

# Semaines d'information sur la santé mentale

ÉDITION  
2023

À tous les âges de la vie,  
ma santé mentale est un droit.



BOÎTE À OUTILS

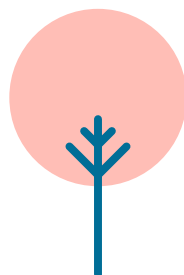
ET RESSOURCES PÉDAGOGIQUES

À DESTINATION DU GRAND PUBLIC

**La sélection de ressources proposée dans ce document a été effectuée par les documentalistes d'Ascodocpsy et d'autres membres du collectif des SISM.**

Ce document est une extraction du guide des SISM : « Conseils méthodologiques pour l'organisation d'actions », rédigé par Anne Nombrot (PSYCOM) , chargée du secrétariat général du collectif national des SISM. »

Seules les ressources des boîtes à outils de ce guide sont proposées ici.  
**Vous pouvez retrouver le guide complet [en ligne sur le site des SISM.](#)**



## Enfance (jusqu'à 10 ans)

### Lever le tabou sur la santé mentale

#### KIT PÉDAGOGIQUE

« Le Jardin du Dedans® »  
2022, PSYCOM

Public: entre 8 et 10 ans

**Résumé:** Ce kit pédagogique, développé en collaboration avec l'autrice jeunesse Sandrine Bonini et en partenariat avec l'UNICEF, a pour objectif de sensibiliser les enfants sur la santé mentale. Cet outil pose les bases de la santé mentale et permet d'ouvrir le débat pour lever le tabou sur ce sujet. Ce kit pédagogique est pensé sous la forme d'un théâtre d'images (Kamishibai, littéralement « théâtre de bois ou théâtre de papier » en japonais) qui est composé de 12 planches et de deux cahiers pédagogiques à destination des animateurs. Le premier livret est à utiliser avant l'animation et propose des repères théoriques sur la santé mentale et des conseils d'animations. Le second cahier sert à construire l'animation pas à pas. Cet outil a reçu le soutien financier de l'ARS Ile-de-France. Cet outil s'adresse aux enfants de 8 à 10 ans et est disponible gratuitement en téléchargement sur le site de PSYCOM.

[www.psycom.org/agir/la-promotion-de-la-sante-mentale/le-jardin-du-dedans/](http://www.psycom.org/agir/la-promotion-de-la-sante-mentale/le-jardin-du-dedans/)

#### JEU

« J'explore mes besoins.  
Cartons psychoéducatifs pour  
démystifier le monde des besoins »  
2021, Marc Chouinard, Midi trente

Public: à partir de 8 ans

**Résumé:** Ces cartons psychoéducatifs, destinés aux enfants à partir de 8 ans, permettent d'explorer la notion de besoin et d'apprendre à les nommer afin de mieux les connaître et les comprendre pour améliorer les réactions émotionnelles et la communication avec les autres.

[www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=9433&titre=j-explore-mes-besoins-cartons-psychoeducatifs-pour-demystifier-le-monde-des-besoins&debut=30](http://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=9433&titre=j-explore-mes-besoins-cartons-psychoeducatifs-pour-demystifier-le-monde-des-besoins&debut=30)



« La roue des valeurs »  
2020, Marie Edery

Public: tout public

**Résumé:** Cette roue à destination de tous, colore instantanément les pensées d'une valeur à approfondir, méditer puis à partager. Elle permet à chacun de prendre conscience d'une qualité à mettre en pratique personnellement ou professionnellement. Elle éveille ainsi la conscience des qualités ignorées ou oubliées.

[www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=8877&titre=la-roue-des-valeurs&debut=30](http://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8877&titre=la-roue-des-valeurs&debut=30)

« Des Récits et des Vies® »  
Caroline Chavelli

Public: de 6 à 18 ans

**Résumé:** Un jeu pour se raconter et être écouté. Des Récits et des vies® est un jeu idéal pour parler, au hasard des cartes, des choses importantes ou légères qui nous tiennent à cœur, des petits et grands bonheurs du quotidien, des souvenirs et des projets, des émotions qui nous façonnent sans oublier l'imaginaire et la poésie. Le rythme de vie de nos journées, de nos semaines, des années qui passent, ne nous laisse guère le temps de raconter, transmettre, questionner, ce qui fait sens pour nous, ce qui nous touche et de rencontrer les autres au-delà des apparences, des a priori, du « Ça a été ta journée? », « Qu'est-ce que vous faites dans la vie? », etc. À travers les récits de vie, les émotions, les valeurs, l'imaginaire, la parentalité (quand on joue avec des parents), autant de sujets qui traversent les âges, les statuts sociaux, économiques, les compétences et les limites des uns et des autres, le jeu Des Récits et des vies® permet d'approfondir nos relations avec nos proches ou de découvrir des personnes qui vivent des situations semblables et qui ont besoin de partager leurs interrogations, pensées, envies, doutes, aspirations, colères, plaisirs, etc.

[ados.desrecitsetdesvies.com/index.php](http://ados.desrecitsetdesvies.com/index.php)

**« Feel good. Les 24 forces de caractères »  
2022, CRIPS Ile-de-France**

*Public: enfant, préadolescent*

**Résumé:** À destination des élèves de primaire et de collège, ce jeu permet d'identifier ses forces, de les développer et d'apprécier celles des autres. Il contient 24 cartes représentant les 24 forces de caractère avec leurs définitions. Les objectifs pédagogiques sont: d'identifier ses 3 forces principales, et des situations dans lesquelles ces aptitudes sont mises en valeur; d'identifier les 3 forces principales d'une personne et des situations dans lesquelles elles sont mises en valeur; d'acquérir des connaissances sur les forces et d'améliorer le climat scolaire.

[www.lecrrips-idf.net/  
outil-pedagogique-feel-good](http://www.lecrrips-idf.net/outil-pedagogique-feel-good)

### OUVRAGE

**« L'inquiétant souci »  
2022, Rachel Rooney, Zehra Hicks**

**Résumé:** Cet ouvrage à destination des enfants intitulé « L'inquiétant souci » présente un enfant heureux qui, par hasard, rencontre un souci. Sous la forme d'une petite bête malicieuse, presque sournoise, ce souci prend de plus en plus de place dans la vie du garçonnet... En parler avec l'enfant est une première étape importante et salutaire.

[www.babelio.com/livres/  
Rooney-Linquietant-souci/1412652](http://www.babelio.com/livres/Rooney-Linquietant-souci/1412652)

**« Les peurs qui te font peur »  
2022, Rachel Rooney, Zehra Hicks**

**Résumé:** Nous avons tous des peurs qui nous font peur. On peut en voir certaines, et d'autres non. C'est un sentiment que nous connaissons tous mais, n'aie pas peur, il existe plein de façons de s'en débarrasser!

[www.nuitsdelecture.fr/  
ressources/conseils-de-lecture/  
les-peurs-qui-te-font-peur](http://www.nuitsdelecture.fr/ressources/conseils-de-lecture/les-peurs-qui-te-font-peur)

### EXPOSITION

*Public: tout public*

**« Je me sens bien quand... »  
2017, Ireps Nouvelle-Aquitaine**

**Résumé:** Cette exposition, de la collection Porteur de paroles, permet d'aborder la question de son bien-être. Cet outil permet d'aller à la rencontre d'un large public dans des lieux peu enclins à l'échange et à la discussion (rues, marchés, forums...).

[www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.  
php?ref=8336&titre=je-me-sens-bien-  
quand&debut](http://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8336&titre=je-me-sens-bien-quand&debut)

*Changer le regard sur  
les personnes concernées*

**« La Psychiatrie »  
Association Familien**

**Résumé:** Préparer les enfants qui vont rendre visite à un proche en service psychiatrique

[www.chroniquesociale.com/  
comprendre-les-personnes/1260-la-  
psychiatrie.html](http://www.chroniquesociale.com/comprendre-les-personnes/1260-la-psychiatrie.html)

### ÉMISSION DE RADIO

**« Selah Sue nous parle de  
l'importance de nommer ses maux »  
2022, Nova Hors-Série**

**Résumé:** À l'occasion de la journée internationale de la santé mentale, entretien avec la chanteuse flamande qui se confie sur un sujet rarement abordé.

[www.nova.fr/news/selah-sue-nous-  
parle-de-limportance-de-nommer-ses-  
maux-202179-12-10-2022/](http://www.nova.fr/news/selah-sue-nous-parle-de-limportance-de-nommer-ses-maux-202179-12-10-2022/)

### PODCAST

**« Le héros du Nova Jour »  
2022, Radio Nova**

**Résumé:** À l'occasion de la Journée mondiale de la santé mentale, Gringe était notre invité ce matin. Le rappeur vient de signer la préface du livre « *Un peu beaucoup, à la folie* », écrit par des écrivains qui ont décidé de briser le tabou de la santé mentale.

[www.nova.fr/news/gringe-penser-  
quune-personne-atteinte-de-  
troubles-mentaux-est-une-  
personne-dangereuse-cest-un-  
cliche-201790-10-10-2022/](http://www.nova.fr/news/gringe-penser-quune-personne-atteinte-de-troubles-mentaux-est-une-personne-dangereuse-cest-un-cliche-201790-10-10-2022/)

## EXTRAIT D'ÉMISSION DE TÉLÉ

« **Chansons et sentiments -  
Avec Louane** », 2023, C à vous la suite

**Résumé :** Diagnostiquée TDAH, Trouble déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité, elle a récemment écrit une lettre à l'enfant qu'elle était à différents âges. « *J'avais pas de potes parce que j'étais insupportable aux yeux des autres, parce que je bougeais, je parlais à voix haute pendant les cours comme si j'étais toute seule, parce que j'étais incapable de me tenir, quand je lisais je perdais le fil alors que j'essayais de toutes mes forces de le faire. C'est chiant, et bizarrement aujourd'hui c'est l'une de mes plus grandes forces.* »

[www.france.tv/france-5/c-a-vous-la-suite/c-a-vous-la-suite-saison-14/4556488-chansons-et-sentiments-louane-c-a-vous-24-01-2023.html](http://www.france.tv/france-5/c-a-vous-la-suite/c-a-vous-la-suite-saison-14/4556488-chansons-et-sentiments-louane-c-a-vous-24-01-2023.html)

## Changer le regard sur le handicap

### OUVRAGE

« **La petite casserole d'Anatole** »  
2009, Isabelle Carrier

Public : à partir de 3 ans

**Résumé :** 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.

[www.babelio.com/livres/Carrier-La-petite-casserole-dAnatole/127999](http://www.babelio.com/livres/Carrier-La-petite-casserole-dAnatole/127999)

« **Tous différents!** »  
2006, produit par Todd Parr

Public : à partir de 3 ans

**Résumé :** « *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.

[www.babelio.com/livres/Parr-Tous-differents-/327278](http://www.babelio.com/livres/Parr-Tous-differents-/327278)

« **Le handicap** »  
2007, produit par Stéphanie Leduen

Public : à partir de 3 ans

**Résumé :** 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).

[www.editionsmilan.com/livres-jeunesse/documentaires/3-6-ans/le-handicap](http://www.editionsmilan.com/livres-jeunesse/documentaires/3-6-ans/le-handicap)

« **Vivre ensemble les différences** »  
produit par Laura Jaffé et Laure Saint-Marc

Public : à partir de 7 ans

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.

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

## Changer le regard sur les publics migratoires

### KIT PÉDAGOGIQUE

**Comprendre les migrations pour un accueil digne des personnes étrangères, Kit de 10 activités pour les 6-12 ans** »  
2023, La Cimade

Public : 6-12 ans

**Résumé :** La Cimade et la Ligue de l'enseignement ont pris le parti de s'unir pour créer ce kit pédagogique, dans une perspective d'éducation populaire, pour s'adresser aux enfants comme à de futur·e·s citoyen·ne·s, dans un climat d'écoute mutuelle propre à faire évoluer les mentalités.

[www.lacimade.org/wp-content/uploads/2022/02/Cimade\\_kit\\_peda.pdf](http://www.lacimade.org/wp-content/uploads/2022/02/Cimade_kit_peda.pdf)



## Favoriser les compétences psychosociales

### PROGRAMME PÉDAGOGIQUE

« Prendre soin de soi »  
2022-2025

Public: de 8 à 11 ans

**Résumé:** Programme expérimental de déploiement des compétences psychosociales (CPS) sur deux territoires en Loire-Atlantique, dans tous les milieux de l'enfant de 8 à 11 ans. « Prendre soin de soi » vise à améliorer les CPS des 8-11 ans et à créer une dynamique collective avec les acteurs de l'enfance, les parents, les bénévoles sur les territoires de La Carène-Saint-Nazaire Agglomération et la Communauté de Communes du Pays de Pont-Château et Saint-Gildas-des-Bois, pour la santé et le bien-être dans tous les milieux de vie de l'enfant.

[irepspd.org/page-1-699-0.html#menu](http://irepspd.org/page-1-699-0.html#menu)

### EXPOSITION

« 8 mots pour nous relier »  
2020, Graines de paix

Public: enfant, préadolescent

**Résumé:** Cette affiche éducative a été conçue pour favoriser le développement des compétences psychosociales et socio-affectives des enfants de 4 à 12 ans. Ses objectifs sont de favoriser la réussite scolaire, de prévenir la violence et d'ancrer la culture de paix à l'école et dans la société. Elle sert de support d'aide à la parole, et d'aide à la mémorisation.

[www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=8979&titre=8-mots-pour-nous-relier&debut](http://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8979&titre=8-mots-pour-nous-relier&debut)

« Affiche Pop ton potentiel.  
Estime de soi et fierté personnelle »  
2012, Midi trente

Public: enfant, préadolescent

**Résumé:** Cette affiche s'adresse aux enfants à partir de 8 ans. Elle vise à favoriser l'estime d'eux-mêmes et leur sentiment de fierté personnelle. Elle propose 27 stratégies pour les aider à adopter des comportements valorisants et faciles à mettre en place dans leur vie quotidienne.

[www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=6197&titre=affiche-pop-ton-potentiel-estime-de-soi-et-fierté-personnelle&debut=15](http://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=6197&titre=affiche-pop-ton-potentiel-estime-de-soi-et-fierté-personnelle&debut=15)

Retrouver d'autres outils sur les compétences psychosociales sur :

[www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_research.php?rech=a&param=||tit=||aut=||edi=||sup=||reg=||cod=||the=5||pub=||per=2015\\_2022||ter=||lieninter=&n-b=599&ref=bop\\_63f74382670c5](http://www.bib-bop.org/base_bop/bop_research.php?rech=a&param=||tit=||aut=||edi=||sup=||reg=||cod=||the=5||pub=||per=2015_2022||ter=||lieninter=&n-b=599&ref=bop_63f74382670c5)

## Lutter contre les violences

### EXPOSITION

« Stop à la violence »  
2020, Graines de paix

Public: enfant, préadolescent

**Résumé:** Cette affiche éducative a été conçue pour favoriser le développement des compétences psychosociales et socio-affectives des enfants de 4 à 12 ans. Ses objectifs sont de favoriser la réussite scolaire, de prévenir la violence et d'ancrer la culture de paix à l'école et dans la société. Elle sert de support d'aide à la parole, et d'aide à la mémorisation.

[www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=8980&titre=stop-a-la-violence&debut](http://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8980&titre=stop-a-la-violence&debut)

## Apprendre sur le sommeil

### MALLETTE PÉDAGOGIQUE

« Apprendre le sommeil à l'école avec Mémé Tonpyj »  
2017, Amandine Rey et Stéphanie Mazza, Claire Agnelli, Agathe Lamarque, Laura Lapalus, Alice Laurent, Mélodie Roux, Lucy Rueda et Olivier Jouvray

**Résumé:** Le programme pédagogique est composé de quatre thèmes répartis en huit leçons. Vous trouverez ci-dessous les documents de la mallette pédagogique à télécharger gratuitement. Dans cette mallette, vous trouverez :

- les bandes dessinées pour les élèves avec les explications sur le thème, les exercices et la trace écrite,
- le contenu des enseignants (un document explicatif, les fiches de préparation, l'agenda du sommeil, un poster pour la classe, la correction des exercices et un exemple d'évaluation),
- les dessins animés d'une durée d'environ une minute chacun afin d'introduire le thème de chaque leçon.

[memetonpyj.fr/#section1](http://memetonpyj.fr/#section1)

## VIDÉO

« **Fred, Explique-moi... Comment le sommeil nous aide à mieux apprendre ?** »  
2022, CSEN

**Résumé :** S'il est implicitement considéré comme un facteur de bien-être et de réussite, le sommeil reste encore souvent considéré comme une perte de temps. On estime d'ailleurs que plus de 30 % des enfants et jusqu'à 70 % des adolescents ne dorment pas suffisamment...

[www.youtube.com/watch?v=UtYb6zfQ7rw](http://www.youtube.com/watch?v=UtYb6zfQ7rw)

## EXPOSITION

« **1-2-3 sommeil. Pour apprendre à bien dormir** »  
2018, Réseau Morphée,  
Ligue contre le cancer Comité de Paris

*Public : enfant*

**Résumé :** Cette exposition est destinée à sensibiliser les enfants du primaire à l'importance du sommeil. Elle est constituée de 9 panneaux qui invitent à découvrir le sommeil, ses bienfaits et comment apprendre à bien dormir. À l'aide d'un graphisme dynamique et coloré, de textes courts et d'illustrations, les panneaux présentent : des petites histoires liées au sommeil (le marchand de sable, dormir sur ses deux oreilles...), à quoi sert le sommeil et son rôle sur l'organisme, les cycles du sommeil, des conseils pour bien dormir, les moyens pour s'endormir facilement, les risques des écrans en soirée pour le sommeil, les rêves et les cauchemars et les signes du corps indiquant qu'il est l'heure d'aller se coucher.

[www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=7528&titre=1-2-3-sommeil-pour-apprendre-a-bien-dormir&debut=15](http://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=7528&titre=1-2-3-sommeil-pour-apprendre-a-bien-dormir&debut=15)

**Droits**  
(santé, justice, participation, etc.)

## KIT PÉDAGOGIQUE

« **Des kits d'activités périscolaires sur les droits de l'enfant** »  
2020, Convention internationale des droits de l'enfant

*Public : 5-8 ans et 8-11 ans*

**Résumé :** À l'occasion des 30 ans de la CIDE, deux kits d'animation ont été spécialement créés avec l'IFAC pour découvrir les droits et mettre en place des activités adaptées

aux enfants de 5-8 ans et 8-11 ans de votre structure. Le premier kit pour les 5-8 ans se compose de 7 cycles, qui contiennent 2 activités ludiques, et une proposition de contribution à la vie du centre. Par ailleurs, chaque cycle est accompagné d'éléments de contexte thématique pour permettre à l'animateur de faire le lien entre les activités et le thème du cycle.

[my.unicef.fr/article/des-kits-dactivites-periscolaires-sur-les-droits-de-lenfant/](http://my.unicef.fr/article/des-kits-dactivites-periscolaires-sur-les-droits-de-lenfant/)

## Cadre de vie

### OUTIL PÉDAGOGIQUE

« **L'environnement et ma santé** »  
2018, Ligue contre le cancer

*Public : 4-6 ans et 7-10 ans*

**Résumé :** Cette édition spéciale des Incolables permet d'aborder, avec les enfants, les effets de l'environnement sur la santé. Ce quiz comporte 30 questions-réponses pour les enfants de 4 à 6 ans et 30 questions-réponses pour les enfants de 7 à 10 ans.

[www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=8174&titre=l-environnement-et-ma-sante&debut=60](http://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8174&titre=l-environnement-et-ma-sante&debut=60)

—  
« **50 activités nature avec les enfants** »  
2015, Terre vivante

**Résumé :** Ce livre présente 50 créations sous forme de fiches, à réaliser en intérieur ou en extérieur selon les saisons. À partir de trésors récoltés dans la nature ou dans les parcs ou jardins de ville, petits et grands apprendront à réaliser décorations d'intérieur et d'extérieur, jeux nature de récup'ou à construire, produits cosmétiques ou de soins, recettes de cuisine et cadeaux à offrir.

[www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=9093&titre=50-activites-nature-avec-les-enfants&debut=45](http://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=9093&titre=50-activites-nature-avec-les-enfants&debut=45)

## PODCAST

**Du beau monde de Radio Nova, 2022**

*Public : tout public*

**Résumé :** Vous prendrez bien un p'tit bain de forêt ? Au Japon, les bains de forêt sont reconnus comme médecine préventive depuis 1982 : chez nous en France, ils se développent tout doucement...

[www.nova.fr/news/vous-prendrez-bien-un-ptit-bain-de-foret-212395-17-01-2023/](http://www.nova.fr/news/vous-prendrez-bien-un-ptit-bain-de-foret-212395-17-01-2023/)



## Jeunes (10 à 18 ans)

Certains des outils recensés peuvent être aussi utilisés auprès du public des jeunes adultes.

### Lever le tabou sur la santé mentale

#### KIT PÉDAGOGIQUE

##### « Le Cosmos mental® » PSYCOM

Public: à partir de 10-11 ans

**Résumé:** Le Cosmos mental® est un outil pédagogique PSYCOM qui s'adresse à toutes les personnes qui veulent mieux comprendre le concept de santé mentale pour elles-mêmes ou pour l'expliquer à d'autres. Il comprend plusieurs éléments mis gratuitement à disposition du public: un clip vidéo, un mode d'emploi pour faciliter sa prise en main et des supports visuels testés par l'ADES du Rhône pour accompagner son utilisation lors d'animations collectives. La métaphore du Cosmos illustre la complexité et la dynamique de la santé mentale, qui évolue tout au long de la vie. Cet outil vise à ouvrir la discussion en abordant la santé mentale dans une approche universaliste, en expliquant la diversité des éléments qui l'influencent et en identifiant les ressources et les obstacles que peuvent rencontrer les individus. L'outil aide aussi à mesurer le thermostat de sa propre santé mentale.

[www.psycom.org/agir/la-promotion-de-la-sante-mentale/kit-cosmos-mental/](http://www.psycom.org/agir/la-promotion-de-la-sante-mentale/kit-cosmos-mental/)

### Grandir et se construire

#### PROGRAMME PÉDAGOGIQUE

##### « #MOICMOI » École Jura & Valais avec le soutien de Promotion Santé Suisse

**Résumé:** #MOICMOI est une approche globale de promotion de la Santé psychique des adolescent·e·s basée sur les compétences psychosociales. Elle vise à soutenir le développement de leur identité en favo-

risant une image de soi et estime de soi positive et une saine estime de soi avec un focus sur l'image corporelle.

[moicmoi.ch/](http://moicmoi.ch/)

##### « La Tête Haute » Institut Bergeret

Public: 12 à 18 ans

**Résumé:** Le programme « La Tête Haute » vise à lutter contre la stigmatisation en santé mentale et plus spécifiquement de: prévenir la formation de représentations négatives sur les troubles psychiques et les personnes qui en souffrent; permettre au public cible de développer un regard positif sur la santé mentale et apporter une meilleure compréhension de la santé mentale et de ses déterminants, dans une vision globale et positive; permettre au public de mieux identifier les ressources en santé mentale; favoriser le recours précoce aux dispositifs de soutien/d'aide et aux dispositifs de soins.

[www.institutbergeret.fr/la-tete-haute/](http://www.institutbergeret.fr/la-tete-haute/)

#### OUTIL PÉDAGOGIQUE

##### « Cartes des forces » 2022, CRIPS Ile-de-France

Public: adolescent

**Résumé:** À destination des élèves de collège et de lycée, ce jeu permet d'identifier ses forces, de les développer et d'apprécier celles des autres. Il contient 24 cartes représentant les 24 forces de caractère avec leurs définitions. Les objectifs pédagogiques sont: d'identifier ses 3 forces principales, et des situations dans lesquelles ces aptitudes sont mises en valeur; d'identifier les 3 forces principales d'une personne et des situations dans lesquelles elles sont mises en valeur; d'acquérir des connaissances sur les forces et d'améliorer le climat scolaire.

[www.lecrips-idf.net/outil-pedago](http://www.lecrips-idf.net/outil-pedago)

#### FILM LONG-MÉTRAGE

##### « Qui à part nous » 2022, Jonás Trueba

**Résumé:** Pendant cinq ans, le réalisateur Jonás Trueba suit un groupe d'adolescents madrilènes et les transformations qui rythment leur passage à l'âge adulte.

Portrait générationnel multiforme, « Qui à part nous » est une question collective adressée à nous tous : qui sommes-nous, qui voulons-nous être ?

[www.allocine.fr/film/fichefilm\\_gen\\_cfilm=295687.html](http://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=295687.html)

---

« **La Tête haute** »  
2015, **Emmanuelle Bercot**

**Résumé :** Le parcours éducatif de Malony, de six à dix-huit ans, qu'une juge des enfants et un éducateur tentent inlassablement de sauver.

[www.allocine.fr/rechercher/?q=La+tête+haute](http://www.allocine.fr/rechercher/?q=La+tête+haute)

---

« **Tomboy** »  
**Céline Sciamma**

**Résumé :** Laure a 10 ans. Laure est un garçon manqué. Arrivée dans un nouveau quartier, elle fait croire à Lisa et sa bande qu'elle est un garçon. Action ou vérité ? Action. L'été devient un grand terrain de jeu et Laure devient Michael, un garçon comme les autres... suffisamment différent pour attirer l'attention de Lisa qui en tombe amoureuse. Laure profite de sa nouvelle identité comme si la fin de l'été n'allait jamais révéler son troublant secret.

[www.allocine.fr/film/fichefilm\\_gen\\_cfilm=188840.html](http://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=188840.html)



**Écouter la parole des personnes concernées**

**DOCUMENTAIRE**

« **Sur l'Adamant** »  
2023, **Nicolas Philibert**

Public : à partir de 15 ans

**Résumé :** L'Adamant est un Centre de jour unique en son genre : c'est un bâtiment flottant. Édifié sur la Seine, en plein cœur de Paris, il accueille des adultes souffrant de troubles psychiques, leur offrant un cadre de soins qui les structure dans le

temps et l'espace, les aide à renouer avec le monde, à retrouver un peu d'élan. L'équipe qui l'anime est de celles qui tentent de résister autant qu'elles peuvent au délabrement et à la déshumanisation de la psychiatrie. Ce film nous invite à monter à son bord pour aller à la rencontre des patients et soignants qui en inventent jour après jour le quotidien.

[www.allocine.fr/film/fichefilm\\_gen\\_cfilm=289240.html](http://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=289240.html)

**SÉRIE-TÉMOIGNAGES**

« **Dans ma tête** », de **France TV slash**

**Résumé :** Dans ma tête est une série documentaire signée Les Haut-Parleurs qui donne la parole à des jeunes adultes souffrant de différents troubles psychiques.

[www.france.tv/slash/dans-ma-tete/](http://www.france.tv/slash/dans-ma-tete/)

---

**Les productions d'Arts Convergences, dont les vidéos primées en 2022**

[artsconvergences.com/videos-selection-2022/](http://artsconvergences.com/videos-selection-2022/)

**REPORTAGE**

« **Virginie Delalande: un combat pour porter la parole des sourds** »  
2019, **ARTE**

**Résumé :** « *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.* »

[www.youtube.com/watch?v=X00z3b70cac](http://www.youtube.com/watch?v=X00z3b70cac)

---

« **La vérité d'une sourde** »

[www.dailymotion.com/video/x7u50y9](http://www.dailymotion.com/video/x7u50y9)

**VIDÉO**

« **5 clichés sur les troubles psychiques dans les films** »  
2019, **Brut**

[www.youtube.com/watch?v=rosLdbTMyyg](http://www.youtube.com/watch?v=rosLdbTMyyg)

## PODCAST

« Après la pluie », Binge Audio

**Résumé :** Parce que la santé mentale, c'est mieux quand on en parle. 3 épisodes par mois : des récits, des conversations, des débats. Après la pluie est un podcast de Binge Audio.

[feeds.acast.com/public/shows/62ac324a3cef5d00128c3826](https://feeds.acast.com/public/shows/62ac324a3cef5d00128c3826)

## ROMAN GRAPHIQUE

« Tout est psy dans la vie ? »

Gabs, Patricia Berriau, J. Gabillet, Didier Lauru

[www.eyrolles.com/Litterature/Livre/tout-est-psy-dans-la-vie--9782212554298/](http://www.eyrolles.com/Litterature/Livre/tout-est-psy-dans-la-vie--9782212554298/)

« Se rétablir - Une enquête sur le rétablissement en santé mentale »

Lisa Mandel

[www.bdfugue.com/se-retablir-une-enquete-sur-le-retablissement-en-sante-mentale](http://www.bdfugue.com/se-retablir-une-enquete-sur-le-retablissement-en-sante-mentale)

« Je vais mieux. Merci.

Vaincre la dépression », Brent Willams

[www.babelio.com/livres/Williams-Je-vais-mieux-merci--Vaincre-la-depression/1046824](http://www.babelio.com/livres/Williams-Je-vais-mieux-merci--Vaincre-la-depression/1046824)

« Goupil ou face », Lou Lubiue

[www.goupil-ou-face.fr/](http://www.goupil-ou-face.fr/)

« La Différence invisible »

Mademoiselle Caroline

[www.editions-delcourt.fr/bd/series/serie-la-difference-invisible/album-la-difference-invisible](http://www.editions-delcourt.fr/bd/series/serie-la-difference-invisible/album-la-difference-invisible)

## Lutter contre les addictions

### PODCAST

« Et si tu posais ton tel ? »

[podcast.ausha.co/et-si-tu-posais-ton-tel](http://podcast.ausha.co/et-si-tu-posais-ton-tel)

### VIDÉO-CLIP

« Amour, Haine & Danger », 2022, Angèle

[www.youtube.com/watch?v=Nt4il\\_hBM4U](http://www.youtube.com/watch?v=Nt4il_hBM4U)

« Beautiful », 2022, Version, Christina Aguilera

[www.youtube.com/watch?v=7kEwGXLdbZ8](http://www.youtube.com/watch?v=7kEwGXLdbZ8)

## SÉRIE

« Succession »

2018, par Black Dynamite Production

**Résumé :** La série Succession suit l'histoire de la famille Roy. Composée du patriarche Logan et de ses quatre enfants, elle contrôle l'un des plus gros conglomérats de médias du monde. Charlotte Blum interviewe son show runner Jess Armstrong pour comprendre cette série qui parle de l'Amérique moderne autant que de la soif de pouvoir de ses dirigeants.

[www.youtube.com/watch?v=ja94XSFIXTo](http://www.youtube.com/watch?v=ja94XSFIXTo)

## FILM LONG-MÉTRAGE

« Le loup de Wall Street »

2013, Martin Scorsese

*Public : interdit aux moins de 12 ans*

**Résumé :** L'argent. Le pouvoir. Les femmes. La drogue. Les tentations étaient là, à portée de main, et les autorités n'avaient aucune prise. Aux yeux de Jordan et de sa meute, la modestie était devenue complètement inutile. Trop n'était jamais assez...

[www.allocine.fr/film/fichefilm\\_gen\\_cfilm=127524.html](http://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=127524.html)

## Comprendre le consentement et lutter contre les violences et tous les abus sexuels

### OUTIL PÉDAGOGIQUE

« Outils pédagogiques en santé sexuelle, d'une approche par les risques à une approche globale »

2022, Ireps Auvergne-Rhône-Alpes

[ireps-ara.org/portail/portail.asp?idz=1862](http://ireps-ara.org/portail/portail.asp?idz=1862)

Retrouvez d'autres outils pour promouvoir la vie affective et sexuelle sur :

[www.fnes.fr/des\\_outils\\_pour\\_agir?filter=true&opathematiques=sante-sexuelle](http://www.fnes.fr/des_outils_pour_agir?filter=true&opathematiques=sante-sexuelle)

### VIDÉO PÉDAGOGIQUE

« Tea Consent »

2015, Blue Seat Studios

[www.youtube.com/watch?v=oQbei5JGiT8](http://www.youtube.com/watch?v=oQbei5JGiT8)

## FILM LONG-MÉTRAGE

« Grâce à Dieu »  
2019, François Ozon

Alexandre vit à Lyon avec sa femme et ses enfants. Un jour, il découvre par hasard que le prêtre qui a abusé de lui aux scouts officie toujours auprès d'enfants. Il se lance alors dans un combat, très vite rejoint par François et Emmanuel, également victimes du prêtre, pour « libérer leur parole » sur ce qu'ils ont subi. Mais les répercussions et conséquences de ces aveux ne laisseront personne indemne.

[www.allocine.fr/film/fichefilm\\_gen\\_cfilm=263132.html](http://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=263132.html)

## TÉLÉFILM

« Après le silence »  
2022, France 2

**Résumé :** Lorsque Marina franchit les portes du commissariat, c'est parce qu'elle a enfin trouvé le courage de porter plainte contre son ex-compagnon pour viol. Des viols à répétition qui ont eu lieu dans l'intimité du couple pendant des années, jusqu'à ce que Marina décide de fuir, avec son fils. Alors que cette plainte est essentielle à sa reconstruction, Marina découvre que ce qu'on appelle le viol « conjugal » est presque impossible à prouver, et que son combat ne fait que commencer.

[www.france.tv/series-et-fictions/telefilms/4274278-apres-le-silence.html](http://www.france.tv/series-et-fictions/telefilms/4274278-apres-le-silence.html)

## SÉRIE-TÉMOIGNAGES

« La tête haute »  
produit par France Tv Slash

**Résumé :** épisode 35, Angélique et l'inceste: « *J'ai vécu l'enfer de 7 à 10 ans.* »

[www.france.tv/slash/la-tete-haute/2798823-angelique-et-l-inceste.html](http://www.france.tv/slash/la-tete-haute/2798823-angelique-et-l-inceste.html)

« La tête haute »  
produit par France Tv Slash

**Résumé :** Douce et les violences conjugales: « *J'ai aucune honte à le dire j'ai été victime de violences conjugales.* »

[www.france.tv/actualites-et-societe/1985001-douce-et-les-violences-conjugales-j-ai-aucune-honte-a-le-dire-j-ai-ete-victime-de-violences-conjugales.html](http://www.france.tv/actualites-et-societe/1985001-douce-et-les-violences-conjugales-j-ai-aucune-honte-a-le-dire-j-ai-ete-victime-de-violences-conjugales.html)

## REPORTAGE

« Elle l'a bien cherché »  
2022, ARTE

**Résumé :** Sur les 250 000 victimes de viols ou de tentatives de viols dénombrées chaque année en France, seules 16 000 franchissent la porte d'un commissariat. Entre tribunaux saturés et préjugés tenaces, ce documentaire montre le douloureux parcours de quatre victimes de viol pour se faire entendre. Une plongée sans fard dans un processus archaïque. Souvent rongées par la honte ou la peur de ne pas être prises au sérieux, seules 16 000 des 200 000 victimes de viol (ou de tentatives de viol) dénombrées chaque année en France franchissent la porte d'un commissariat. Elles ne verront pas toutes leur agresseur condamné puisqu'une plainte sur dix seulement aboutit aux assises. Débordés, policiers et magistrats sont contraints de ne garder que les dossiers les plus « solides ». Un témoignage fragile, des circonstances obscures ou une absence de séquelles physiques peuvent conduire au classement sans suite de l'affaire. Victimes de viol, Marie, 20 ans, Manon, 27 ans, Michèle, 56 ans, et Muriel, 42 ans, expérimentent ce long combat où, à tout moment, le destin de leur plainte peut basculer.

[www.youtube.com/watch?v=fnAK4R91yUc](http://www.youtube.com/watch?v=fnAK4R91yUc)

**Lutter contre les préjugés,  
la stigmatisation  
et les discriminations**

## EXPOSITION

« Combattre la pauvreté,  
c'est combattre les préjugés »  
2015, ATD Quart Monde

Cette exposition propose de déconstruire les préjugés visant les personnes en situation de pauvreté et de précarité. Elle vise à traiter des idées préconçues sur les personnes bénéficiant du RSA (Revenu de solidarité active), le coût engendré par la lutte contre la pauvreté, l'immigration, la fraude, l'accès aux soins par la CMU (Couverture maladie universelle), etc.

[www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=7314&titre=combattre-la-pauvrete-c-est-combattre-les-prejuges&debut=15](http://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=7314&titre=combattre-la-pauvrete-c-est-combattre-les-prejuges&debut=15)

## OUTIL PÉDAGOGIQUE

### « Mythes et réalités »

PSYCOM

**Résumé :** Le domaine de la psychiatrie et de la santé mentale inspire de nombreuses idées reçues, souvent négatives, qui nourrissent des attitudes stigmatisantes et discriminatoires. PSYCOM a donc pensé cet outil afin de confronter ces mythes à la réalité et ainsi déconstruire les idées reçues sur la santé mentale. « Les Mythes et réalités » se présentent sur des supports variés (étiquettes, affiches, poster, diaporama) mis gratuitement à disposition du public. Ils peuvent être utilisés en contexte d'animation, de sensibilisation ou de formation. L'outil se décline autour de 6 thématiques : « Santé mentale en général » ; « Santé mentale, parentalité et enfance » ; « Santé mentale et jeunes » ; « Santé mentale et emploi » ; « Santé mentale et rétablissement ».

[www.psycom.org/agir/laction-anti-stigmatisation/mythes-et-realites/](http://www.psycom.org/agir/laction-anti-stigmatisation/mythes-et-realites/)

---

### « L'iceberg des discriminations »

et « Le cycle des discriminations »

PSYCOM

**Résumé :** Le fait d'avoir un trouble psychique peut être considéré par certaines personnes comme très négatif, dégradant et entraîner la mise à l'écart de la personne. Ce phénomène s'appelle la stigmatisation. Les personnes stigmatisées subissent parfois des traitements moins favorables qui peuvent être qualifiés de discriminations. Faire l'expérience de la stigmatisation ou connaître des discriminations rend la vie plus difficile et ajoute de la souffrance psychique. PSYCOM a créé deux affiches « L'iceberg des discriminations » et « Le cycle des discriminations » pour prendre conscience de ces mécanismes discriminatoires dans le but de trouver des moyens d'agir. Ces supports peuvent être utilisés pour expliquer ces mécanismes dans le cadre de formations ou d'animations de stands.

« L'iceberg des discriminations » explicite, comment et pourquoi, les discriminations sont systémiques et traversent toutes les strates de la société.

« Le cycle des discriminations » explique, quant à lui, les étapes cognitives qui mènent de la stigmatisation à la discrimination.

[www.psycom.org/comprendre/la-stigmatisation-et-les-discriminations/](http://www.psycom.org/comprendre/la-stigmatisation-et-les-discriminations/)

## FILM LONG-MÉTRAGE

### « Un homme d'exception »

2022, Ron Howard

**Résumé :** En 1947, étudiant les mathématiques à l'université de Princeton, John Forbes Nash Jr., un brillant élève, élabore sa théorie économique des jeux. Pour lui, les fluctuations des marchés financiers peuvent être calculées très précisément. Au début des années cinquante, ses travaux et son enseignement au Massachusetts Institute of Technology ne passent pas inaperçus et un représentant du Département de la Défense, William Parcher, se présente à lui pour lui proposer d'aider secrètement les États-Unis. La mission de John consiste à décrypter dans la presse les messages secrets d'espions russes, censés préparer un attentat nucléaire sur le territoire américain. Celui-ci y consacre rapidement tout son temps, et ce au détriment de sa vie de couple avec Alicia.

Ce job n'est toutefois pas sans risques : des agents ennemis surveillent ses moindres faits et gestes. Mais personne ne le croit.

[www.allocine.fr/film/fichefilm\\_gen\\_cfilm=28384.html](http://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=28384.html)

---

### « À la folie »

2022, Andréa Bescond, Éric Métayer

**Résumé :** Au beau milieu d'un cocktail entre amis, Anna poignarde son compagnon Damien. Elle est mise en examen pour tentative de meurtre, mais l'affaire est incompréhensible : Anna n'a aucun passé de violence, et ne donne aucune explication à son geste. Noé, en charge de l'enquête, veut comprendre : pièce par pièce, il va reconstituer sous nos yeux le puzzle de l'emprise d'un pervers narcissique sur sa victime. Avec l'aide d'une avocate déterminée, ils vont révéler le vrai visage de Damien. Parviendront-ils à sauver Anna ?

[www.allocine.fr/film/fichefilm\\_gen\\_cfilm=287214.html](http://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=287214.html)

---

### « Will hunting »

1998, Gus Van Sant

**Résumé :** Will Hunting est un authentique génie mais également un rebelle aux élans imprévisibles. Il est né dans le quartier populaire de South Boston et a arrêté très tôt ses études, refusant le brillant avenir que

pouvait lui procurer son intelligence. Il vit désormais entouré d'une bande de copains et passe son temps dans les bars à chercher la bagarre et à commettre quelques petits délits qui risquent bien de l'envoyer en prison. C'est alors que ses dons prodigieux en mathématiques attirent l'attention du professeur Lambeau, du Massachusetts Institute of Technology...

[www.allocine.fr/film/fichefilm\\_gen\\_cfilm=363.html](http://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=363.html)

---

« **My skinny sister** »  
2015, Sanna Lenken

**Résumé :** Stella, 12 ans, rondelette et pas très sportive, voudrait ressembler à sa grande sœur Katja que tout le monde admire. Mais celle-ci cache un secret que Stella va découvrir et qui va bouleverser leur complicité.

[www.allocine.fr/film/fichefilm\\_gen\\_cfilm=234109.html](http://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=234109.html)

---

« **La forêt de mon père** »  
2020, Vero Cratzborn

**Résumé :** Gina, 15 ans, grandit dans une famille aimante en lisière de forêt. Elle admire son père Jimmy, imprévisible et fantasque, dont elle est prête à pardonner tous les excès. Jusqu'au jour où la situation devient intenable : Jimmy bascule et le fragile équilibre familial est rompu. Dans l'incompréhension et la révolte, Gina s'allie avec un adolescent de son quartier pour sauver son père.

[www.allocine.fr/film/fichefilm\\_gen\\_cfilm=268272.html](http://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=268272.html)

---

« **Daddy cool** »  
2017, Maxime Govare

**Résumé :** Adrien, 40 ans et totalement immature, se fait larguer par Maude, 35 ans, désireuse d'enfin fonder une famille. Pour tenter de reconquérir l'amour de sa vie, Adrien décide de monter dans le futur ex-appartement conjugal : une crèche à domicile... Le début, d'une improbable expérience éducative...

[www.allocine.fr/film/fichefilm\\_gen\\_cfilm=251988.html](http://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=251988.html)

## DOCUMENTAIRE

« **La porte d'Anna** »  
2015, Patrick Dumont et François Hébrard

**Résumé :** « La Porte d'Anna » nous invite dans le quotidien d'un hôpital de pédopsychiatrie, « La Fondation Vallée » à Gentilly, au sein d'un groupe d'enfants présentant des troubles mentaux. Nous poussons la porte du Pavillon Anna pour entrer dans un monde dans lequel les règles élémentaires de la communication sont chamboulées par des souffrances psychiques parfois situées aux confins du supportable. Mais grâce à la créativité des soignants et à la confiance que les jeunes leur accordent, la vie renaît, la parole se trouve, le partage peut exister... Sans a priori, sans regard polémique sur l'autisme, le documentaire salue le travail inlassable, titanesque et profondément humain qu'accomplissent au jour le jour les soignants et les éducateurs. Le film témoigne des joies et des douleurs de ces enfants malades et des défis de l'équipe médicale qui les accompagnent.

[www.allocine.fr/film/fichefilm\\_gen\\_cfilm=231666.html](http://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=231666.html)

### Changer les représentations sur les personnes réfugiées/immigrées/émigrées/exilées/

## DOCUMENTAIRE

« **Le Bon Grain et l'Ivraie** »  
2018, Manuela Frésil

**Résumé :** Dans une forme toute empreinte de délicatesse, tressant de longues séquences au plus près des enfants, quelques témoignages des parents en voix off et des rappels de l'évolution de la loi à l'égard des réfugiés, *Le Bon Grain et l'Ivraie* donne à voir les conséquences concrètes de la politique française à l'égard des exilés. À Annecy, au-delà de la précarité de ces familles, Manuela Frésil se concentre sur les enfants, qui développent au quotidien l'art et la manière de s'adapter.

[www.documentation-sociale.org/base-audiovisuel/517/](http://www.documentation-sociale.org/base-audiovisuel/517/)



## OUTIL

### « Lutter contre les préjugés sur les migrants » 2022, la Cimade

**Résumé :** Réactualisé en 2022, le petit guide *Lutter contre les préjugés sur les personnes étrangères* est particulièrement apprécié des milieux associatifs et éducatifs. Des accroches interactives, un vocabulaire accessible dès le collège et des sources clairement identifiées en font un outil précieux pour déjouer les pièges de la désinformation.

[www.lacimade.org/publication/petit-guide-lutter-contre-les-prejuges-sur-les-migrants/](http://www.lacimade.org/publication/petit-guide-lutter-contre-les-prejuges-sur-les-migrants/)

## Améliorer le cadre de vie

### OUTIL PÉDAGOGIQUE

#### « Enjeux santé : Les déterminants de santé sous la loupe » Cultures & Santé

**Résumé :** Pour promouvoir la santé et l'équité en santé, il est indispensable de cerner ce qui les construit socialement, ce qui, dans nos sociétés, les génère ou les contrecarre. Enjeux santé est un outil d'animation qui propose d'explorer et d'interroger les déterminants de santé. Il s'inscrit dans le prolongement de *La santé c'est aussi...* un kit pédagogique, édité il y a plus de 10 ans par Cultures & Santé et qui proposait une vision multifactorielle de la santé.

À travers une série de 78 cartes illustrées à manipuler, Enjeux santé soutient, au sein de secteurs touchant de près ou de loin à la santé, une réflexion active sur l'ensemble des facteurs influençant la santé ainsi que sur les relations qu'ils entretiennent entre eux. À l'aide de ces cartes, de multiples réflexions peuvent être menées sur les causes de certaines situations dans la perspective d'une prise de conscience, d'un diagnostic, d'une évaluation, d'une action ou d'une décision. Il peut être utilisé aussi bien avec des citoyen·nes que dans un groupe de professionnel·les ou dans des échanges avec le politique.

[cultures-sante.be/nos-outils/outils-education-permanente/item/549-enjeux-sante-les-determinants-sous-la-loupe.html](http://cultures-sante.be/nos-outils/outils-education-permanente/item/549-enjeux-sante-les-determinants-sous-la-loupe.html)

## « Permacité! »

### Olivier Dain-Belmont et Fachri Maulana

Public: 8-12 ans

**Résumé :** C'est le grand jour : Camille et sa famille déménagent dans une « permacité », un quartier économe et écologique ! Mais Camille boude et en plus, voilà que Imhotep, son chat, s'échappe ! En le poursuivant à travers cette drôle de ville où les maisons sont construites les unes sur les autres, et dans laquelle la nature est reine, Camille découvre cette ville du futur, qui lui réserve bien des surprises.

[www.reseau-idee.be/fr/permacite](http://www.reseau-idee.be/fr/permacite)



#### « Ecoville » Studio Libeo

Public: 14-17 ans

**Résumé :** Le jeu *Ecoville* est un « jeu sérieux » ou « serious game ». Ce jeu de simulation a pour objectif de développer la population d'une ville tout en maîtrisant ses consommations d'énergie, ses émissions de gaz à effet de serre et sa production de déchets. Les indicateurs de ce jeu sont élaborés sur la base d'unités réelles et d'ordres de grandeur réalistes. Le joueur peut construire ou détruire des logements, des infrastructures (production d'énergie, traitement de déchets), des équipements collectifs, des espaces verts et des voies de circulation. Pour chacune de ces constructions, le joueur peut choisir un modelé dans un catalogue en fonction de ses caractéristiques. Par ailleurs, les constructions peuvent évoluer. Pour cela, il est nécessaire de lancer des campagnes de recherche ou d'information au niveau de la commune. Il est possible de jouer à *Ecoville* sans aucune explication préalable. Le joueur peut alors suivre sa performance sur le tableau de bord affiche à l'écran, et construire sa stratégie par tâtonnement. Dans une perspective pédagogique, le jeu *Ecoville* devient bien plus qu'un jeu : un outil de validation de connaissances, de vérification d'hypothèses, un terrain d'exploration.

[www.reseau-idee.be/fr/ecoville](http://www.reseau-idee.be/fr/ecoville)

**« Habiter la terre en 2030 »  
2019, Pool partenaires Mood**

*Public: 12-18 ans et adulte*

**Résumé:** D'après U.N Habitat (Agence de l'ONU qui s'occupe des problématiques liées à l'habitat), 6 personnes sur 10 dans le monde résideront dans une zone urbaine d'ici à 2030. Ce mouvement des campagnes vers les villes s'observe à plus de 90 % en Afrique, en Asie et en Amérique latine. Avec ce phénomène d'urbanisation majeure, les villes seront confrontées à des défis d'ordre démographiques, environnementaux, sociaux et spatiaux inédits. L'accueil et la capacité d'absorption de ces nouveaux habitants par la ville nécessitent une réflexion en amont afin d'éviter des conséquences dramatiques pour les populations. Sans infrastructures et politiques publiques d'aménagements adéquates, le phénomène de bidonvilisation risque de se renforcer avec des conséquences multiples pour les populations: insécurité, insalubrité, promiscuité... Les villes de demain doivent également penser leur mobilité via des politiques de transport en commun ambitieuses pour désenclaver certains de ses territoires, anticiper les moyens de production alimentaire afin de nourrir sa population, donner un accès aux énergies propres à un coût abordable. Autant de défis pour devenir des villes et des communautés durables et qui s'inscrivent pleinement dans la dynamique des Objectifs de Développement Durable définie par l'ONU.

[www.comprendrepouragir.org/produit/habiter-la-terre-en-2030/](http://www.comprendrepouragir.org/produit/habiter-la-terre-en-2030/)

**« La malle patacaisse »  
2009, FRENE**

**Résumé:** Cette malle pédagogique accompagnée de son classeur comporte plusieurs plateaux de jeu qui abordent les effets des déplacements automobiles (pollution, santé, nuisances diverses, etc.) en multipliant les approches pédagogiques: démarche scientifique sur l'effet de serre, jeux, fiches à remplir chez soi, etc. Particulièrement

bien adaptées au cycle 3 de l'élémentaire, les différentes parties de cet outil sont également facilement réutilisables pour le cycle 2 et les collégiens de la 6<sup>e</sup> à la 5<sup>e</sup>. Ce document, destiné aux animateurs/éducateurs, permet une approche ludique de la vaste thématique des déplacements et permet surtout une prise de conscience de l'importance de ses choix de déplacements sur l'Environnement par une analyse de nos propres habitudes. Les fiches du classeur sont directement utilisables en l'état par les enfants

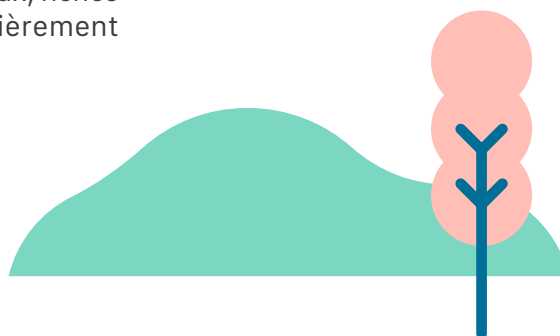
[frene.org/climat-energie-mobilite/fiche-ressource-malle-patacaisse-01-07-2009-html/](http://frene.org/climat-energie-mobilite/fiche-ressource-malle-patacaisse-01-07-2009-html/)

**« Mes émotions, la Terre et moi »  
Virginie Scalera**

*Public : à partir du primaire et pour adolescents, jeunes et adultes*

**Résumé:** Qu'est-ce que je ressens dans le monde dans lequel je vis? Cet atelier a pour objectif d'accompagner les enfants / les adolescents / les adultes dans la compréhension des émotions, le bien-être et l'expression de soi sous diverses formes: à travers le langage et la prise de parole, l'écriture et le dessin. Il est un temps précieux où chacun a sa place et son mot à dire! Une précieuse opportunité pour s'exprimer en toute bienveillance mais également apprendre à être à l'écoute des autres. Une expérience et un espace de liberté pour se dire, une pause créative au milieu de tant de sollicitations intellectuelles et sociales. Parler de soi permet d'établir un équilibre entre notre monde intérieur et la place que nous occupons dans le monde extérieur. Un temps créatif pour apprendre de soi, des autres, échanger des points de vue et des idées pour apprendre à mieux vivre ensemble!

[frene.org/methodologie-approche-pedagogique/projet-pedagogique-mes-emotions-la-terre-et-moi/](http://frene.org/methodologie-approche-pedagogique/projet-pedagogique-mes-emotions-la-terre-et-moi/)



## EXPOSITION

« **Exposons** »  
2019, Agence régionale de santé  
(ARS) Auvergne - Rhône Alpes -  
délégation de l'Ain, Académie de  
Lyon, Atelier Permanent d'Initiation à  
l'Environnement Urbain (APIEU) Mille  
Feuilles

Public: enfant, adolescent

**Résumé :** Cette exposition sur le bruit est à destination des élèves de fin primaire et du secondaire. Elle informe sur ce que sont le son, le bruit, l'oreille, et développe les effets du bruit sur la santé, la pollution sonore, la réglementation, les différents modes d'écoute de la musique ou des sons amplifiés. Elle contient notamment une échelle des décibels et précise les éléments de réglementation et de protections existants. L'objectif est de sensibiliser les élèves aux risques auditifs.

[www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=8527&titre=exposons&debut=15](http://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8527&titre=exposons&debut=15)

## DOCUMENTAIRE

« **Nature** »  
2014, Patrick Morris, Neil Nightingale,  
Renée Godfrey

**Résumé :** Des entrailles de la terre aux déserts brûlants, des profondeurs de l'océan aux cimes glaciales, nous voyageons pour découvrir que la nature, peuplée de créatures extraordinaires, est encore plus fascinante que tout ce que nous pensions savoir. Alliant images somptueuses et découvertes exceptionnelles, Nature est une véritable révélation visuelle. Raconté par Lambert Wilson...

[www.allocine.fr/film/fichefilm\\_gen\\_cfilm=209338.html](http://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=209338.html)

## FILM LONG-MÉTRAGE

« **L'Horizon** »  
2022, Émilie Carpentier

**Résumé :** Au cœur de sa banlieue lointaine où s'enlacent bitume et champs, Adja, 18 ans, brûle du désir de vivre intensément. Elle cherche sa voie entre sa meilleure amie influenceuse qui brille sur les réseaux sociaux et son footballeur de grand-frère qui sature tout l'espace de réussite familiale. L'inattendu que lui propose la ZAD (Zone à défendre) installée à la limite de son quar-

tier l'attire. S'y rapprochant d'Arthur, ami de lycée, elle y vit des journées intenses et décisives où le choix d'un monde plus durable lui retourne le cerveau tout autant qu'il l'amène à prendre des risques aux côtés de cette Génération Climat.

[filmsdulosange.com/film/lhorizon/](http://filmsdulosange.com/film/lhorizon/)

« **De Cendres et de Braises** »  
2018, Manon Ott

**Résumé :** Portrait poétique et politique d'une banlieue ouvrière en mutation, *De Cendres et de Braises* nous invite à écouter les paroles des habitants des cités des Mureaux, près de l'usine Renault-Flins. Qu'elles soient douces, révoltées ou chantées, au pied des tours de la cité, à l'entrée de l'usine ou à côté d'un feu, celles-ci nous font traverser la nuit jusqu'à ce qu'un nouveau jour se lève sur d'autres lendemains possibles.

[www.documentation-sociale.org/base-audiovisuel/528/](http://www.documentation-sociale.org/base-audiovisuel/528/)

« **Les promesses** »  
2022, Thomas Kruthof

**Résumé :** Maire d'une ville du 93, Clémence livre avec Yazid, son directeur de cabinet, une bataille acharnée pour sauver le quartier des Bernardins, une cité minée par l'insalubrité et les « marchands de sommeil ». Ce sera son dernier combat, avant de passer la main à la prochaine élection. Mais quand Clémence est approchée pour devenir ministre, son ambition remet en cause tous ses plans. Clémence peut-elle abandonner sa ville, ses proches, et renoncer à ses promesses ?

[www.allocine.fr/film/fichefilm\\_gen\\_cfilm=287080.html](http://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=287080.html)



« **Douce France** »  
2021, Geoffrey Couanon

**Résumé :** Amina, Sami et Jennyfer sont lycéens en banlieue parisienne, dans le 93. Avec leur classe, ils se lancent dans une enquête inattendue sur un gigantesque projet de parc de loisirs qui implique d'urbaniser les terres agricoles proches de chez

eux. Mais a-t-on le pouvoir d'agir sur son territoire quand on a 17 ans ? Drôles et intrépides, ces jeunes citoyens nous emmènent à la rencontre d'habitants de leur quartier, de promoteurs immobiliers, d'agriculteurs et même d'élus de l'Assemblée nationale. Une quête réjouissante qui bouscule les idées reçues et ravive notre lien à la terre.

[www.allocine.fr/film/fichefilm\\_gen\\_cfilm=285481.html](http://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=285481.html)

### COURT-MÉTRAGE

**« La santé ce n'est pas que chez le docteur »**  
2016, Ireps Auvergne-Rhône-Alpes

**Résumé :** cette vidéo propose de voir en quoi l'aménagement urbain contribue à la santé dans la vie quotidienne pour agir en promotion de la santé.

[www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=7415&titre=la-sante-ce-n-est-pas-que-chez-le-docteur--la-ville&debut](http://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=7415&titre=la-sante-ce-n-est-pas-que-chez-le-docteur--la-ville&debut)

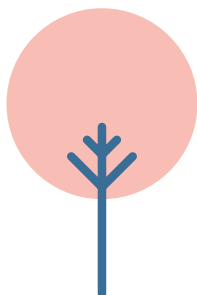
### Sensibiliser aux questions de vie privée

**« Ta vie privée, c'est secret ! »**  
2017, Play Bac, Commission nationale de l'informatique et des libertés

*Public : enfant, adolescent*

**Résumé :** Cette version spéciale du célèbre jeu de questions-réponses « Les Incolables » a pour objectif de sensibiliser et informer sur certaines questions de la vie privée, et amener à protéger la vie privée et les données personnelles, dans un usage raisonné de l'Internet. Les contenus ont été validés par la CNIL, qui coédite ce jeu, y compris en version interactive.

[www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=8030&titre=ta-vie-privee-c-est-secret&debut](http://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8030&titre=ta-vie-privee-c-est-secret&debut)



## Jeunes adultes (après 18 ans)

### Grandir et se construire

#### FILM LONG MÉTRAGE

**« Ruptures », 2021, Arthur Gosset, avec l'aide d'Hélène Cloître**

**Résumé :** Leur destin était bien tracé : de brillantes études, la promesse d'un bon job et d'un gros salaire. Pourtant, rien ne s'est passé comme prévu. Aurélie, Maxime, Hélène, Emma, ou Romain sortent de Polytechnique, de Sciences Po, de Centrale ou d'écoles de commerce. Ils et elles ont fait un choix radical : renoncer à l'avenir qu'on leur promettait pour une vie qu'ils jugent plus compatible avec les enjeux environnementaux et sociétaux de notre époque. Ce film raconte leur histoire. Pendant un an, le jeune réalisateur Arthur Gosset, lui-même étudiant à Centrale Nantes, a suivi le parcours de six jeunes, leurs décisions parfois difficiles, leurs ruptures souvent douloureuses et leur courageux choix de vivre en adéquation avec leurs convictions, quoiqu'il en coûte. Découvrez le documentaire qui raconte leur histoire.

[www.ruptures-le-film.fr](http://www.ruptures-le-film.fr)

**« L'époque »**  
2019, Matthieu Bareyre

**Résumé :** Du Paris de l'après-Charlie aux élections présidentielles ; une traversée nocturne aux côtés de jeunes qui ne dorment pas : leurs rêves, leurs cauchemars, l'ivresse, la douceur, l'ennui, les larmes, la teuf, le taf, les terrasses, les vitrines, les pavés, les parents, le désir, l'avenir, l'amnésie, 2015, 2016, 2017 : l'époque.

[www.allocine.fr/film/fichefilm\\_gen\\_cfilm=262956.html](http://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=262956.html)

#### DOCUMENTAIRE

**« Génération Covid-19 : la jeunesse face à la pandémie »**  
2021, France 24

**Résumé :** Cela fait un an que le Covid-19 a changé nos vies. Un an qu'il a bouleversé le

quotidien des jeunes. Pour eux, pas de salle de classe, pas de vie sociale, pas de revenu. Les 18-25 ans sont moins vulnérables face au virus que leurs aînés, et pourtant ils payent le prix fort : solitude, précarité, détresse. France 24 a uni ses forces avec ses confrères des médias francophones publics – la radio-télévision belge RTBF, la radio-télévision suisse RTS, Radio-Canada, France Télévisions, TV5 Monde – pour une émission spéciale sur les difficultés de cette jeunesse, mais aussi sa résilience face à la pandémie dans les pays francophones d'Europe et au Québec.

[www.youtube.com/watch?v=qiENE7euUTY](https://www.youtube.com/watch?v=qiENE7euUTY)

### « Covid, une jeunesse sur le fil » 2021, réalisé par Sonia Hedidi

**Résumé :** Tentatives de suicides, violences, dépressions et addictions : depuis la crise sanitaire en France, les services hospitaliers spécialisés en pédiatrie et en pédopsychiatrie sont saturés.

Les alertes sur la santé mentale des enfants se multiplient : une « augmentation alarmante » des tentatives de suicide chez les enfants a été constatée dans plusieurs régions françaises, pouvant aller jusqu'à 50 % dans certaines villes.

Parmi les plus touchées : Rennes. Ici, les urgences pédopsychiatriques n'ont jamais accueilli autant d'enfants et d'adolescents en détresse. Depuis l'automne 2020, les médecins constatent trois fois plus de passages aux urgences pour des troubles anxieux sévères. Et deux fois plus de tentatives de suicide.

Des soignants, des ados en souffrance et leurs familles se livrent sur les raisons de leur mal-être.

[lcp.fr/programmes/covid-une-jeunesse-sur-le-fil-82917](https://lcp.fr/programmes/covid-une-jeunesse-sur-le-fil-82917)

### PROGRAMME PÉDAGOGIQUE

#### « Etucare » Ireps Bourgogne Franche-Comté

**Résumé :** Etucare est un programme numérique de promotion de la santé mentale à destination des étudiants. Le programme, basé sur les thérapies cognitivo-comportementales (TCC) et la psychologie positive, permet aux étudiants de renforcer leurs

ressources psychologiques et individuelles pour faire face aux difficultés de la vie étudiante et améliorer leur bien-être psychologique à l'aide de stratégies pratiques.

[elearning.ireps-bfc.org/login/index.php](https://elearning.ireps-bfc.org/login/index.php)

### OUTIL PÉDAGOGIQUE

#### « Des Récits et des Vies® »

Caroline Chavelli

Public : à partir de 19 ans

**Résumé :** Un jeu pour se raconter et être écouté. Des Récits et des Vies® est un jeu idéal pour parler, au hasard des cartes, des choses importantes ou légères qui nous tiennent à cœur, des petits et grands bonheurs du quotidien, des souvenirs et des projets, des émotions qui nous façonnent sans oublier l'imaginaire et la poésie. Le rythme de vie de nos journées, de nos semaines, des années qui passent, ne nous laisse guère le temps de raconter, transmettre, questionner, ce qui fait sens pour nous, ce qui nous touche et de rencontrer les autres au-delà des apparences, des a priori, du « Ça a été ta journée ? », « Qu'est-ce que vous faites dans la vie ? », etc. À travers les récits de vie, les émotions, les valeurs, l'imaginaire, la parentalité (quand on joue avec des parents), autant de sujets qui traversent les âges, les statuts sociaux, économiques, les compétences et les limites des uns et des autres, le jeu Des Récits et des Vies® permet d'approfondir nos relations avec nos proches ou de découvrir des personnes qui vivent des situations semblables et qui ont besoin de partager leurs interrogations, pensées, envies, doutes, aspirations, colères, plaisirs, etc.

[desrecitsetdesvies.com/index.php](https://desrecitsetdesvies.com/index.php)



### PODCAST

#### « Faut-il toujours se réconcilier ? »

2022, Louie Media

**Résumé :** Un·e ami·e qui nous blesse, un membre de notre famille qui nous trahit, un·e partenaire qui nous maltraite. Est-il possible de se réconcilier avec cette personne qui nous a fait du mal ? À quel prix cette réconciliation doit-elle se faire ? Pourquoi pense-t-on qu'on doit toujours chercher à « faire la paix » ? Dans cet épi-

sode, la journaliste Eva Tapiero interroge les notions de conflits, de violences et de pardon, et le rôle de la justice dans ces processus. Accompagnée par Geoffrey Marcq, Pierre-Guillaume Prigent, Pietro Pietrini et Salomé Van Billoen, elle donne la parole à Emmeline, qui après avoir subi des violences conjugales, a su retrouver une forme de sérénité. Dans cet épisode, il est question de violences conjugales et intrafamiliales. Assurez-vous d'être prête à en entendre parler, et préservez peut-être les oreilles sensibles autour de vous.

[louiemedia.com/emotions/faut-il-toujours-se-reconcilier](http://louiemedia.com/emotions/faut-il-toujours-se-reconcilier)

## Proposer des logements adaptés aux besoins des personnes

### KIT PÉDAGOGIQUE

L'UNCLLAJ propose des outils de sensibilisation et d'animation pour informer les jeunes d'une manière ludique sur le logement : vidéos, escape game, exposition, quiz interactif en ligne...

[www.uncllaj.org/pro/outils-pedagogiques/](http://www.uncllaj.org/pro/outils-pedagogiques/)

### DOCUMENTAIRE

« Après 20 ans »  
2006, Patrick Le Ray

**Résumé :** ... À 20 ans, ces jeunes doivent quitter leur école, un IME, une institution spécialisée où ils ont effectué l'essentiel de leur scolarité. Se pose, alors, la question de leur avenir. Ce n'est pas toujours facile de grandir, de devenir adulte, avec tout ce que cela implique... ! Ce qui fait la vie de tous les jours qu'ils doivent assumer avec leurs particularités... si quelque part on leur en donne les moyens. Ils s'en inquiètent : « *Pourquoi on dit, les handicapés, ils peuvent rien faire comme tout le monde ? Pourquoi nous, on ne pourrait pas avoir un travail, un appartement... vivre comme tout le monde ?* » Pour les structures, IME, CAT ou foyers d'hébergement, il s'agit d'accompagner ces adultes vers plus d'autonomie, de les aider à révéler leurs compétences, à se faire accepter avec leurs différences. Ainsi chacun, à la mesure de ses capacités et de ses difficultés, devrait pouvoir définir son propre projet de vie.

[www.documentation-sociale.org/base-audiovisuel/170/](http://www.documentation-sociale.org/base-audiovisuel/170/)

« Corps et âme »  
2017, Grégoire Gosset, Loïc Wibaux

Public : personne handicapée

**Résumé :** Ce documentaire, tourné au sein du Centre médico-social Lecourbe de la Fondation Saint-Jean-de-Dieu à Paris qui accueille des enfants, adolescents et adultes en situation de handicap moteur ou polyhandicapés, aborde le handicap, la différence, l'inclusion, l'exclusion, les parcours de vie et questionne les politiques publiques

[www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=7662&titre=corps-et-ame&debut](http://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=7662&titre=corps-et-ame&debut)

### REPORTAGE COURT

« Handicap : au cœur de Rennes, des logements pour apprendre à devenir autonome »  
2018, France 3 Bretagne

**Résumé :** Dans le centre de Rennes, de jeunes adultes ayant un handicap intellectuel vivent plusieurs jours par semaine dans des studios loués par l'association AGIR. Lancé en 2006, cette initiative a pour objectif de les aider à devenir autonome, pour accéder ensuite à un logement en milieu « ordinaire ».

[www.youtube.com/watch?v=kGs\\_IdjHwrE](http://www.youtube.com/watch?v=kGs_IdjHwrE)

« Chez moi ! Mes envies, mes choix, je les fais entendre : témoignages sur l'habitat inclusif »  
2020, Fédération APAJH

**Résumé :** Le film « Chez moi ! Mes envies, mes choix, je les fais entendre », a mis en lumière la parole de personnes accompagnées par des associations APAJH du Calvados, de l'Isère, de Savoie et de Haute-Vienne. 14 personnes livrent leurs témoignages.

[www.apajh.org/nos-combats/habiter-bien-au-dela-du-logement/](http://www.apajh.org/nos-combats/habiter-bien-au-dela-du-logement/)

« À Marseille, ce Lieu de répit est une alternative à l'hospitalisation »  
2021, Konbini News

**Résumé :** Depuis plusieurs semaines, Alyx, Alice et Daniel résident au « Lieu de répit » : une alternative à l'hospitalisation pour les personnes en situation de crise psychique

aiguë. Reportage à Marseille dans ce lieu unique en France où on privilégie l'aide par des pairs ayant une expérience personnelle des troubles psychiques

[www.youtube.com/watch?v=SAJCUdubsZ8](https://www.youtube.com/watch?v=SAJCUdubsZ8)

## Lutter contre les addictions

### FILM LONG-MÉTRAGE

« **Moonlight** »  
2017, Barry Kenkins

**Résumé :** Après avoir grandi dans un quartier difficile de Miami, Chiron, un jeune homme tente de trouver sa place dans le monde. Moonlight évoque son parcours, de l'enfance à l'âge adulte.

[www.allocine.fr/film/fichefilm\\_gen\\_cfilm=242054.html](http://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=242054.html)

## Lutter contre la grande précarité

### REPORTAGE

« **Un chez-soi d'abord saison 1 programme expérimental de l'État en faveur des personnes sans-abri, SDF** »  
2013, ministère de la Cohésion des territoires et des relations avec les collectivités

**Résumé :** Le programme expérimental « Un chez soi d'abord » apporte de nouvelles réponses pour l'accès au logement et aux soins des personnes sans-abri, sans domicile fixe (SDF) souffrant de troubles psychiques sévères et/ou victimes d'addictions.

[www.dailymotion.com/video/xxzxcgi](http://www.dailymotion.com/video/xxzxcgi)

### FILM LONG-MÉTRAGE

« **Sans toit ni loi** »  
1985, repris en 2014, Agnès Varda

**Résumé :** Une jeune fille errante est trouvée morte de froid : c'est un fait d'hiver. Était-ce une mort naturelle ? C'est une question de gendarme ou de sociologue. Que pouvait-on savoir d'elle et comment ont réagi ceux qui ont croisé sa route ? C'est le sujet du film.

[www.allocine.fr/rechercher/?q=Sans+toit+ni+loi](http://www.allocine.fr/rechercher/?q=Sans+toit+ni+loi)



## Soutenir les droits en santé mentale

Retrouver le guide méthodologique produit pour les SISM 2021 sur « Pour ma santé mentale, respectons mes droits » :

[www.semaines-sante-mentale.fr/sism-2/editions-precedentes/](http://www.semaines-sante-mentale.fr/sism-2/editions-precedentes/)

« **Histoires de Droits** »,  
édition actualisée de 2022, PSYCOM

**Résumé :** PSYCOM a créé « Histoires de Droits » pour mieux comprendre, penser et agir les questions de droits en santé mentale. La troisième édition (2022) de notre kit a été entièrement mise à jour et intègre les derniers textes et jurisprudences. « Histoires de Droits » a été réfléchi et co-construit avec des personnes concernées par des troubles psychiques, des usagers des services de psychiatrie, proches, psychiatres, psychologues, juristes, travailleurs sociaux. Actualisé en 2022, ce kit a pour objectif d'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 propose de partager les points de vue et de croiser les regards et les expériences sur ces questions. Il n'est pas nécessaire d'être une personne experte dans ce domaine pour l'animer. Il peut être utilisé par des personnes vivant avec un trouble psychique, des acteurs du soin et des proches. Ce kit a été développé en collaboration avec Valorémis, soutenu par un financement de la Direction générale de la Santé. Pour le recevoir, un bon de commande est disponible sur le site du PSYCOM (Prix = 60 € + frais de port, conditions spéciales pour les associations d'usagers, de proches et les groupes d'entraide mutuelle, dans la limite des stocks).

[www.psycom.org/agir/la-defense-des-droits/kit-histoires-de-droits/](http://www.psycom.org/agir/la-defense-des-droits/kit-histoires-de-droits/)

### DOCUMENTAIRE

« **Sur l'Adamant** »  
2023, Nicolas Philibert

*Public : à partir de 15 ans*

**Résumé :** L'Adamant est un Centre de jour unique en son genre : c'est un bâtiment flottant. Édifié sur la Seine, en plein cœur de Paris, il accueille des adultes souffrant de troubles psychiques, leur offrant un

cadre de soins qui les structure dans le temps et l'espace, les aide à renouer avec le monde, à retrouver un peu d'élan. L'équipe qui l'anime est de celles qui tentent de résister autant qu'elles peuvent au délabrement et à la déshumanisation de la psychiatrie. Ce film nous invite à monter à son bord pour aller à la rencontre des patients et soignants qui en inventent jour après jour le quotidien.

[www.allocine.fr/film/fichefilm\\_gen\\_cfilm=289240.html](http://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=289240.html)

#### « Habités »

2021, Séverine Mathieu

**Résumé :** Habités raconte ma rencontre avec quatre personnages qui vivent entre raison et déraison. Considérés comme « fous » par la société, ils habitent néanmoins en ville, à Marseille. Entre des périodes d'hospitalisation, ils tentent de s'élancer vers le monde commun. Des fuites, des arrêts, des tentatives... Ils s'efforcent d'habiter, d'être présents, alors qu'ils sont eux-mêmes habités, étrangers, visités. Le film suit dans la ville la chorégraphie singulière de leur corps. Il leur offre l'espace où révéler leur monde.

[www.film-documentaire.fr/4DACTION/w\\_fiche\\_film/62694\\_0](http://www.film-documentaire.fr/4DACTION/w_fiche_film/62694_0)

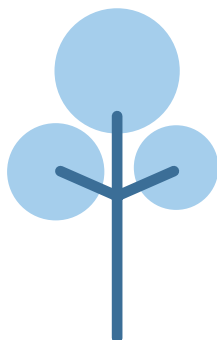
#### BROCHURE

**Ensemble de brochures sur les troubles psychiques (dépression, troubles bipolaires, etc.), PSYCOM**

[www.psycom.org/agir/linformation/les-brochures/](http://www.psycom.org/agir/linformation/les-brochures/)

« Troubles psychiques. Et si on en parlait ? 2023, Unafam

[www.unafam.org/sites/default/files/imce/363/Unafam\\_LivretTroublesPsychiques\\_Janv2023.pdf](http://www.unafam.org/sites/default/files/imce/363/Unafam_LivretTroublesPsychiques_Janv2023.pdf)



#### Soutenir la parentalité

Retrouver des idées de film sur le guide ciné débat des SISM 2018 « Santé mentale, parentalité et enfance » :

[www.semaines-sante-mentale.fr/sism-2/edition-2018/](http://www.semaines-sante-mentale.fr/sism-2/edition-2018/)

Retrouver de nombreux outils pédagogiques sur BIPBOP :

[www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_resu\\_rech.php?&rech=a&pa-ram=||tit=||aut=||edi=||sup=||reg=||cod=||the=23||pub=||per=2016\\_||ter=||lieninter=0&nb=81&ref=bop\\_63d96e38c26ca](http://www.bib-bop.org/base_bop/bop_resu_rech.php?&rech=a&pa-ram=||tit=||aut=||edi=||sup=||reg=||cod=||the=23||pub=||per=2016_||ter=||lieninter=0&nb=81&ref=bop_63d96e38c26ca)

#### BROCHURE PSYCOM

« Santé mentale, grossesse et parentalité », 2023, PSYCOM, CCOMS et EPSM-Lille Métropole

**Résumé :** Cette brochure s'inscrit du projet PATH « PerinAtal menTal Health » dont le volet français a été coordonné par le CCOMS, EPSM-Lille Métropole qui vise à sensibiliser les familles, les professionnels de santé, et les employeurs à la santé mentale périnatale.

[www.psycom.org/agir/linformation/les-brochures/](http://www.psycom.org/agir/linformation/les-brochures/)

#### PODCAST

« En PLS mais inarrêtables : comment font les parents ? », Louie Media

**Résumé :** Être jeune parent, ça peut vouloir dire dormir 2 heures par nuit, slalomer entre les virus de son enfant, être assailli·e de doutes sur comment l'élever « au mieux », tout en continuant d'assurer des journées de travail denses et de maintenir un semblant de vie sociale. Dans cet épisode, la journaliste Guillemette Halard rencontre Valériane Ayayi, basketteuse professionnelle en équipe de France, Laura Glauser, handballeuse en équipe de France et Mélina Robert-Michon, lanceuse de disques. Sportives de haut niveau, elles sont devenues mères au cours de leur carrière et ont vu leurs statistiques exploser. Guillemette Halard explore comment la zone de confort des parents s'agrandit avec Héroïse Junier, psychologue ; interroge la romancière Sophie Astrabie et se questionne sur la construction du terrain d'apprentissage pérenne que représente l'arrivée d'un enfant avec la pédiatre Catherine Gueguen.

[louiemedia.com/emotions/parents](http://louiemedia.com/emotions/parents)

## PIÈCE DE THÉÂTRE

« À l'horizon, la mer », 2022, produit par la compagnie du savon noir

**Résumé :** Béthanie, jeune mère et chanteuse fantasque, frôle sans cesse la rupture, au risque de perdre sa fille, Jeanne, qu'elle aime plus que tout. Agathe, professionnelle en tension, souhaite l'aider à investir son rôle de mère, mais le peut-elle vraiment ? Lorsqu'Agathe participe au placement de Jeanne, la relation entre les deux femmes se brise. Pourtant Béthanie, à la rue et enceinte de son second enfant, n'a d'autre choix que de solliciter à nouveau l'aide d'Agathe.

[www.ciedusavonnoir.fr/spectacles-alhorizonlamer/](http://www.ciedusavonnoir.fr/spectacles-alhorizonlamer/)

## FILM LONG-MÉTRAGE

« Demain et tous les autres jours », 2017, Noémie Lvovsky

**Résumé :** Mathilde a 9 ans. Ses parents sont séparés. Elle vit seule avec sa mère, une personne fragile à la frontière de la folie. C'est l'histoire d'un amour unique entre une fille et sa mère que le film nous raconte.

[www.allocine.fr/film/fichefilm\\_gen\\_cfilm=236409.html](http://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=236409.html)

« Boyhood »  
2014, Richard Linklater

**Résumé :** Chaque année, durant 12 ans, le réalisateur Richard Linklater a réuni les mêmes comédiens pour un film unique sur la famille et le temps qui passe. On y suit le jeune Mason de l'âge de six ans jusqu'à sa majorité, vivant avec sa sœur et sa mère, séparée de son père. Les déménagements, les amis, les rentrées des classes, les premiers émois, les petits riens et les grandes décisions qui rythment sa jeunesse et le préparent à devenir adulte...

[www.allocine.fr/film/fichefilm\\_gen\\_cfilm=226260.html](http://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=226260.html)

« Dysoralité sensorielle, anorexie du nourrisson : leur enfant ne veut pas manger »  
2022, Ça commence aujourd'hui

**Résumé :** En France, 1 enfant sur 4 souffre du trouble de comportement alimentaire. Refus de s'alimenter, obsession pour un ou

plusieurs aliments... Les familles concernées se retrouvent souvent dans une profonde détresse et une grande culpabilité. Derrière ces troubles se cache souvent un mal-être difficile à identifier pour des parents démunis. Faustine Bollaert donne la parole à Nathalie, Floriane, Salma et Mandy.

[www.france.tv/france-2/ca-commence-aujourd-hui/4500799-dysoralite-sensorielle-anorexie-du-nourrisson-leur-enfant-ne-veut-pas-manger.html](http://www.france.tv/france-2/ca-commence-aujourd-hui/4500799-dysoralite-sensorielle-anorexie-du-nourrisson-leur-enfant-ne-veut-pas-manger.html)

## ÉMISSION DE RADIO

« Dépression post-partum : un syndrome qui touche aussi les hommes »  
2023, Le téléphone sonne

**Résumé :** La dépression post-partum est un phénomène connu chez les femmes. Entre 15 et 20 % des mères en sont atteintes. Mais ce syndrome existe également chez les pères.

[www.radiofrance.fr/franceinter/podcasts/le-telephone-sonne/le-telephone-sonne-du-jeudi-12-janvier-2023-5039902](http://www.radiofrance.fr/franceinter/podcasts/le-telephone-sonne/le-telephone-sonne-du-jeudi-12-janvier-2023-5039902)



## RESSOURCE BIBLIOGRAPHIQUE

« Parents dans un monde d'écran » : le guide à destination des parents pour accompagner leurs enfants sur les écrans  
2023, par Douar Nevez et DéfiS

**Résumé :** Le guide pratique « Parents dans un monde d'écran » a été réalisé en 2022 par l'association Douar Nevez (addictologie) et l'Association DéfiS (formation et inclusion numérique), pour répondre à une problématique à laquelle chaque parent doit faire face. Loin d'un discours culpabilisateur, ce guide documenté permet à chaque parent de mieux appréhender une pratique qui est devenue presque inévitable dans chaque foyer.

[www.federationaddiction.fr/actualites/milieus-et-publics-actualites/jeunes/parents-dans-un-monde-decran-le-guide-a-destination-des-parents-pour-accompagner-leurs-enfants-sur-les-ecrans/](http://www.federationaddiction.fr/actualites/milieus-et-publics-actualites/jeunes/parents-dans-un-monde-decran-le-guide-a-destination-des-parents-pour-accompagner-leurs-enfants-sur-les-ecrans/)

## PROGRAMME PÉDAGOGIQUE

« Programme de soutien aux familles et à la parentalité (PPSFP) »

**Clefs parentalité**

**Résumé :** PSFP est un programme pragmatique dont les effets se font rapidement sentir sur les relations familiales, le climat familial. Il offre aux parents des « clefs de la parentalité », qui sont autant d'occasions d'enrichir, de développer l'éventail de leurs pratiques ; comment communiquer plus efficacement, dire non plus facilement, gérer ses émotions et celles de ses enfants...

[clefsparentalite-psfp.com/vous-etes-professionnels/](http://clefsparentalite-psfp.com/vous-etes-professionnels/)

## OUTIL PÉDAGOGIQUE

« Mythes et réalités sur : santé mentale, parentalité et enfance », PSYCOM

[www.psycom.org/agir/laction-anti-stigmatisation/mythes-et-realites/](http://www.psycom.org/agir/laction-anti-stigmatisation/mythes-et-realites/)

« C'est quoi le bonheur pour vous ? 7 milliards d'individus, 7 milliards de définitions »

**2020, Neo-Bien-être éditions**

*Public : tout public*

**Résumé :** Ce jeu est destiné à toute la famille et est composé de missions, de défis et de moments de partage. Il permet de mieux connaître son entourage à l'aide d'outils pratiques et propose des conseils à appliquer dans son quotidien.

[www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=9486&titre=c-est-quoi-le-bonheur-pour-vous--7-milliards-d-individus-7-milliards-de-definitions&debut](http://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=9486&titre=c-est-quoi-le-bonheur-pour-vous--7-milliards-d-individus-7-milliards-de-definitions&debut)

« Stop aux crises. Comment gérer les petits conflits au quotidien »

**2022, Alexia Poirier, La Maison Hachette pratique**

**Résumé :** Cet outil a pour ambition de donner aux parents des solutions afin de désamorcer les conflits avec leur(s) enfant(s) dans l'objectif de développer une éducation bienveillante. Par le biais de 14 cartes illustrant chacune une situation, les parents

pourront trouver des alternatives aux petits conflits de tous les jours, à apprendre à mieux communiquer, à donner l'exemple et à reconnaître leurs erreurs.

[www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=9672&titre=stop-aux-crisis-comment-gerer-les-petits-conflits-au-quotidien&debut](http://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=9672&titre=stop-aux-crisis-comment-gerer-les-petits-conflits-au-quotidien&debut)

« Et si on se parlait ? »

**2020, Chantecler**

**Résumé :** Ce jeu propose 80 sujets de discussions sous forme de questions à poser par les parents à leurs enfants. Les thèmes abordés sont : toi-même, les amis, la famille, réflexions, l'école, les loisirs.

[www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=8828&titre=et-si-on-se-parlait--cartes-de-discussion--80-questions-originales-pour-avoir-une-chouette-discussion-avec-votre-enfant&debut](http://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8828&titre=et-si-on-se-parlait--cartes-de-discussion--80-questions-originales-pour-avoir-une-chouette-discussion-avec-votre-enfant&debut)

« Les écrans, un temps pour tout »

**2019, Association française de pédiatrie ambulatoire (AFPA)**

**Résumé :** Ce jeu permet de sensibiliser les parents de jeunes enfants (0-6 ans) à l'usage des écrans en famille. Il s'utilise dans le cadre de groupes de parole. Il permet d'évoquer 10 situations du quotidien dans lesquelles interviennent les écrans, de proposer des alternatives et d'informer sur les enjeux en termes de développement de l'enfant.

[www.mpedia.fr/outil-jeu-pedagogique-ecrans-temps-pour-tout/?lo=47427](http://www.mpedia.fr/outil-jeu-pedagogique-ecrans-temps-pour-tout/?lo=47427)

« Nos fiches pratiques : des clés pour accompagner les familles dans leur quotidien »

**Centre d'excellence des troubles neurodéveloppementaux de l'Hôpital Robert Debré AP-HP (InovAND)**

**Résumé :** Retrouvez l'ensemble de nos fiches pratiques pour vous accompagner dans votre quotidien de parents. Simples, pragmatiques et concrètes, ces fiches se veulent accessibles à tous afin de partager au plus grand nombre notre expertise.

[www.clepsy.fr/category/fiches-pour-tous/](http://www.clepsy.fr/category/fiches-pour-tous/)

## **OUTIL PÉDAGOGIQUE AUPRÈS DE PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP**

**« Vie affective, sexualité, parentalité  
et handicap »  
2020, Ireps Bourgogne Franche-Comté**

**Résumé :** Cette série de 6 vidéos, à destination des jeunes en situation de handicap, mais accessible à tous, a pour but de favoriser l'autonomie et l'accessibilité à la vie affective, la sexualité et la parentalité des personnes en situation de handicap. Les vidéos ont été créées à partir d'un scénario élaboré par l'IREPS et ses partenaires, en accessibilité universelle, selon un parcours de la vie affective, sexuelle et parentale des jeunes comprenant 6 étapes : la rencontre amoureuse, les émotions ; l'attraction vers l'autre, le désir ; le consentement ; la contraception ; le désir d'enfant, le désir de grossesse ; la parentalité, on en parle ?

[www.youtube.com/  
playlist?list=PLM4qLFHmvysqXmY\\_  
SGp8i5Bc2lrrk6Kxo](http://www.youtube.com/playlist?list=PLM4qLFHmvysqXmY_SGp8i5Bc2lrrk6Kxo)



### **BROCHURE**

**« Le consentement de la personne  
en situation de handicap, le guide  
en FALC »  
2023, CREA**

Cette brochure écrite en FALC vise les personnes en situation de handicap et le grand public en situation de handicap.

[www.creai-grand-est.fr/uploads/  
files/Le-consentement-de-  
la-personne-en-situation-de-  
handicap-03-02-2023-13-44-31.pdf](http://www.creai-grand-est.fr/uploads/files/Le-consentement-de-la-personne-en-situation-de-handicap-03-02-2023-13-44-31.pdf)

## **OUTIL PÉDAGOGIQUE AUPRÈS DE PERSONNES MIGRANTES**

**« Santé des femmes et des enfants  
en début de vie »  
2016, Femmes-Tische**

*Publics : adulte, migrant*

Ce set d'animation aborde au moyen de cartes illustrées des questions importantes de la santé reproductive des femmes et de la santé préventive au cours de la petite enfance. Les informations actuelles fiables sensibilisent les femmes et encouragent

la discussion comme la recherche de réponses à leurs questions.

[www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.  
php?ref=8868&titre=sante-des-  
femmes-et-des-enfants-en-debut-de-  
vie&debut=15](http://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8868&titre=sante-des-femmes-et-des-enfants-en-debut-de-vie&debut=15)

### **Améliorer le cadre de vie**

## **OUTIL PÉDAGOGIQUE À DESTINATION DE PERSONNES MIGRANTES OU DÉFAVORISÉES**

**« Il était une voix : 9 fiches pour penser  
les inégalités sociales et de santé »,  
2018, Cultures & Santé**

*Public : migrant, population défavorisée*

**Résumé :** Cet outil à destination des personnes migrantes aborde le thème des injustices et des inégalités sociales. 9 pistes d'animation y sont proposées. Elles s'articulent autour des trois thèmes suivants : il était une inégalité ; il était une santé ; il était une solution. Les pistes sont accompagnées d'un guide théorique apportant des repères sur les inégalités sociales et de santé, sur les déterminants de santé et avec des exemples les illustrant. Les objectifs de cet outil sont : d'éveiller aux situations d'inégalité et d'injustice ; mettre en lien des expériences de vie ; mener une réflexion sur les inégalités sociales, sur les inégalités sociales de santé et sur les déterminants sociaux de la santé.

[www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.  
php?ref=8868&titre=sante-des-  
femmes-et-des-enfants-en-debut-de-  
vie&debut=15](http://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8868&titre=sante-des-femmes-et-des-enfants-en-debut-de-vie&debut=15)

### **PODCAST**

**« Peut-on garder espoir tout en étant  
réaliste ? »  
2022, Louie Media**

**Résumé :** Entre le dérèglement climatique, les guerres et les risques de crise économique, tout le monde semble au bout du rouleau. Et si la solution pour garder espoir dans les pires situations, c'était justement d'être le plus réaliste possible sur ce qui nous arrive ? Pierre a vu son glacier d'enfance disparaître petit à petit, Sofia a fui les bombardements au Liban, Carole a vu sa vie bouleversée par un accident de la route. Dans cet épisode, la journaliste Marjolaine Roget interroge notre possibilité de cultiver l'espoir dans un climat très anxieux. Elle

est accompagnée par Monique Atlan, journaliste et co-auteurice du livre *L'espoir a-t-il un avenir ? - En finir avec le pessimisme. Et si l'on arrêta d'associer l'espoir à la naïveté ?*

[louimedia.com/emotions/garder-espoir](http://louimedia.com/emotions/garder-espoir)

### INFOGRAPHIE ET CLIP VIDÉO

#### « L'Arbre des ressources » PSYCOM

Public: adultes

**Résumé :** quand on rencontre un problème de santé mentale ou qu'on vit avec un trouble psychique, on peut avoir besoin d'aides et de ressources pour mener à bien ses projets et vivre une existence satisfaisante. PSYCOM a développé un outil visuel et un clip vidéo pour représenter la diversité des ressources en santé mentale : c'est « L'Arbre des ressources ». Cet outil propose une représentation des ressources existantes (ressources propres à l'individu et ressources existant sur son territoire) afin de répondre aux différents besoins des personnes (se soigner, avoir un logement ou un hébergement, travailler, être accompagné dans son quotidien, s'entraider). Sans être exhaustif, l'Arbre des ressources révèle la variété des ressources disponibles et la singularité des besoins et ressources mobilisées selon la personne et la période qu'elle traverse.

[www.psycom.org/agir/lorientation/larbre-des-ressources/](http://www.psycom.org/agir/lorientation/larbre-des-ressources/)

### WEBINAIRE

#### « Retour sur le séminaire Santé & Urbanisme : la santé, un état de bien-être physique, mental et social » 2021, Agence d'urbanisme Atlantique & Pyrénées (AUDAP)

**Résumé :** Pourquoi et comment prendre en compte la santé dans les projets d'aménagement et/ou d'urbanisme d'une collectivité locale ? Comment cheminer vers une prise en compte réussie de cette thématique dans les politiques publiques locales ? Quels sont les outils sur lesquels les élus locaux et leurs services peuvent s'appuyer ? Co-organisé par l'AUDAP, l'ARS (délégation des Pyrénées-Atlantiques) et l'Ireps Nouvelle-Aquitaine, le séminaire du 11 juin 2021 à Salies de Béarn a été riche en témoignages et retours d'expérience.

[santeterritoiresnouvelleaquitaine.org/2021/09/27/retour-sur-le-seminaire-sante-urbanisme-la-sante-un-etat-de-bien-etre-physique-mental-et-social/](http://santeterritoiresnouvelleaquitaine.org/2021/09/27/retour-sur-le-seminaire-sante-urbanisme-la-sante-un-etat-de-bien-etre-physique-mental-et-social/)

### VIDÉO

#### « Le logement en santé mentale rencontre la ville : facteurs environnementaux facilitant l'appropriation de l'espace »

[vimeo.com/534505118](https://vimeo.com/534505118)

### RESSOURCE BIBLIOGRAPHIQUE

#### « L'expérience vécue au jardin de soin en faveur du rétablissement » Romain Pommier dans Rhizome

**Résumé :** Pour accompagner les personnes aux prises avec des troubles psychiques sévères et invalidants dans leur rétablissement, les soins de réhabilitation proposent déjà plusieurs interventions validées telles que l'éducation thérapeutique du patient, la remédiation cognitive ou l'entraînement aux habiletés sociales pour ne citer qu'elles. Le développement de nouvelles interventions non médicamenteuses validées est nécessaire, car si le recours pharmacologique reste souvent indispensable, il présente aussi des limites. Il convient de les utiliser de manière proportionnée et adaptée en les proposant, plutôt qu'en alternative, en complément aux soins usuels, comme c'est le cas de l'hortithérapie.

[www.cairn.info/revue-rhizome-2022-1-page-17.htm](http://www.cairn.info/revue-rhizome-2022-1-page-17.htm)

---

#### Retrouvez les films sur ce sujet dans le guide méthodologique des SISM 2022

« Animal » de Cyril Dion, « Vivre avec l'écoanxiété » de Vice Vidéo, « Don't look up » (2021), d'Adam McKay, « Bigger than us » (2021), de Flore Vasseur, « Goliath » (2022), de Frédéric Tellier, etc.

---

#### Retrouvez d'autres documentaires dans le guide méthodologique des SISM 2022

« Climat : mon cerveau fait l'autruche » (2021) de Raphaël Hitier et Sylvie Deleule sur ARTE, « Eco-anxiété : malédiction ou nécessité ? » (2021) par Mieux, « Legacy, notre héritage » (2020) de Yann Arthus-Bertrand, « I am Greta Thunberg » (2021) de Nathan Grossman, etc.



## Seniors

### Lutter contre l'âgisme

#### REPORTAGE

#### « La révolte des vieux » 2023, Infrarouge, France 2

**Résumé :** En France, l'espérance de vie a augmenté de 30 % ces trente dernières années. Plus de 15 millions de personnes ont déjà dépassé les 60 ans. Et, en 2050, cinq millions de femmes seront nonagénaires. Pourtant, ces faits, personne ne veut les voir. Pire, ce vieillissement de la population est interprété comme une malédiction, une catastrophe collective. Les vieux sont les nouveaux invisibles de la société. Des citoyens de troisième zone. Et si les vieux se révoltaient ? Pour la réalisatrice, Laure Adler, l'âge est un sentiment, pas une réalité. À travers ses rencontres avec Edgar Morin, Mona Ozouf, Germaine Acogny, Michelle Perrot, mais aussi des inconnus, à travers ses voyages, en France et ailleurs, elle montre d'autres voies et raconte le bonheur de vieillir.

[www.france.tv/france-2/infrarouge/4560856-la-revolte-des-vieux.html](http://www.france.tv/france-2/infrarouge/4560856-la-revolte-des-vieux.html)

#### « Grand âge et société : entre isolement, préjugés, peur et dépendance, quel regard sur la vieillesse ? » 2020, Caractères

**Résumé :** La rédaction de Caractères s'est plongée dans une réflexion autour de la vieillesse dans notre société. La vieillesse, notre avenir à tous, souffre d'une mauvaise image : isolement, inutilité, honte. Cette étape de la vie est mal perçue, mal vécue, jusque dans notre langage où les mots que nous employons sont souvent réducteurs. Pourtant, cet âge de la vie recèle plusieurs trésors : le temps long du grand âge permet de se consacrer aux choses dont la vie active nous prive, les découvertes qui nous y attendent, comme la grand-parentalité ou la retraite, sont tout aussi palpitantes

que celles des autres âges. Pourquoi posons-nous un regard négatif sur la vieillesse ? Pourquoi a-t-on si peur de vieillir ? Comment vivent nos grands-parents ? Comment comprendre et appréhender ce passage obligé de la vie ?

[www.youtube.com/watch?v=3pKPSW3t7pU](https://www.youtube.com/watch?v=3pKPSW3t7pU)

#### « L'âgisme du point de vue des aînés » 2021, Le Groupe Maurice

**Résumé :** L'animateur et producteur Jean-Pier Gravel est allé à la rencontre des résidents du Groupe Maurice pour récolter des témoignages en lien avec l'âgisme. Il est allé discuter avec eux pour entendre leurs anecdotes, tantôt drôles ou émouvantes, mais toujours sincères.

[www.youtube.com/watch?v=vBTcTZ\\_feGs](https://www.youtube.com/watch?v=vBTcTZ_feGs)

#### FILM LONG-MÉTRAGE

#### « Ensemble » 2015, Aiguemarine Compagnie

**Résumé :** Le film « Ensemble » témoigne d'initiatives qui participent à montrer sous un autre jour les personnes malades ou tout simplement âgées.

Il met en lumière des actions bien souvent simples et de bon sens qui permettent aux personnes âgées et à leurs aidants de maintenir des liens sociaux, de continuer à s'impliquer dans leur environnement local et tout simplement de se sentir vivre !

[aiguemarine.org/film/ensemble/](http://aiguemarine.org/film/ensemble/)

#### COURT-MÉTRAGE

#### « Vive L'âge » 2022, Espace & Vie

**Résumé :** Découvrez le film « Vive l'âge » réalisé par Quentin Ménard et Laurent Perry, avec la participation des résidents d'Espace & Vie Carnac. Le temps d'une semaine estivale, une équipe de tournage a partagé le quotidien des seniors de la Résidence Espace & Vie de Carnac. Instants de vie, rencontres, rires, confessions..., le court métrage Vive l'âge donne la parole aux aînés, avec beaucoup d'émotion et d'authenticité. Ils nous livrent leur vision sur la vieillesse, le temps qui passe, le lien qui les unit.

[www.youtube.com/watch?v=2dGIRz3PcHw](https://www.youtube.com/watch?v=2dGIRz3PcHw)

## LONG-MÉTRAGE D'ANIMATION

« La tête en l'air »  
2013, Ignacio Ferreras

**Résumé:** Après une vie professionnelle bien remplie, la mémoire d'Emilio lui joue des tours. La maison de retraite devient alors une évidence. Il y rencontre Miguel avec qui il se lie d'amitié. À ses côtés, Emilio découvre un nouvel univers. Ses nouveaux amis sont pleins de fantaisie, ont des souvenirs aussi riches que variés, mais ont aussi leurs petites défaillances dues aux effets du temps. Alors que des premiers signes de la maladie d'Alzheimer apparaissent chez Emilio, Miguel et ses amis vont se mobiliser pour éviter son transfert à l'étage des « causes perdues », le dernier étage tant redouté de la maison de retraite. Leurs stratagèmes vont rythmer leurs journées et apporter humour et tendresse à leur quotidien.

[www.allocine.fr/film/fichefilm\\_gen\\_cfilm=200448.html](http://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=200448.html)

## Favoriser la bientraitance

### KIT PÉDAGOGIQUE

« Promouvoir la bientraitance et lutter contre la maltraitance, des vidéos pour questionner les pratiques »  
2021, Haute Autorité de Santé  
et des structures régionales d'appui  
et des usagers

**Résumé:** Des vidéos pour favoriser les échanges et questionner les pratiques ont été réalisées par les Structures régionales d'appui à l'amélioration de la qualité des soins et de la sécurité du patient de plusieurs régions. Il s'agit d'outils de formation et d'aide à l'analyse des pratiques et des organisations à destination des professionnels et des usagers permettant d'identifier les risques de maltraitance et les moyens de la prévenir. En complément, un guide de l'animateur a été rédigé pour faciliter les séances de sensibilisation ou formation à la bientraitance dans les établissements de santé et médico-sociaux. Il s'appuie sur la méthode d'analyse de scénarios qui vise à croiser les regards et à favoriser la construction du partenariat entre usagers et professionnels pour améliorer les pratiques et les organisations.

[www.forap.fr/maltraitance-des-temoignages-pour-questionner-les-pratiques](http://www.forap.fr/maltraitance-des-temoignages-pour-questionner-les-pratiques)

## VIDÉO/REPORTAGE

« Les seniors, une chance pour nos sociétés »  
Mai 2022, Vox Pop, ARTE

**Résumé:** « Le vieillissement de la population est une chance pour nos sociétés », d'après le sociologue Serge Guérin. En France, à partir de 2015, les plus de 60 ans sont devenus plus nombreux que les moins de 20 ans. Le vieillissement de la population est une révolution démographique qui va s'étendre au monde entier et transformer nos sociétés. Loin des idées reçues, Serge Guérin l'envisage comme une opportunité, un facteur de richesse sociale et économique.

[www.youtube.com/watch?v=Jb\\_AHhhPJyg](https://www.youtube.com/watch?v=Jb_AHhhPJyg)



## Lutter contre l'isolement

### FILM LONG-MÉTRAGE

« La vie des gens »  
2015, Olivier Ducray

**Résumé:** Saisons après saisons, la pétillante Françoise, infirmière libérale, illumine la vie des gens. Avec beaucoup d'humour et de tendresse, elle fait bien plus que soigner nos aînés... elle préserve le lien social.

[www.allocine.fr/film/fichefilm\\_gen\\_cfilm=233553.html](http://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=233553.html)

### VIDÉO

**Résumé:** Depuis 1946, les Petits Frères des Pauvres sont aux côtés des personnes âgées souffrant d'isolement, prioritairement les plus démunies.

[www.youtube.com/watch?v=75E9Q2TuOXo](https://www.youtube.com/watch?v=75E9Q2TuOXo)

## Lutter contre la précarité

### REPORTAGE

« **Contrainte de vivre dans sa voiture, Dominique a retrouvé un logement** »  
2022, Brut

**Résumé :** À 61 ans, Dominique était contrainte de vivre dans sa voiture avec son chien depuis 8 mois. Le 31 décembre, on a appris une bonne nouvelle : elle a été relogée, et elle et son « loulou » peuvent enfin dormir au chaud. Notre journaliste Leïla Amrouche est retournée les voir.

[www.youtube.com/watch?v=og96zwKsOys](http://www.youtube.com/watch?v=og96zwKsOys)

### OUTIL PÉDAGOGIQUE

« **Bonne journée, bonne santé. Dispositif d'intervention en promotion de la santé pour les personnes âgées** »,  
2016, Santé publique France

*Public : personne âgée,  
population défavorisée*

**Résumé :** Ce dispositif fournit aux intervenants en promotion de la santé plusieurs supports pour engager un dialogue de prévention avec les personnes âgées en situation de précarité. Les objectifs de cet outil sont d'établir un échange et favoriser l'acceptation et l'acquisition de comportements protecteurs en entretien individuel ou en atelier collectif. Le dispositif s'articule autour de huit supports qui interagissent et se complètent.

[www.pourbienvieillir.fr/  
bonne-journee-bonne-sante](http://www.pourbienvieillir.fr/bonne-journee-bonne-sante)

## Favoriser le logement

### FILM LONG-MÉTRAGE

« **J'y suis j'y reste !** », 3 volets, publié  
par Marie Delsalle sur Leroy Merlin

**Résumé :** 3<sup>e</sup> volet de la recherche psychosociale sur les motivations de personnes âgées à rester chez elles. Vieillir chez soi jusqu'au bout de sa vie est une aspiration des Français.

**Volet 3 :** [www.leroymerlinsource.fr/autonomie/jy-suis-jy-reste-liberte/](http://www.leroymerlinsource.fr/autonomie/jy-suis-jy-reste-liberte/)

**Volet 2 :** [www.leroymerlinsource.fr/autonomie/jy-suis-jy-reste-liberte/](http://www.leroymerlinsource.fr/autonomie/jy-suis-jy-reste-liberte/)

**Volet 1 :** [www.leroymerlinsource.fr/autonomie/vieillesse/jy-suis-jy-reste-recherche-delsalle-rapey/](http://www.leroymerlinsource.fr/autonomie/vieillesse/jy-suis-jy-reste-recherche-delsalle-rapey/)

## COURT-MÉTRAGE

« **La série qui change le regard sur le grand âge** »  
A Leurs Côtés

**Résumé :** à travers cette série, nous avons voulu lever le voile sur une autre réalité des Ehpad : celle des histoires de vie fortes, des liens qui se nouent entre le personnel et les résidents

[www.youtube.com/@aleurscotes7542](http://www.youtube.com/@aleurscotes7542)

### DOCUMENTAIRE

« **Le logement du bien vieillir à Dax** »  
Manon Labarchede et Maël Gauneau  
sur Leroy Merlin

**Résumé :** adaptation d'un logement aux besoins d'une personne vieillissante

[www.leroymerlinsource.  
fr/autonomie/vieillesse/  
le-logement-du-bien-vieillir-a-dax/](http://www.leroymerlinsource.fr/autonomie/vieillesse/le-logement-du-bien-vieillir-a-dax/)

### RESSOURCE BIBLIOGRAPHIQUE

« **Quelle place en Ehpad pour les personnes âgées dites "psychotiques" ?** »  
2019, Georges Jovelet dans la revue  
Rhizome

**Résumé :** Les établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (Ehpad) accueillent des personnes âgées de plus de 85 ans, dépendantes, polyopathologiques et porteuses d'atteintes cognitives. La cohabitation avec les patients issus des services de psychiatrie, orientés dès l'âge de 60 ans est difficile pour les résidents, les équipes et les familles. Cette réalité est occultée ou tenue comme secondaire par les équipes qui adressent ces patients, les Ehpad qui les reçoivent et les pouvoirs publics garants de la qualité de vie au sein de ces établissements

[www.orspere-samdarra.com/2019/  
quelle-place-en-ehpad-pour-les-  
personnes-agees-dites-psychotiques/](http://www.orspere-samdarra.com/2019/quelle-place-en-ehpad-pour-les-personnes-agees-dites-psychotiques/)



## Cultiver l'art

### FILM LONG-MÉTRAGE

#### « Poetry »

2010, Lee Chang-Dang

**Résumé :** Dans une petite ville de la province du Gyeonggi traversée par le fleuve Han, Mija vit avec son petit-fils, qui est collégien. C'est une femme excentrique, pleine de curiosité, qui aime soigner son apparence, arborant des chapeaux à motifs floraux et des tenues aux couleurs vives. Le hasard l'amène à suivre des cours de poésie à la maison de la culture de son quartier et, pour la première fois dans sa vie, à écrire un poème. Elle cherche la beauté dans son environnement habituel auquel elle n'a pas prêté une attention particulière jusque-là. Elle a l'impression de découvrir pour la première fois les choses qu'elle a toujours vues, et cela la stimule. Cependant, survient un événement inattendu qui lui fait réaliser que la vie n'est pas aussi belle qu'elle le pensait.

[www.allocine.fr/film/fichefilm\\_gen\\_cfilm=145150.html](http://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=145150.html)

## Réfléchir aux questions de fin de vie

### FILM LONG-MÉTRAGE

#### « De son vivant »

2021, Emmanuelle Bercot

Un homme condamné trop jeune par la maladie. La souffrance d'une mère face à l'inacceptable. Le dévouement d'un médecin (le docteur Sara dans son propre rôle) et d'une infirmière pour les accompagner sur l'impossible chemin. Une année, quatre saisons, pour « danser » avec la maladie, l'appriivoiser, et comprendre ce que ça signifie : mourir de son vivant.

[www.allocine.fr/film/fichefilm\\_gen\\_cfilm=276768.html](http://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=276768.html)

#### « Tout s'est bien passé »

2021, François Ozon

Ce film est une adaptation du roman du même nom d'Emmanuèle Bernheim, narrant sa propre histoire avec son père. Hospitalisé après un accident vasculaire cérébral, il se réveille diminué et dépendant. Homme curieux de tout et aimant passionnément la vie, il demande à sa fille de l'aider à mourir. Avec l'aide de sa sœur Pascale, elle va devoir choisir : accepter la

volonté de son père ou le convaincre de changer d'avis. Le film a été présenté et sélectionné en compétition officielle au Festival de Cannes 2021.

[www.allocine.fr/film/fichefilm\\_gen\\_cfilm=281202.html](http://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=281202.html)

#### « Une vie démente »

2021, Ann Sirot, Raphaël Balboni

Alex et Noémie voudraient avoir un enfant. Leurs plans sont chamboulés quand la mère d'Alex, Suzanne, adopte un comportement de plus en plus farfelu. Entre l'enfant désiré et l'enfant que Suzanne redevient, tout s'emmêle. C'est l'histoire d'un rodéo, la traversée agitée d'un couple qui découvre la parentalité à l'envers!

[www.allocine.fr/film/fichefilm\\_gen\\_cfilm=286025.html](http://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=286025.html)

#### « Serre-moi fort »

2021, Mathieu Amalric

A été présenté en séance spéciale sous le label Cannes Première au Festival de Cannes 2021. Ce mélodrame évoque une histoire déchirante, autour de la séparation d'une famille. Selon la production « ça semble être l'histoire d'une femme qui s'en va ».

[www.allocine.fr/film/fichefilm\\_gen\\_cfilm=271838.html](http://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=271838.html)

#### « Petite sœur », 2021, Stéphanie Chuat et Véronique Reymond

**Résumé :** Profondément ancré dans l'univers du théâtre, le film évoque le soutien sans faille d'une dramaturge allemande pour son frère jumeau acteur de théâtre, atteint de leucémie. Elle remue ciel et terre pour le faire remonter sur scène. Une histoire qui reflète le quotidien de nombreux proches aidants.

[www.allocine.fr/film/fichefilm\\_gen\\_cfilm=272249.html](http://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=272249.html)

**Retrouvez d'autres ressources sur la fin de vie (BD, ouvrages, pièce de théâtre) via le portail : <https://vigipallia.parlons-fin-de-vie.fr/> ou dans le document « Parcours d'information sur la fin de vie », rédigé par la Convention Citoyenne Cese, à partir de la page 77**

## RESSOURCE BIBLIOGRAPHIQUE

« Parcours d'information sur la fin de vie »  
2022, Convention Citoyenne Cese

**Résumé :** Ce corpus documentaire a été élaboré et produit par le Centre national fin de vie - soins palliatifs, organisme de référence sur la fin de vie en France, avec le soutien du ministère de la Santé et de la Prévention. Il est mis à disposition de la convention citoyenne sur la fin de vie afin que les citoyens qui la constituent puissent disposer d'informations fiables, accessibles et non partisans. Des mises à jour et compléments seront disponibles en permanence sur le site du Centre :

[www.parlons-fin-de-vie.fr](http://www.parlons-fin-de-vie.fr)

[www.lecese.fr/sites/default/files/documents/Ressourcedocumentaireconventioncitoyenne.pdf](http://www.lecese.fr/sites/default/files/documents/Ressourcedocumentaireconventioncitoyenne.pdf)

## OUTIL PÉDAGOGIQUE

« À vos souhaits »  
2018, Fédération Jusqu'à la mort accompagner la vie (JALMALV)

**Résumé :** Le jeu « A vos souhaits » est un outil de communication pour permettre l'expression des souhaits de fin de vie. Il permet à la personne en fin de vie, en classant les cartes proposées, d'énoncer ses demandes, anticiper et établir des priorités. Il aide également à formaliser et transmettre ses souhaits aux proches, aux soignants et aux familles.

[www.bib-bop.org/base\\_bop/bop\\_detail.php?ref=8453&titre=a-vos-souhaits&debut=15](http://www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8453&titre=a-vos-souhaits&debut=15)