toute question sur leur catalogue : [cnasm@orange.fr](mailto:cnasm@orange.fr) / 03 87 23 14 79

Des bases de données dites "grands publics" peuvent aussi être consultées (AlloCiné, IMDb, etc.) Pour les utiliser, définissez en amont les mots-clés : « santé mentale », « psychologie », « droits », « citoyens », « psychiatrie », « troubles psychiques », etc. Et gardez en tête que si le contenu n'est pas accessible gratuitement, il faudra obtenir l'accord de diffusion publique (voir "Droit de diffusion" ci-dessus).

## Suggestion de thèmes à débattre

- Comment le non-respect des droits affecte-t-il la santé mentale des individus ? Avec quelles conséquences, à chaque âge de la vie ? Qu'en est-il des discriminations ?

### Information et promotion des droits

- Comment promouvoir et garantir les droits tout au long de la vie, y compris lors de crises sanitaires ? Comment et pourquoi l'information sur les droits peut avoir des effets bénéfiques pour tous ?
- Dans quelles situations retrouve-t-on des problématiques de stigmatisation et quelles en sont les conséquences au niveau de la santé mentale ?
- Comment accompagner les personnes victimes du non-respect de leurs droits et des discriminations ? Quels sont les recours et les ressources disponibles ? Quels organismes solliciter ? Quelles réponses attendre ?
- A qui s'adresser lorsqu'on a des questions concernant les droits, les discriminations, les lois et leur application ?
- Quelles actions pédagogiques peuvent être mises en place pour faciliter l'accès aux droits ? Quels exemples d'interventions prometteuses en prévention des discriminations ?
- Quel est le rôle des institutions et des élu.e.s dans ces actions ? Comment les sensibiliser et les impliquer davantage ?
- Comment renforcer le pouvoir d'agir des enfants et des jeunes dans la défense de leur droit et leurs diverses revendications ?

### Entourage

- Comment l'entourage peut-il accompagner un proche usager dans le respect de ses droits ?
- Comment respecter les droits des aidants (notamment les jeunes) pour mieux prendre soin de leur santé mentale ?
- Comment faire respecter le droit à la parentalité des usagers des services de santé mentale ? Comment garantir le respect des droits de leurs enfants ?

### Covid-19

- Pourquoi est-il difficile de considérer la santé mentale comme un droit, en particulier en période épidémique ?
- Comment le nouveau mode de vie imposé par la pandémie Covid-19 affecte-t-il notre santé mentale ? En quoi la modification de nos différents environnements et les diverses restrictions, sociales, culturelles, professionnelles, de mobilité, ont-elles impacté notre santé mentale ?

### Violences (d'origine sexuelles, racistes etc.)

- Comment aider les enfants à s'affirmer et à s'appropriier leur corps pour les aider à se prémunir face aux diverses violences auxquelles ils peuvent être confrontés (harcèlement scolaire, inégalités de genre, violences sexuelles etc. ?
- Quel est le coût mental du racisme dit « ordinaire » ?
- Violences sexuelles : quelles conséquences sur la santé mentale des personnes agressées ?

## Organiser un atelier pédagogique

### Informations pratiques

- Organiser les ateliers dans des lieux calmes, conviviaux qui permettent de faciliter la parole des auditeurs et de respecter la confidentialité des échanges.
- Solliciter des personnes habituées à animer des ateliers avec le public cible (ex : animateurs, éducateurs).
- Solliciter les structures culturelles (bibliothèque, médiathèque, etc.) ou qui accueillent du public pour inscrire la rencontre à leur programmation. Pensez à choisir des lieux faciles d'accès.
- N'oubliez pas de consulter et de tester l'outil en amont de l'atelier.
- Préparer les questions et réponses auxquelles pourront être confrontés les animateurs des ateliers.

- Privilégier les petits groupes d'auditeurs (10 personnes maximum) pour favoriser une bonne dynamique de groupe et les échanges. Si toutefois le groupe est plus important, la mise en place de sous-groupes peut aider.
- Programmer la durée totale de l'atelier (animation + débat) et informer les participants à l'avance.

D'autres types d'outils existent tels que : jeux de rôle, photo-langage, représentation théâtrale, affiches, porteur de paroles, etc.

Pour retrouver tous les outils pédagogiques en éducation pour la santé :

- Base des outils pédagogiques en éducation et promotion de la santé (Bip Bop) : <https://www.bib-bop.org/>
- Pédagogie interactive en promotion santé (Pipsa) : <https://www.pipsa.be>

## Boîte à outils et ressources pédagogiques

Vous trouverez dans cette rubrique des idées de thèmes et des propositions d'outils pédagogiques en lien (jeux, livres, films, ect.). Pour certains thèmes, vous trouverez également quelques articles qui vous aideront à nourrir votre réflexion.

Bonne découverte !

### Impact de la crise sanitaire sur la santé mentale

#### Outils pédagogiques

**Tout public** : « Et si on en parlait d'abord ? » produit par CLPS-Bw.

Il s'agit d'un support d'expression pour se poser et échanger en équipe, suite à cette période de Coronavirus, confinement et déconfinement. Les échanges peuvent permettre de mettre à plat ce qui a été vécu, afin de mettre des mots et discuter autour de cette période, et éventuellement de voir quelles pistes et opportunités peuvent s'ouvrir pour la suite. Le CLPS-Bw peut vous aider à réfléchir et adapter cette animation à votre contexte ; n'hésitez pas à les contacter. Vous pouvez également leur faire part de la manière dont vous l'avez animé...

**Disponibilité** : <https://www.clps-bw.be/publications/productions/si-on-en-parlait-dabord>

**Enfant** : « J'ai des soucis dans la tête », produit par l'association sparadrap.

Ce livret présente, grâce à de nombreuses illustrations, les soucis qui peuvent intervenir dans la vie d'un enfant au quotidien (liés à des événements extérieurs, des comportements, des émotions ou des pensées) mais aussi les soucis qui prennent trop de place et qui peuvent se traduire par des comportements problématiques du fait de leur intensité ou de leur répétition. Il invite enfants et parents à trouver de l'aide auprès de professionnels si les soucis sont trop envahissants et explique simplement le métier du "psy" (psychologue ou psychiatre) et le déroulement de la première consultation. Le livret tente de répondre aux principales interrogations des enfants et deux pages sont rédigées spécifiquement à l'intention des parents pour les guider et les aider.

**Disponibilité** : Chez l'éditeur, Association SPARADRAP, 48 Rue de la Plaine, 75020 - Paris 20 France-  
Tel : 01 43 48 11 80- Mail: [contact@sparadrap.org](mailto:contact@sparadrap.org)

**URL**: <https://www.sparadrap.org/>

#### Article

**URL**: <https://theconversation.com/comment-le-nouveau-mode-de-vie-impose-par-la-pandemie-affecte-notre-sante-mentale-153587>

## Restriction d'accès à la culture et son impact sur la santé mentale

### Podcast

**Adultes** : « L'art et la culture pour mieux grandir » produit par ARTE.

Réflexions sur la place de l'art dans l'éducation individuelle et collective, sur le rôle de la culture dans les « moments difficiles ». Les intervenants s'interrogent entre autres en quoi la culture et l'art peuvent-elles être une réponse à l'isolement ?

**URL**: <https://www.franceculture.fr/emissions/etre-et-savoir/etre-et-savoir-du-lundi-15-fevrier-2021>

### Article

**URL**: <https://www.ouest-france.fr/sante/virus/coronavirus/confinement/tribune-jerome-clement-pas-essentielle-la-culture-277a0cb0-3926-11eb-87ee-dd9686a1a761>

## Aidant et proches

### Témoignage format vidéo

**Adultes** : « Laurent n'a pas pu dire adieu à son père mort après avoir contracté la Covid-19 » propos recueillis et diffusés par NEO.

Cette vidéo peut soulever la question suivante : dans quelle mesure les restrictions de droit de visite dans les différents établissements médico-sociaux pendant la crise sanitaire ont-elles impacté les usagers/résidents ainsi que leurs proches ?

**URL**:

<https://www.neo.tv/video/60410d14f23ac70cfb30ff93/Laurent%20n'a%20pas%20pu%20dire%20adieu%20à%20son%20père%20mort%20après%20avoir%20contracté%20la%20covid%2019>

### Ouvrage

**A partir de 10 ans** : « La préférée », rédigée par Sylvaine Jaoui en 2010 et éditée par Casterman.

À douze ans, Emma vit une situation familiale difficile: la maladie de sa petite sœur Aliénor, une enfant autiste, perturbe gravement le quotidien du foyer. La mère se dévoue corps et âme à la protection d'Aliénor, négligeant tout le reste ; quant au père, démissionnaire, il se réfugie dans le travail. Quelle place reste-t-il donc à Emma et à ses rêves, elle qui ambitionne de devenir un jour une grande pianiste ? Le problème va se dénouer à l'occasion d'une audition publique que doit présenter Emma, et qu'elle aborde en état de profond découragement, ulcérée par la rigidité de sa mère et ce vécu familial ressenti comme un rejet, une blessure. L'adolescente saura puiser dans sa colère et sa frustration les moyens de se dépasser, de se révéler à elle-même et aux autres par la toute puissance de l'art.

**Disponibilité** : <https://www.babelio.com/livres/Jaoui-La-preferee/359461>

## Mal-être étudiant et crise sanitaire

### Court-métrage

**A partir de jeunes adultes (+ de 18 ans)** : « LA COMPRÉHENSION DE L'ARGILE » d'Etienne HUSSON Et Azul Paola MEZA

Consulter la vidéo sur le site de l'association [Arts Convergences](#). *Les vidéos sont libres de droits pour une diffusion non commerciale.*

La 3ème édition du Prix vidéo Arts Convergences a mis en lumière une sélection de 12 très courts métrages sur le thème « Il faut bien vivre avec une maladie psychique ! » dans le but de sensibiliser le public à la réalité vécue par les personnes souffrant de maladies psychiques de l'adulte, pour mieux comprendre ces maladies et promouvoir des œuvres de qualité. Ouvert à tous, le format de ces vidéos est de 4 minutes maximum : court, incisif, cela permet d'aller à l'essentiel et de diffuser des contenus sur support numérique, de manière presque virale.

### Article

**Adolescent, jeunes adultes, adultes**

**URL** : <https://www.ouest-france.fr/sante/virus/coronavirus/confinement/covid-19-confines-cours-en-distancielles-temoignages-d-etudiants-en-detresse-se-multiplient-7113287>

## Dossier de presse

### **Adolescent, jeunes adultes, adultes**

Comment accompagner les étudiants dans leur respect de leur droit en cette période actuelle et dans l'avenir?

**URL:** [https://www.fage.org/ressources/documents/3/6294-DP\\_13-07-20\\_Enquete\\_FAGE-IPSOS\\_Les-.pdf](https://www.fage.org/ressources/documents/3/6294-DP_13-07-20_Enquete_FAGE-IPSOS_Les-.pdf)

## Stéréotypes et discriminations

### Mallette pédagogique

**Adulte, Population défavorisée, Tout public** : Féminismes en couleur, Cultures et santé, 2019

Ce kit pédagogique a pour objectif d'inviter à la réflexion et à la discussion sur les stéréotypes, les discriminations, et plus généralement les inégalités à l'œuvre dans nos sociétés. A partir de l'exemple des combats de femmes dans le monde, les participants sont invités à confronter leurs représentations. Le carnet pédagogique contient des pistes d'animation ainsi qu'un volet théorique. Les cartes-photos fonctionnent comme un photo-expression.

**Disponibilité** : en Provence-Alpes-Côte d'Azur au CoDES des Hautes-Alpes (05), au CoDES du Vaucluse (84), en Bourgogne-Franche-Comté à l'IREPS - Antenne du Doubs (25), Antenne de Côte d'Or (21) et à l'Antenne du Jura (39), en Normandie à l'Ireps - Site de Rouen.

**URL:** [https://www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=8382&titre=feminismes-en-couleur&debut=](https://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8382&titre=feminismes-en-couleur&debut=)

### Jeu pédagogique

**A partir de 8 ans jusqu'à 14 ans** : « Save the city », produit par la ligue de l'enseignement fédération du Val d'Oise.

Save the City est un jeu de coopération pour 2 à 5 joueurs dans lequel ces derniers doivent lutter en équipe contre les discriminations. Le but du jeu est d'aider les victimes de discriminations (population d'origine étrangère, handicapés, femmes ...) dans quatre enjeux de la vie quotidienne : l'accès au logement, l'accès aux loisirs, l'accès à l'emploi, l'accès à l'éducation. Ce jeu a été conçu pour être utilisé à la fois dans un cadre familial, scolaire, et de loisirs, et s'adresse plus précisément à un public âgé de 8 à 14 ans dans le cadre d'animations pédagogiques.

**Disponibilité** : à l'IREPS Bourgogne Franche-Comté - Antenne de Saône-et-Loire (71), Ireps - Site de Roue, CoDES du Gard (30), IREPS Nouvelle-Aquitaine - antenne 24- antenne 47- antenne 33.

**URL:** <https://www.ligue95.com/save-the-city-kit-pedagogique-contre-les-discriminations/>

**Jeunes de 15 à 25 ans** : « Lucide » porté par l'Association régionales des Missions locales, le Rectorat de l'Académie de Rouen, le centre des jeunes dirigeants d'entreprise, le MRPAP etc.

Cet outil d'animation en 4 séances vise à apprendre aux jeunes de 15 à 25 ans à repérer les attitudes et les comportements existants, à comprendre les mécanismes qui entraînent des discriminations et à prendre conscience de leurs impacts sur la santé (au sens de l'OMS = le bien-être physique, mental et social). La méthode d'animation repose sur des jeux et des échanges interactifs basés sur la participation des jeunes.

**Disponibilité:** à télécharger en ligne, <http://www.lucide-contre-toutes-les-discriminations.org/publications/kit.pedago.sante.BD.pdf>

**Tout public** : « faux-to langage, outil pédagogique abordant la thématique des stéréotypes et des discriminations », produit par le Planning familial Infor-Femmes Liège (Liège, Belgique).

Ce kit photo-expression a pour but d'aborder, les problématiques liées aux stéréotypes et aux discriminations dans une perspective globale en prenant en compte les dimensions de genre, sociales, physiques, ethniques, culturelles et religieuses. Conçu prioritairement pour les personnes d'origine étrangère, il peut aussi convenir à un large public. L'objectif est de créer un environnement de respect, d'équité et légitimant les différences, notamment en prenant conscience de ses propres préjugés. Construit autour de 54 photographies couleur et de 54 cartes témoignages, il permet l'expression collective et la confrontation des points de vue pour tendre vers plus de respect. L'ensemble est accompagné d'un guide pédagogique qui propose des pistes de réflexions et de discussions.

**URL:** [https://ireps-ors-paysdelaloire.centredoc.fr/index.php?lvl=notice\\_display&id=27261&seule=1](https://ireps-ors-paysdelaloire.centredoc.fr/index.php?lvl=notice_display&id=27261&seule=1)

**Tout public** : « Les discriminables », produit par Keski.

Ce jeu de cartes approche l'ensemble des critères de discrimination et les questions relatives à la diversité. Les thèmes abordés sont : les critères de discrimination, les stéréotypes, la laïcité, les attitudes adaptées, les conséquences, les questions discriminantes dans le recrutement, le plafond de verre, la lutte contre les discriminations, la charge de la preuve, le défenseur des droits... Les objectifs du jeu sont de s'ouvrir à la diversité, mieux comprendre les mécanismes discriminatoires, être informé sur les critères de discrimination prohibés par la loi et sur les autorités compétentes et référentes en matière de discrimination et de diversité.

**Disponibilité** : prêt à l'Ireps - Site de Rouen et à l'IREPS Nouvelle-Aquitaine - antenne 17

**URL**: [https://www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=7130&titre=les-discriminables-objectif-diversite&debut=](https://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=7130&titre=les-discriminables-objectif-diversite&debut=)

### Exposition

**Tout public** : « Discriminations, n'ayons pas peur des mots » produit par Epiceum, BLANCHARD Pascal SGCIV en 2012

Exposition du Ministère de la Ville permettant à travers une vingtaine de panneaux de comprendre les grandes notions qui fondent la République. Elle aborde également, les notions de discrimination, stéréotypes, racisme et antisémitisme.

**Disponibilité** : IREPS Nouvelle-Aquitaine - antenne 40

**URL**: [https://www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=7017&titre=discriminations-n-ayons-pas-peur-des-mots&debut=](https://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=7017&titre=discriminations-n-ayons-pas-peur-des-mots&debut=)

### Vidéo pédagogique

**Tout public** : « Scénarios contre les discriminations », produits par CRIPS Île-de-France et GEPS- Diffusion Dailymotion.

En 2006, le CRIPS et le GEPS ont lancé un concours de scénarios contre les discriminations. Les 11 scénarios gagnants ont été réalisés et filmés par des professionnels du cinéma. Ils illustrent les diverses formes que revêt la discrimination dans notre société : le racisme, l'homophobie, les handicaps, l'apparence physique, le sexisme, la vieillesse, l'appartenance religieuse. Ces films permettent une réflexion sur ces discriminations et sur les conséquences qu'elles peuvent avoir en termes de santé et de conduites à risques. Ils peuvent servir de support pour amorcer un débat sur ces problématiques.

**URL**: <https://www.dailymotion.com/playlist/x1ojic#video=x9c24c>

## Droits et citoyenneté des personnes concernées par un trouble psychique

### Jeu pédagogique

**Adultes** : « Jeu Kit de droits », produit par Psycom

#### **JEU EN COURS DE REACTUALISATION**

Le kit pédagogique Histoires de Droits a pour objectif de vous aider à dialoguer en groupe ou à deux sur les droits en psychiatrie. Au-delà de l'information sur les droits, les recours, les démarches, les aides juridiques et les accompagnements, cet outil vous propose d'échanger, de partager vos points de vue et de croiser vos regards et vos expériences sur ces questions. Retrouvez toutes les informations nécessaires ( présentation, objectifs mode d'emploi du kit ect.) sur le site du Psycom.

**Disponibilité**: <https://www.psycom.org/wp-content/uploads/2020/05/Bon-de-commande-kit-Psycom-Histoires-de-Droits.pdf>

### Vidéo

**Adultes** : Le programme Quality Rights, le droit des usagers en santé mentale.

**URL**: <https://www.youtube.com/watch?v=mVvQYMhdDmo>

**Adultes** : « Psychiatrie : le droit des personnes », produit par Mediapart et diffusé sur youtube.

Sur le plateau de Mediapart, François Bonnet échange avec Adeline Hazan, contrôleure générale des lieux de privation de liberté et André Bitton, animateur du CRPA (Cercle de réflexion et de proposition d'actions sur la psychiatrie) et blogueur sur le Club de Mediapart.

**URL**: <https://www.youtube.com/watch?v=MUI4g413UJ0>

## Moyen-métrage

**Adultes :** « Promouvoir l'empowerment », un entretien avec Emmanuelle Jouet.

2017 – 35 min – Distribution : CNASM

Emmanuelle JOUET nous fait découvrir la notion d'empowerment. Elle justifie tout d'abord l'utilisation de ce titre en anglais difficilement traduisible en français du fait de plusieurs signifiants : pouvoir, émancipation, dynamique... Depuis les années 1960, elle montre comment l'évolution sociétale vient souligner l'abandon d'une position de soumission du patient. La charte de l'OMS précise que la santé est un droit de chacun de se former et de s'éduquer à sa santé. La place des usagers est dorénavant reconnue en particulier dans leur participation aux décisions et à leur propre soin. Cette évolution signe un nouveau paradigme se situant à trois niveaux : personnel, institutionnel et sociétal. Emmanuelle JOUET nous montre comment l'empowerment prend pleinement sa place dans le champ de la santé mentale par de nombreux exemples des modifications institutionnelles actuellement reconnues.

**URL:** <https://www.youtube.com/watch?v=feHf2ry7TZQ>

**Adultes :** « Être usager en psychiatrie », un entretien avec Claude Finkelstein”

2004 – 30 minutes – Distribution : CNASM

Claude Finkelstein est présidente de la Fédération Nationale des Associations de Patients et ex-patients en Psychiatrie (FNAPSY). Elle est cosignataire de la charte de l'utilisateur en Santé Mentale. Son témoignage émouvant nous rappelle les notions fondamentales de respect et de dignité souvent oubliées dans la prise en charge de patients, son combat contre la stigmatisation doit être entendu par tous, et la description du vécu des patients doit contribuer à améliorer les pratiques de tous les professionnels de la psychiatrie

**URL:** [https://www.youtube.com/watch?v=Ew\\_6mFyax0M](https://www.youtube.com/watch?v=Ew_6mFyax0M)

## Long-métrage

**Adultes :** Film-documentaire : « 12 jours » de Raymond Depardon

2017- 1h26-

Autrefois, la décision d'hospitaliser une personne contre son gré reposait sur le seul psychiatre. En 2013, la loi les a obligés à soumettre au juge des libertés leurs décisions. Raymond Depardon filme pour la première fois la mise en application de cette loi qui rend publique une parole autrefois réservée aux psychiatres. Une parole qui témoigne de l'histoire intime mais aussi, à sa façon, de l'histoire politique, sociale et morale de la France.

**Adultes :** Film documentaire : « Solo ». Réalisé par Artemio Benki. Durée : 1h25

**Sortira le 30 juin 2021**

Martín, pianiste virtuose et compositeur argentin, est depuis quatre ans patient de l'hôpital psychiatrique El Borda. Absorbé par la création de sa prochaine œuvre "Enfermaria", il tente en même temps de faire face à sa maladie et de retrouver, peut-être, une vie hors de l'hôpital.

## Stigmatisation et discriminations des personnes concernées par un trouble psychique

Vous pourrez aussi trouver d'autres inspirations pour cette thématique, dans les guides d'organisation des SISM 2020 "santé mentale et discrimination". Lien vers les archives des SISM : <https://www.semaines-sante-mentale.fr/sism-2/edition-2020/>

## Jeu pédagogique

**Tout public :** «Les HANDiPSYS », produit par Keski en 2016.

Ce jeu de cartes questions-réponses aborde les troubles psychiques : troubles bipolaires, troubles anxieux, schizophrénie, dépression, addictions, troubles sévères de la personnalité. Il permet de tester ses connaissances, de prendre conscience de leurs impacts au quotidien et en situation professionnelle pour faciliter la relation. Il propose 5 cartes par trouble : "Énigmes" et "Informations clés" pour mieux comprendre le trouble ; "Situations" pour appréhender les phénomènes amplificateurs ; "Attitudes" et "Management" afin de s'appropriier les comportements adaptés au travail que l'on soit collègue ou manager.

**Disponibilité** en CoDES du Var (83), Ireps - Site de Rouen, IREPS Occitanie-Antenne de l'Aude, IREPS Nouvelle-Aquitaine - antenne 17

**URL:** [https://www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=7263&titre=les-handipsys&debut=](https://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=7263&titre=les-handipsys&debut=)

### Court-métrage

**Adultes :** « Stigma » d'Yvonne QUENUM

2021/ durée : 4 minutes 15

Consulter la vidéo sur le site de l'association [Arts Convergences](#). *Les vidéos sont libres de droits pour une diffusion non commerciale.*

La 3ème édition du Prix vidéo Arts Convergences a mis en lumière une sélection de 12 très courts métrages sur le thème « Il faut bien vivre avec une maladie psychique ! » dans le but de sensibiliser le public à la réalité vécue par les personnes souffrant de maladies psychiques de l'adulte, pour mieux comprendre ces maladies et promouvoir des œuvres de qualité. Ouvert à tous, le format de ces vidéos est de 4 minutes maximum : court, incisif, cela permet d'aller à l'essentiel et de diffuser des contenus sur support numérique, de manière presque virale.

**Adultes :** « Prêt pour une nouvelle journée ? » de Kévin GROSSET

2021/ durée : 4 minutes 13

Consulter la vidéo sur le site de l'association [Arts Convergences](#). *Les vidéos sont libres de droits pour une diffusion non commerciale.*

La 3ème édition du Prix vidéo Arts Convergences a mis en lumière une sélection de 12 très courts métrages sur le thème « Il faut bien vivre avec une maladie psychique ! » dans le but de sensibiliser le public à la réalité vécue par les personnes souffrant de maladies psychiques de l'adulte, pour mieux comprendre ces maladies et promouvoir des œuvres de qualité. Ouvert à tous, le format de ces vidéos est de 4 minutes maximum : court, incisif, cela permet d'aller à l'essentiel et de diffuser des contenus sur support numérique, de manière presque virale.

### Long-métrage

**Adultes :** « Le Grand ordinaire » : Un film de Mathieu Kiefer, produit par Synaps Collectif Audiovisuel, avec le soutien de Ciné 2000.

Le réalisateur est disponible pour des projections et débats.

**URL:** <http://www.legrandordinaire.com/>

## Favoriser l'égalité des genres pour ne pas vivre de situations discriminantes et préserver la santé mentale des personnes discriminées

### Jeu pédagogique

**Enfant à partir de 4 ans :** « Mémo de l'égalité », produit par TOPLA, 2019.

Le mémo de l'égalité - métiers - est un jeu de cartes dont l'objectif est de retrouver des pairs homme/femme qui exercent le même métier. Il permet aux enfants d'associer un métier autant à un homme qu'à une femme se familiarisant ainsi avec l'égalité. :

**Disponibilité:** Ireps – Site d'Hérouville Saint Clair, Ireps – Site d'Alençon, Ireps – Site de Cherbourg.

**URL:** [https://www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=8301&titre=memo-de-l-egalite&debut=](https://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8301&titre=memo-de-l-egalite&debut=)

**Enfant entre 6 et 11 ans :** « 1+1=11 », une mallette pédagogique produite par le Planning familial de l'Isère en 2015.

Cet outil a pour objectif d'interroger autour de l'égalité filles/garçons. C'est un support d'échange adapté aux enfants de 6 à 11 ans qui permet de déconstruire et de faire évoluer les idées préconçues, les stéréotypes sur les femmes et les hommes, les représentations du masculin et du féminin. Il invite les enfants à être capable d'exposer son point de vue, d'échanger et d'argumenter, de prendre la parole devant un groupe .

Disponibilité: en Bourgogne-Franche-Comté à l'Antenne de Côte d'Or (21) et en Normandie, au site de Rouen, d'Hérouville Saint Clair, d'Alençon et de Cherbourg.

**URL:** [https://www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=7132&titre=1-1-11-un-outil-d-education-a-l-egalite-pour-les-enfants-de-6-a-11-ans&debut=30](https://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=7132&titre=1-1-11-un-outil-d-education-a-l-egalite-pour-les-enfants-de-6-a-11-ans&debut=30)



**Adolescent** : « Equite-toi ? », produit par Adalea.

Ce jeu socio-éducatif vise à aborder le thème de l'égalité et des violences de façon ludique pour susciter l'échange, le débat et la réflexion. Il permet de sensibiliser à l'égalité des droits entre les femmes et les hommes, à la prévention des violences faites aux femmes et à toute forme de violences et de discrimination (racisme, homophobie...). Cet outil informe sur des points juridiques et réglementaires de la vie courante, sur les aides sociales et des numéros verts d'assistance, sur des points historiques et des statistiques.

**Plaquette de présentation** : <https://www.adalea.fr/IMG/guide-equite-toi-web.pdf>

**Adolescent** : « L'expo photo "Filles, garçons, à égalité ? » produit par Plan International Belgique.

Cette exposition vise à informer et sensibiliser le grand public, en particulier les jeunes, à l'égalité de genre. Elle a été réalisée par Plan International Belgique, en collaboration avec Plan International Bénin, Cambodge et Equateur, Action Média Jeunes (Namur), StampMedia (Anvers) et le photographe François Struzik ».

**Disponibilité** : documents téléchargeables sur le site [www.ecoledroitsenfant.be](http://www.ecoledroitsenfant.be)

**URL**: <https://www.pipsa.be/outils/detail-2139614122/filles-garcons-a-egalite-dossier-pedagogique.html>

**Tout public** : « Bataille féministe » produit par TOPLA en 2019.

Ce jeu de carte est un jeu de bataille féministe innovant pour l'égalité homme/femme où le roi et la reine sont sur un même pied d'égalité

**Disponibilité** : en Normandie : Promotion Santé Normandie / Ireps – Site d'Hérouville Saint Clair

**URL**: <https://www.pipsa.be/outils/detail-2139614122/filles-garcons-a-egalite-dossier-pedagogique.html>

**Tout public** : « La mallette genre » produit par AMO Itinéraire.

La Mallette Genre est une boîte à outils/jeux pour aborder avec les enfants et les jeunes les questions de genre, d'égalité hommes/femmes, d'homophobie et d'hypersexualisation. Les activités proposées n'apportent pas de réponses toutes faites, mais visent à susciter la réflexion sur différentes thématiques (rôles, littérature enfantine, publicité, stéréotypes, discrimination...) en partant directement du vécu des enfants et/ou des jeunes.

**Disponibilité**: IREPS Bourgogne Franche-Comté - Antenne de Côte d'Or (21), Normandie : Ireps - Site de Rouen, Ireps – Site d'Hérouville Saint Clair, Ireps – Site d'Alençon, Ireps – Site de Cherbourg, IREPS Nouvelle-Aquitaine - antenne 23, antenne 24, antenne 40, antenne 19, antenne 16, antenne 17, antenne 86, antenne 79.

**URL**: [https://www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=7633&titre=la-mallette-genre-pour-decouvrir-l-egalite-femmes-hommes-en-s-amusant&debut=](https://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=7633&titre=la-mallette-genre-pour-decouvrir-l-egalite-femmes-hommes-en-s-amusant&debut=)

## Expositions

**Préadolescent, adolescent et adultes** : « Voies de femmes », produit par la Fédération des centres pluralistes de planning familial, 2010.

Série de 12 affiches symbolisant, à travers des slogans marquants, l'évolution de la lutte féministe pour une libre disposition par les femmes de leur corps. Chaque affiche est accompagnée de commentaires qui permettent de les situer dans une perspective historique, sociale et juridique. Un carnet pédagogique propose des compléments d'informations. Cette exposition peut servir de support d'animation sur les thèmes liés à l'émancipation de la femme, aux luttes pour son autonomisation, au droit des femmes de jouir librement de leur corps.

**Disponibilité** : Provence-Alpes-Côte d'Azur au CoDEPS des Bouches-du-Rhône (13)

**URL**: [https://www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=7575&titre=voies-de-femmes&debut=](https://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=7575&titre=voies-de-femmes&debut=)

**Tout public** : « Les relations hommes-femmes, vous en pensez quoi ? », produit par l'IREPS Nouvelle-Aquitaine en 2018

Cette exposition, de la collection Porteur de paroles, permet d'aborder la question des relations entre les hommes et les femmes. Cet outil permet d'aller à la rencontre d'un large public dans des lieux peu enclins à l'échange et à la discussion (rue, marchés, forums...).

**Disponibilité** : IREPS Nouvelle-Aquitaine - antenne 40

**URL**: [https://www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=8330&titre=les-relations-hommes-femmes-vous-en-pensez-quoi&debut=](https://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8330&titre=les-relations-hommes-femmes-vous-en-pensez-quoi&debut=)

## Bande-dessinée

**Adolescent et adulte** : « Egaux sans ego », produit par Canopé.

Cette bande-dessinée a pour but de sensibiliser à la force des clichés et à leur mise en œuvre inconsciente, à une reconnaissance des expressions d'inégalités, afin de mieux les combattre. La volonté est d'aiguiser le regard et d'instaurer un véritable débat autour de ces enjeux de société. Dans une recherche d'identité, il s'agit d'éveiller à une conscience libre. Ensemble, adultes et adolescents trouveront matière à dialoguer et à écrire leur propre histoire, à partir des 5 bandes dessinées proposées, chacune d'entre elles est accompagnée de pistes pédagogiques et de fiches d'activités.

**Disponibilité** : sur le réseau canopée, <https://egaux-sans-ego-epe.reseau-canope.fr>

## Ouvrage

**A partir de 12 ans** : « Filles-garçons, les mêmes droits ? » produits par Hélène Montarde et Sandrine Gayet en 2003.

Aujourd'hui, l'égalité des sexes est proclamée haut et fort, et c'est tant mieux ! Mais est-ce une réalité ? Au sein de votre propre famille, à l'école et dans le monde du travail, le regard qui est porté sur vous ne sera pas le même selon que vous êtes une fille ou un garçon. Dans toute société, la différence des sexes est fondamentale et nécessaire. Reste à savoir où se situe la limite entre respect de la différence et inégalité. Ce livre est là pour vous apporter des éléments de réponse et vous aider à vous débarrasser des idées toutes faites.

**URL**: <https://livre.fnac.com/a1381648/Helene-Montardre-Filles-garcons-les-memes-droits>

## Violences sexuelles : leurs conséquences sur la santé mentale

### Exposition

**Tout public** : « Lutte contre les violences faites aux femmes et aux filles », produit par la Direction départementale de la cohésion sociale (DDCS) de l'Eure.

Cette exposition sur les violences faites aux femmes a été réalisée dans le cadre d'un partenariat mené entre le Département de l'Eure et l'Etat (Délégation aux droits des femmes et à l'égalité). Elle aborde la législation, les agressions sexuelles, les mariages forcés, les tâches domestiques, l'image de la femme dans les médias et les violences par outils de communication virtuelle (portable, internet, messagerie, etc.).

**Disponibilité** au : Provence-Alpes-Côte d'Azur au CoDES des Alpes de Haute-Provence (04), Normandie à l'Ireps - Site de Rouen, Site d'Hérouville Saint Clair, en Occitanie au CREA-ORS Occitanie – Site de Montpellier, - Antenne de l'Aude, en Nouvelle-Aquitaine à l'IREPS Nouvelle-Aquitaine - antenne 17.

**URL**: [https://www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=6782&titre=lutte-contre-les-violences-faites-aux-femmes-et-aux-filles&debut=](https://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=6782&titre=lutte-contre-les-violences-faites-aux-femmes-et-aux-filles&debut=)

### Vidéo

**Pré-adolescents, adolescents, jeunes adultes, adultes** : « Sexe sans consentement », diffusé par Infrarouge, France TV.

Durée : 52 minutes

Pour la première fois, un documentaire, cosigné par Blandine Grosjean et Delphine Dhilly, aborde cette « zone grise » de la sexualité sans consentement. Six femmes revivent cet instant où elles n'ont pas réussi à repousser l'autre, à se faire entendre, avant de subir un rapport sexuel non désiré... Des femmes qui, depuis, ont appris à faire entendre leur voix!

À visages découverts, six femmes osent briser un tabou. Celui d'une relation sexuelle non consentie. Une histoire traumatisante sur laquelle il leur a fallu poser des mots, exprimer un ressenti et surtout rappeler que l'autre n'avait rien d'un violeur, d'un prédateur sexuel. C'était un ami, une connaissance, un flirt, un futur mari, qui, ce jour-là, a choisi d'aller plus loin alors qu'elles ne le souhaitaient pas. Elles parlent de cet autre qui n'a pas su écouter, comprendre, entendre, décrypter. Un autre qui, sans menace ni violence, est parvenu à ses fins. Leurs propos font écho, s'entrechoquent. Chaque histoire est unique et, pourtant, en ressortent une même incompréhension, un même malaise.

**URL**: <https://www.france.tv/france-2/infrarouge/427249-sexe-sans-consentement.html>

## Ouvrage

**Pour adolescents et plus** : « Les Impatientes » de Djaïli Amadou Amal - Prix Goncourt des Lycéens 2020- Les mots de l'auteur : « c'est l'histoire de trois femmes, Ramla, Hindou et Safira. Trois histoires, trois destins plutôt liés. L'ouvrage traite effectivement des questions de violences conjugales, et surtout dans ses aspects psychosomatiques, qui ne sont pas toujours mis en évidence. C'est pourtant dans ces aspects que les violences conjugales sont les plus destructrices pour la femme dans le Sahel, aussi bien dans sa personne que dans sa dimension sociale. Il m'a paru fort utile de mettre le doigt sur l'un des fléaux les plus saillants et dommageables de la condition féminine ».

URL : <https://www.babelio.com/livres/Amadou-Amal-Les-Impatientes/1240023>

## Développement des connaissances et du pouvoir d'agir des enfants face aux situations de violences sexuelles pour limiter les risques de maltraitance et favoriser la bonne santé mentale de ceux-ci

### Bandes dessinées :

**A partir de 7 ans** : « Le petit livre pour dire NON », conçu par DOLTO Catherine et FAURE-POIREE Colline, édité par Gallimard jeunesse en 2019.

Ce petit guide sous forme de 8 situations en bandes dessinées, explique à l'enfant comment reconnaître et réagir contre certaines personnes qui peuvent se présenter à lui avec une attitude bienveillante en apparence et avoir des comportements mal intentionnés à son égard par la suite.

**Disponibilité** au Ireps Normandie – Site d'Hérouville Saint Clair

URL : [https://www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=8511&titre=le-petit-livre-pour-dire-non--aux-abus-sexuels&debut=60](https://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8511&titre=le-petit-livre-pour-dire-non--aux-abus-sexuels&debut=60)

## Ouvrage

**Enfant** : « Respecte mon corps », produit par conçu par DOLTO Catherine et FAURE-POIREE Colline, édité par Gallimard jeunesse en 2019.

Il s'agit d'un ouvrage illustré qui explique à l'enfant qu'il faut faire attention à son corps et que personne n'a le droit de le toucher sans son accord. Si cela arrive, il faut en parler aussitôt à une personne de confiance. En revanche, les câlins des grandes personnes qui l'aiment et le respectent sont toujours les bienvenus.

**Disponibilité**: Ireps - Site de Rouen, Ireps – Site d'Hérouville Saint Clair, Ireps – Site d'Alençon, Ireps – Site de Cherbourg, IREPS Nouvelle-Aquitaine - antenne 47

URL : [https://www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=8539&titre=respecte-mon-corps&debut=45](https://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8539&titre=respecte-mon-corps&debut=45)

## Livret pédagogique

**Enfants de 7 à 13 ans** : Bayard Jeunesse vous propose de télécharger le livret de prévention "Stop aux violences sexuelles faites aux enfants", réalisé à l'occasion de la Journée mondiale des droits de l'enfant. Spécifiquement conçus pour les 7-13 ans, il vous aidera à aborder avec eux ce sujet dont ils entendent actuellement beaucoup parler.

En savoir plus sur : <https://www.bayard-jeunesse.com/infos/actualites/bayard-jeunesse-realise-un-livret-de-prevention-des-violences-sexuelles-faites-aux-enfants/>

**Téléchargement gratuit du livret sur** : [https://www.bayard-jeunesse.com/infos/wp-content/uploads/2018/10/Livret-STOP-aux-Violences\\_Sexuelles.pdf](https://www.bayard-jeunesse.com/infos/wp-content/uploads/2018/10/Livret-STOP-aux-Violences_Sexuelles.pdf)

## Respect des droits de l'enfant pour son bon développement et son bien-être

### Jeu pédagogique

**Enfant à partir de 7 ans** : « Les droits de l'enfant, c'est quoi ? », produit par Les petits citoyens, Valorémis en 2016.

Ce jeu permet d'animer des temps de réflexion et d'échanges autour des droits de l'enfant. L'objectif est de permettre aux enfants de mieux connaître leurs droits, d'apprendre à en parler en confrontant son opinion à celles des autres, d'apprendre à développer des arguments, de savoir exprimer son engagement ».

Disponibilité au CoDES du Var (83), CoDES du Gard (30), à l'IREPS Nouvelle-Aquitaine - antenne 24 - antenne 40- antenne 47- antenne 33.

URL : [https://www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=7929&titre=les-droits-de-l-enfant-c-est-quoi&debut=15](https://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=7929&titre=les-droits-de-l-enfant-c-est-quoi&debut=15)

## Ouvrage

**Enfant** : « Et si on s'parlait ? des droits de l'enfant » produit par JACQUET Catherine, LASNIER Yann, EHO Jérôme, Association les petits citoyens en 2011.

Opus n° 3 de la collection « Et si on s'parlait ? », ce livret permet d'aborder les droits de l'enfant. Dix discussions entre 5 personnages de 7 à 11 ans permettent de lancer le débat entre enfants et adultes. Cet ouvrage se termine par un quizz. Il est accompagné d'un guide d'utilisation présentant des pistes d'animation à destination des professeurs, des animateurs et des parents.

**Disponibilité** au CoDES du Gard (30)

**URL**: [https://www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=6896&titre=et-si-on-s-parlait--des-droits-de-l-enfant&debut=](https://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=6896&titre=et-si-on-s-parlait--des-droits-de-l-enfant&debut=)

## Le harcèlement scolaire et son impact sur la santé mentale

### Jeu

**Adolescent** : « Ki é l'bouro ? », rédigé par CAZAUX Floriane, Collège de Linxe et produit par DDCSPP des Landes, Point Information Jeunesse (PIJ) Côte Landes Nature, Conseil départemental des Landes en 2016.

Ce jeu de plateau permet de mener une action de prévention sur le thème du harcèlement et des violences (verbale, physique ou psychologique) dans le milieu scolaire. Cet outil pédagogique propose une intervention en deux parties sous l'animation d'un adulte référent. La première partie se concrétise par un temps de jeu d'environ 45 mn autour d'un plateau inspiré du « Cluedo ». Le but du jeu est de trouver qui des 8 suspects est l'agresseur de la victime harcelée au collège, quel type d'agression a été commise et quelle est la scène de l'agression. Le plateau représente une salle de classe, l'étude, le CDI, l'infirmerie, le self, le vestiaire, la cour... La seconde partie permet aux joueurs de débattre, se questionner, s'exprimer, d'échanger sans apporter de jugement. L'animateur a à sa disposition un support qui lui permettra d'apporter des réponses aux jeunes joueurs. Ce protocole d'intervention et d'accompagnement s'inspire de documents officiels édités par le Ministère de l'Éducation Nationale : « le protocole de traitement des situations de harcèlement dans les écoles et les établissements publics locaux d'enseignement ».

**Disponibilité** : IREPS Nouvelle-Aquitaine - antenne 40.

**URL**: [https://www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=8499&titre=ki-e-l-bouro&debut=](https://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8499&titre=ki-e-l-bouro&debut=)

### Exposition

**Enfants** : « Stop au harcèlement scolaire ! », produit par Double hélice.

Cette exposition sur le harcèlement dans le milieu scolaire fait prendre conscience des souffrances causées par le harcèlement scolaire et donne des clés pour réagir lorsqu'on en est victime.

**Disponibilité** : CoDES du Var (83)

**URL**: [https://www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=7548&titre=stop-au-harcelement-scolaire&debut=](https://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=7548&titre=stop-au-harcelement-scolaire&debut=)

### Ouvrage illustré

**Enfants** : « Arrêtez de m'embêter », produit par RICHARD Elodie, HESNARD Caroline Nathan en 2017.

L'ouvrage aborde les thématiques de l'enseignement moral et civique suivantes : accepter les différences, les atteintes à la personne d'autrui, lutte contre le harcèlement scolaire.

**Disponibilité** au prêt à l'Ireps - Site de Rouen

**URL**: [https://www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=8388&titre=arretez-de-m-embeter&debut=60](https://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8388&titre=arretez-de-m-embeter&debut=60)

**Enfants (à partir de 7 ans)** : « Le harcèlement », produit par LABOUCARIE Sandra, DE LA PRADA Sandra en 2019.

Ce petit documentaire sur le harcèlement est à destination des enfants. Il répond à de vraies questions d'enfants, recueillies lors d'interventions scolaires, pour les aider à identifier, comprendre et réagir face au harcèlement.

**Disponibilité** au CoDES du Var (83), à l'Ireps - Site de Rouen et l'IREPS Nouvelle-Aquitaine - antenne 47

**URL**: [https://www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=8416&titre=le-harcelement&debut=45](https://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8416&titre=le-harcelement&debut=45)

**A partir de 8 ans** : « Je me défends du harcèlement », produit par Lisa Mandel et Emmanuelle Picquet en 2016.

Le harcèlement peut prendre plusieurs formes et avoir plusieurs visages. Contrairement aux idées reçues, les victimes et les harceleurs ne présentent pas un profil type, et les situations de harcèlement sont avant tout alimentées par la peur et la vulnérabilité.

Ce livre présente 15 situations d'enfants victimes de harcèlement qui trouvent des idées, des solutions, pour réagir et s'en sortir

**Disponibilité** au CoDES du Var (83), à l'Ireps - Site de Rouen, Site d'Hérouville Saint Clair, Site d'Alençon, Site de Cherbourg et en Nouvelle-Aquitaine à l'IREPS Nouvelle-Aquitaine - antenne 23 et 33.

**URL**: [https://www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=7216&titre=je-me-defends-du-harcelement&debut=](https://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=7216&titre=je-me-defends-du-harcelement&debut=)

**A partir de 12 ans** : « Stop au harcèlement », produit par Nora Fraisse, Calmann Levy, 2015

Il s'agit d'un guide. Le harcèlement scolaire, c'est quoi ? Pourquoi c'est grave ? Comment ça commence ? Qui est victime ? Qui est harceleur ? Les témoins sont-ils complices ? Comment détecter un cas de harcèlement ? Comment aider une victime ? Comment contrer le cyber-harcèlement ? Comment éduquer au téléphone portable et réseaux sociaux ? Comment prévenir le harcèlement ? Qui contacter ? Quels sont les recours juridiques ?

**URL**: <https://calmann-levy.fr/livre/stop-au-harcelement-9782702158722>

## Le harcèlement de rue et son impact sur la santé mentale

### Ouvrage

**A partir de 12 ans** : « De si beaux cheveux » de Gwladys Constant – Editeur : Oskar jeunesse, 2016

La confession de Jeanne, jeune lycéenne, qui explique, entre douleur et colère, les raisons de son acte et pourquoi être une jolie jeune fille lui est devenu insupportable.

## Les conséquences du racisme sur la santé mentale

### Vidéo

**Tout public** : « Quel impact le racisme ordinaire a-t-il sur la santé mentale des victimes ? », produit par BRUT et relayé par France Info.

**URL**: [https://www.francetvinfo.fr/societe/racisme/video-quel-impact-le-racisme-ordinaire-a-t-il-sur-la-sante-mentale-des-victimes\\_4184759.html](https://www.francetvinfo.fr/societe/racisme/video-quel-impact-le-racisme-ordinaire-a-t-il-sur-la-sante-mentale-des-victimes_4184759.html)

### Ouvrage

**A partir de 10 ans** : « Savoir faire face au racisme », produit par Emmanuel Vaillant en 2005.

C'est quoi exactement le racisme ? D'où vient-il ? A-t-il toujours existé ? Pourquoi est-il toujours hélas d'actualité ? Comment peut-on s'y opposer ? C'est à toutes ces questions que cet « Essentiel Milan Junior » société se propose de répondre. Contre les idées reçues, contre l'ignorance et la peur qui entretiennent les comportements de haine, cet « Essentiel Milan Junior » va donner aux enfants des arguments clairs et précis pour ne pas être sans réaction face au racisme.

**URL** : <https://livre.fnac.com/a1371780/Emmanuel-Vaillant-Savoir-faire-face-au-racisme>

**A partir de 12 ans** : « Les mots indispensables pour parler de racisme », produit par Alexandre messenger, en 2013.

Un abécédaire en 60 mots sur le racisme, à la confluence de plusieurs genres : encyclopédie thématique, livre remue-méninges, guide de l'antiraciste, outil pédagogique. Le choix des mots (les indispensables, les inattendus, les positifs) permet une réelle prise de conscience de l'ampleur du sujet et sa compréhension en profondeur.

**URL**: <https://www.babelio.com/livres/Messenger-Les-mots-indispensables-pour-parler-du-racisme/537692>

## Podcast

**Tout public** : « le coût mental du racisme », par Kiffe ta race.

Stress, anxiété, dépression... Les propos et actes racistes éprouvés au quotidien ont des conséquences sur la qualité de vie et la santé mentale. En quoi le racisme peut-il être un facteur aggravant des problèmes psychologiques ? Quelles sont les barrières culturelles et de classe qui limitent l'accès aux divans pour les personnes racisé·e·s ? En quoi un stéréotype, même s'il est positif, est toujours violent ? Grace Ly et Rokhaya Diallo reçoivent Racky Ka, psychologue et docteure en psychologie sociale, qui a pour patientèle des femmes noires entre 20 et 50 ans, majoritairement en situation de burn-out lié à du racisme sur leur lieu de travail.

**URL**: <https://www.binge.audio/podcast/kiffetarace/le-cout-mental-du-racisme/>

## Cultiver la tolérance pour mieux vivre ensemble et prendre soin de la santé mentale de l'autre

### Jeu-livre

**A partir de 5 ans** : « Tous différents », produit par les Editions des Braques

Le principe de Tous différents est très simple : dans ces onze saynètes sur le thème de la diversité, il faut retrouver une multitude de détails cocasses qui y ont été dissimulés. Plus facile à dire qu'à faire... il y en a tellement ! Pour ceux qui ont un œil de lynx, quelques variantes sont possibles : les enfants peuvent se chronométrer ou encore essayer de trouver le maximum de choses en moins d'une minute. Et puisqu'on est tous différents, la douzième saynète l'est, elle aussi : il n'y a rien à chercher mais il faut dessiner, et créer soi-même des détails à faire trouver aux autres ! Tous différents est l'occasion de s'occuper seul (dans la voiture, en vacances...) mais aussi de s'amuser avec amis et famille autour d'un sujet : la différence.

**URL**: <https://www.leseditionsdesbraques.com/livres/tous-differents>

### Exposition

**Enfant, Adolescent** : « HandiCap' ou pas Cap' ? », créé par Handicap International en 2012.

Ce support permet de sensibiliser les élèves au problème du handicap dans les pays en développement et sur les enjeux de la solidarité internationale. Les posters proposent des témoignages d'enfants handicapés au Cambodge, au Népal, au Rwanda et illustrent toutes les difficultés qu'ils rencontrent dans leur vie quotidienne. Ces panneaux contiennent "un défi handicap" à réaliser, les élèves sont invités à vivre une situation d'handicap (avoir qu'une seule jambe pour se déplacer, qu'une seule main pour écrire ou ne pas voir) afin de les aider à prendre conscience des obstacles existants.

**URL**: [https://www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=5949&titre=handicap-ou-pas-cap&debut=0](https://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=5949&titre=handicap-ou-pas-cap&debut=0)

### Ouvrage

**A partir de 8 ans** : « La tolérance et l'intolérance », produit par Brigitte Labbé et Pierre-François Dupont-Beurier en 2019.

Le vivre-ensemble est un sujet plus que jamais au cœur des débats qui animent notre société.

**URL**: <https://www.editionsmilan.com/livres-jeunesse/documentaires/6-10-ans/la-tolerance-et-lintolerance>

## Quand le regard de la société sur le handicap restreint le droit et la pleine citoyenneté des personnes porteur d'un handicap

### Vidéo Court-métrage

**Adolescents-adultes** : Virginie Delalande : un combat pour porter la parole des sourds, produit par ARTE. Durée 9 minutes 10.

« Vis à vis de mon handicap, je ne ressens pas particulièrement d'injustice puisqu'au contraire, j'estime que c'est un cadeau de la vie. Un cadeau qui m'a permis de vivre des expériences que je n'aurais jamais vécues si je n'avais pas ce handicap. En revanche, oui je ressens toujours un sentiment d'injustice dans des situations où on est confronté à un problème d'accessibilité. D'une certaine façon, ça met de côté une partie de la population ».

**URL**: <https://www.youtube.com/watch?v=XOOz3b7Ocac>

## Ouvrage

**A partir de 3 ans** : « La petite casserole d'Anatole » produit par Isabelle Carrier en 2009.

Anatole traîne derrière lui une petite casserole, et au lieu de s'intéresser à ses qualités, les gens qui le croisent regardent surtout sa casserole... Sur le handicap et l'acceptation de la différence.

**URL**: <https://www.babelio.com/livres/Carrier-La-petite-casserole-dAnatole/127999>

**A partir de 3 ans** : « Tous différents ! », produit par Todd Parr en 2006.

Dans la vie, on peut être adopté, avoir de grandes oreilles, être de couleurs différentes, avoir un nez pas comme tout le monde, se mettre en colère, arriver le dernier, on peut dire non si on se sent en danger. » Grâce à un texte simple et des illustrations qui captent son attention, Todd Parr livre à l'enfant un message positif et chaleureux sur ce qu'il est, et comment on perçoit les autres. Sans pour autant lui faire la morale.

**URL**: <https://www.babelio.com/livres/Parr-Tous-differents-/327278>

**A partir de 3 ans** : « Le handicap », produit par Stéphanie Leduen 2007.

Le handicap, ou plutôt les différents handicaps sont expliqués aux enfants de façon claire et simple. Au fil du livre, on rencontre des personnes marchant avec des béquilles, se déplaçant en fauteuil roulant, aveugle, sourde muette, trisomique... ainsi que des personnes obligées de suivre des soins chez des docteurs spécialisés (orthophoniste, kinésithérapeute, ergothérapeute).

**URL**: <https://www.editionsmilan.com/livres-jeunesse/documentaires/3-6-ans/le-handicap>

**A partir de 7 ans** : « Vivre ensemble-les différences » produit par Laura Jaffé et Laure Saint-Marc.

La société, c'est les autres, et respecter les autres, leurs différences, leurs besoins, c'est bien vivre en société. Un récit quotidien, un documentaire et un jeu-test permettront à l'enfant de comprendre qu'il a une place et un rôle à jouer dans la société.

**Disponibilité** : en Normandie à l'IREPS - Site de Rouen et en Nouvelle-Aquitaine à l'IREPS Nouvelle-Aquitaine - antenne 19

**URL**: [https://www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=5171&titre=vivre-ensemble-les-differences&debut=](https://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=5171&titre=vivre-ensemble-les-differences&debut=)

**Adultes** : « J'HandiManage », produit par Keski.

Il s'agit d'un jeu de cartes dans le cadre de la santé au travail auprès des professionnels embauchant des personnes en situation de handicap. L'outil a pour objectifs d'améliorer les connaissances sur le handicap, et de préparer à mieux gérer les situations comme le recrutement, l'intégration, ou le maintien dans l'emploi.

**Disponibilité** : Prêt gratuit pendant 15 jours au CODES du gard (30)

**URL**: [https://www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=8399&titre=&debut=](https://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8399&titre=&debut=)

**Tout public** : « Les HANDiPSYS », produit par Keski

Comprendre les impacts des handicaps psychiques dans le contexte professionnel. Faciliter l'intégration des personnes handicapées psychiques dans les équipes. Savoir comment être en relation que l'on soit manager ou collègue.

**Disponibilité** : prêt à l'Ireps - Site de Rouen et à l'IREPS Nouvelle-Aquitaine - antenne 40

**URL**: [https://www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=5171&titre=vivre-ensemble-les-differences&debut=](https://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=5171&titre=vivre-ensemble-les-differences&debut=)

## Article

**Adolescents, jeunes adultes et adultes** :

**URL** : <https://www.la-croix.com/Sciences-et-ethique/Trisomie-21-nous-sommes-citoyens-part-entiere-2021-03-21-1201146766>

## Favoriser la pleine citoyenneté et le civisme pour mieux-vivre ensemble et prendre soin de la santé mentale de l'autre

### Jeu pédagogique

**A partir de 12 ans** : « Cité Ok », produit par Le JOK'coeur en 2013.

Ce jeu de médiation aborde les notions de civisme, de citoyenneté et du mieux vivre ensemble. Il s'adresse aux jeunes à partir de 12 ans. Basé sur un principe de communication non-violente, il met en scène des personnages caricaturaux dans des situations de la vie courante : problèmes de voisinage, nuisances dans les transports, incivilités, discriminations... Les joueurs doivent alors tenter de trouver des compromis par le dialogue et par l'écoute sans en référer à la Loi de façon intempestive. Les objectifs sont de libérer la parole, de développer l'empathie, de s'initier à la communication non-violente, de mieux connaître les lois, de faire émerger des initiatives citoyennes.

**Disponibilité** : en prêt au CoDES des Alpes de Haute-Provence (04) Ireps - Site de Rouen, Ireps – Site d'Evreux, Ireps – Site d'Hérouville Saint Clair.

**URL**: <https://www.lejokcoeur.fr/cite-ok-2/>

## Respect du droit à la déconnexion dans un contexte de télétravail pour préserver la santé mentale des salariés

### Podcast

**Adulte** : « Droit à la déconnexion » en 2017, produit par Louie Media.

Avec les confinements et le télétravail, nos outils de travail sont dans nos salons, dans nos chambres, dans notre intimité. Et mécaniquement, la sur-connexion en dehors des heures de travail empire. Pendant le premier confinement en mai 2020, une enquête de l'Ugict-CGT réalisée avec la Dares a montré que "près de 80 % des télétravailleurs" disaient ne pas disposer d'un droit à la déconnexion. Techniquement, le droit à la déconnexion est apparu dans la loi française pour tous les salariés en 2017 dans la loi Travail, pour "*assurer le respect des temps de repos et de congé ainsi que de la vie personnelle et familiale*". Mais la loi n'est pas contraignante pour les entreprises, et dans les faits elle n'est pas toujours appliquée. Dans ce nouvel épisode de *Travail (en cours)*, Judith Chetrit explore comment le télétravail généralisé révèle les faux-semblants du droit à la déconnexion. Elle a interrogé Arthur Vinson, fondateur de la société Mailoop qui analyse les flux d'emails en entreprise, Audrey Probst, avocate spécialiste du droit du travail, et Francis Jauréguiberry, sociologue spécialiste des usages des technologies.

**Disponibilité** : <https://louiemedia.com/travail-en-cours/43-droit-deconnexion>

### Article

**Jeunes adultes et adultes**: « Droit à la déconnexion »

**URL** : <https://www.service-public.fr/particuliers/actualites/A14652>



## Focus sur les populations migrantes

### Des outils pour aborder la santé mentale

#### Mallette pédagogique

**Tout public:** « 10 pas pour la santé mentale », produit par Femmes-Tische en 2020.

Ce set d'animation suisse aborde le thème de la santé mentale. Il permet à un groupe d'engager la discussion sur cette thématique.

Disponibilité : Normandie à l'[Ireps - Site de Rouen](#), en Occitanie à l'[Ireps- Antenne de l'Aude](#).

**URL:** [https://www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=8723&titre=10-pas-pour-la-sante-mentale&debut=](https://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8723&titre=10-pas-pour-la-sante-mentale&debut=)

**Professionnels accompagnant les enfants :** « Médiation de l'information pour les mineurs non accompagnés » (MIMNA), produit par ESTEVE Isabelle, CORON Guillaume, GAULTIER Sydney à l'Université Grenoble Alpes, 2019.

Cet outil est un support visuel et non-linguistique de médiation de l'information pour les mineurs non accompagnés (MNA) élaboré dans le cadre du projet MIMNA qui vise à outiller les professionnels pour qu'ils soient mieux à même de répondre aux besoins informationnels des MNA, principalement lors de leur accueil d'urgence dans le cadre de la phase règlementaire de mise à l'abri. La conception du livret et son guide d'utilisation sont l'aboutissement d'une recherche-action interdisciplinaire, entrecroisant les besoins informationnels des MNA et les besoins de transmission des professionnels. Sont abordés notamment, les liens familiaux, l'hébergement, le parcours migratoire, la santé, la religion ou encore les problèmes psychologiques.

**Disponibilité :** en Normandie à l'[Ireps - Site de Rouen](#)

**URL:** [https://www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=8775&titre=&debut=](https://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8775&titre=&debut=)

#### Vidéo en 11 langues sur la santé mentale

**Migrant** « Prenez soin de vous, pour vous et votre entourage » produit par Santé Bernoise, Croix-Rouge suisse.

Ces vidéos abordent la thématique de la santé psychique. Elles proposent des suggestions simples au quotidien pour prendre soin de sa santé mentale. Ces vidéos sont déclinées en plusieurs langues (allemand, français, espagnol, portugais, anglais, albanais, arabe, turc, italien, tamoul, tigrinia).

**Disponibilité :** vidéos téléchargeables sur le site <https://www.migesplus.ch/fr/publications/prenez-soin-de-vous-pour-vous-et-votre-entourage> .

### Favoriser les compétences psycho-sociales et la citoyenneté

#### Malette pédagogique

**Migrant :** « Le garçon aux grandes oreilles », produit par BAHI Mohamed, FARGES Vincent, Tralalere, 2014

Cet outil aborde les compétences psychosociales et s'adresse aux structures œuvrant auprès de familles migrantes (enfants à partir de 6 ans, adolescents, parents). L'objectif est de mettre en avant la richesse de la diversité, qu'il s'agisse de diversité linguistique, culturelle mais aussi physique tout en renforçant la maîtrise de la langue française. Il est construit autour d'un élément central, le conte marocain "Le garçon aux grandes oreilles" qui permet de parler de sujets comme le secret, l'acceptation de soi et des autres, l'acceptation de la différence.

**Disponibilité :** en Normandie à l'[Ireps - Site de Rouen](#)

**URL:** [https://www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=6956&titre=coffret-pedagogique-autour-d-un-conte-le-garcon-aux-grandes-oreilles&debut=](https://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=6956&titre=coffret-pedagogique-autour-d-un-conte-le-garcon-aux-grandes-oreilles&debut=)

**Migrant, tout public :** outil produit par Femmes-Tische en 2020.

Cet outil suisse sur le renforcement de l'estime de soi aborde différents thèmes tels que : être en sécurité ; les talents ; les espaces de liberté ; le bien-être corporel ; la créativité ; la participation ; la confiance en soi ; la responsabilité personnelle ; l'efficacité personnelle ; l'estime ; la connaissance et la formation. Il permet d'animer des tables rondes sur l'estime de soi notamment auprès d'un public migrant.

**Disponibilité :** en Provence-Alpes-Côte d'Azur au [CoDES des Alpes de Haute-Provence \(04\)](#), en Normandie à l'[Ireps - Site de Rouen](#), en Occitanie à l'[Ireps-Antenne de l'Aude](#).

**URL:** [https://www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=8722&titre=renforcer-l-estime-de-soi-par-la-participation-set-d-animation&debut=15](https://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8722&titre=renforcer-l-estime-de-soi-par-la-participation-set-d-animation&debut=15)

## Favoriser le pouvoir d’agir des femmes migrantes face aux différentes situations de violences (discriminations et agressions)

### Guide et cahier d’exercice

**Migrant** : « ABC de la sécurité. Guide pratique pour femmes migrantes », produit par Garance, 2014

Ce guide de sécurité belge a été développé par des femmes migrantes pour des femmes migrantes Il explique ce que l’on peut faire dans diverses situations de violence : dans la rue, dans les transports en commun, au travail et à la maison. Pour chacune des situations sont proposés des exercices d’approfondissement, à conduire notamment en atelier d’alphabétisation.

**Disponibilité** en Normandie à l’Ireps - Site de Rouen

**URL:** [https://www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=8461&titre=abc-de-la-securite-guide-pratique-pour-femmes-migrantes&debut=](https://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8461&titre=abc-de-la-securite-guide-pratique-pour-femmes-migrantes&debut=)

## Focus sur les populations défavorisées et précaires

### Jeu pédagogique

**Population défavorisée, adulte** : « Kijoulou, un jeu pour accompagner les personnes vers et dans le logement », produit par Emmaüs Solidarité et le Groupe logement français en 2015.

Ce jeu consolide le travail mené pour favoriser l’accompagnement vers et dans le logement de personnes en attente de logement ou déjà locataires. Destiné aux professionnels du logement et de l’hébergement, cet outil permet aux publics fragiles d’apprendre, tout en s’amusant, à gérer leur logement et leur budget, à faire face aux imprévus, à vivre en harmonie avec leur voisinage... Constitués en équipes, pour favoriser le débat et le partage d’expériences, les participants vivent, durant la partie, un mois de location dans le logement à travers un parcours jalonné de questions et de défis qui restituent les problématiques du quotidien.

**Disponibilité** : en Bourgogne-Franche-Comté à l’IREPS Bourgogne-Franche-Comté - Antenne du Doubs (25), en Normandie à l’Ireps - Site de Rouen, en Occitanie au CoDES du Gard (30)

**URL:** [https://www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=6929&titre=kijoulou-un-jeu-pour-accompagner-les-personnes-vers-et-dans-le-logement&debut=](https://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=6929&titre=kijoulou-un-jeu-pour-accompagner-les-personnes-vers-et-dans-le-logement&debut=)

**Adulte, adolescent, population défavorisée** : « Une place pour tous », de JOK'coeur.

Ce jeu sur les compétences psychosociales invite les joueurs à être en capacité de s’exprimer, de défendre leurs droits sans empiéter sur ceux des autres, mais également d’identifier leurs besoins au préalable et les ressources possibles pour prendre "sa place" et s’épanouir dans la société. Construit sur le principe de la Pyramide de Maslow, ce jeu propose aux joueurs d’explorer les différentes façons de satisfaire les besoins de leur personnage, en fonction de leurs atouts et de leurs aspirations. Ils choisiront ainsi les ressources et les moyens à mettre en œuvre pour combler leurs besoins de façon éphémère, temporaire ou pérenne.

**Disponibilité** en : Provence-Alpes-Côte d’Azur au CoDEPS des Bouches-du-Rhône (13) et au CoDES du Var (83), en Normandie à l’Ireps - Site de Rouen

**URL:** [https://www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=6941&titre=une-place-pour-tous&debut=](https://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=6941&titre=une-place-pour-tous&debut=)

## Renforcement de l’estime de soi des parents pour favoriser la capacité des parents à promouvoir celle de leurs enfants.

### Mallette pédagogique

**Adulte, parent, population défavorisée** : « Le carnet d’estime de soi »

Cet outil a été construit dans le cadre d’ateliers de renforcement de l’estime de soi de parents en situation de précarité mis en place. La finalité de ces ateliers est de favoriser le développement de la capacité des parents à promouvoir l’estime de soi de leurs enfants. Il permet de développer chez les parents un regard plus positif sur eux-mêmes et sur eux en tant que parents et d’encourager les parents à effectuer des liens entre les situations qui favorisent leur estime de soi dans l’atelier et les situations de vie quotidiennes.

**Disponibilité** : en Normandie à l’Ireps - Site de Rouen

## Impact de la précarité et des situations administratives complexes sur la santé mentale

### Vidéo

**Tout public :** « Clinique de la précarité », un entretien avec Jean FURTOS

2017 – 30 min – Distribution : CNASM

Jean FURTOS, créateur de l'Observatoire National des Pratiques en Santé Mentale et Précarité, s'attache à définir de façon précise les notions de précarité, d'exclusion, de pauvreté et de misère. Il décrit ensuite le syndrome d'autoexclusion et la clinique qu'il recouvre. Cette clinique spécifique est polymorphe, sur le plan psychique et somatique, sans oublier les dimensions psychopathologiques. Il précise enfin les conditions affectives et relationnelles nécessaires aux aidants dans une perspective d'accompagnement et de soins. Une petite histoire clinique exemplaire conclue cet entretien.

**Adultes :** « Des espoirs » issu du 33ème Festival Psy de Lorquin, juin 2007 N°33, réalisé par Martine Lombaers et Christophe Dutrançois

26 minutes / 2008 / Belgique / documentaire

Le service Ulysse accompagne depuis 2003 des personnes qui présentent des signes de souffrance psychologique liée à leur vécu d'exil. Fin 2006, des jeunes africains soutenus individuellement par Ulysse se sont regroupés en collectif qu'ils ont appelé « Waiting for hope ». Ils attendent tous depuis des années une réponse quant à leur droit au séjour en Belgique. Ulysse a offert un cadre et un lieu à leur rencontre. De là est né leur projet de réaliser un film pour évoquer leurs parcours.

**Contact :** [info@web-studio.be](mailto:info@web-studio.be) / [psymages@equipe.be](mailto:psymages@equipe.be)

**Adultes :** « Sur le fil du rasoir » issu 34e Festival Psy de Lorquin, juin 2008 N°23, réalisé par Christophe RAMAGE et produit par Fondation Nationale de Gérontologie

37 minutes / 2009 / France / documentaire

DVD sur les modifications des dispositifs de protection des majeurs depuis l'entrée en vigueur le 1er janvier 2009 de la loi 2007-308 du 5 mars 2007 et des différents décrets d'application. Il comporte : un documentaire de 28 minutes, filmé au cœur même des audiences menées par Mme Emilie Pecqueur, juge des tutelles (TGI de Lille), évoque différentes situations de personnes pour qui se pose la question de la protection juridique. On suit les réactions des personnes et de leur famille. Le rôle d'information et de conseil des professionnels des associations familiales est évoqué à partir notamment des témoignages de l'UDAF de Vendée. Fabrice Gzil, chercheur en philosophie de la médecine, délimite les questions d'éthique. Un entretien de 4 minutes avec Me Florence Fresnel, avocate au barreau de Paris, définit précisément le nouveau cadre juridique.

Un entretien de 5 minutes avec Agnès Brousse, chargée de mission à l'UNAF, aborde les aspects sociaux et familiaux des nouvelles dispositions.

**Contact :** [christophe.ramage@laposte.net](mailto:christophe.ramage@laposte.net)

### Plus d'information sur les semaines d'information sur la santé mentale

[semaines-sante-mentale.fr](http://semaines-sante-mentale.fr)

[sism.contact@gmail.com](mailto:sism.contact@gmail.com)

01 45 65 77 24

Pour suivre l'actualité de la thématique et des outils, suivez-nous sur les réseaux sociaux :

