Promotion Santé
Bourgogne
Franche-Comté

Notre offre
Santé Mentale

Version septembre 2026

Projets réalisés avec le soutien financier de :

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

ars Agence Régionale de Santé
Bourgogne-
Franche-Comté

APPLICATIONS / OUTILS NUMÉRIQUES

Le **Pass'Santé Jeunes** est un dispositif pour promouvoir la **santé des jeunes**, qui allie interfaces numériques et dynamiques partenariales locales. Ce programme ambitieux vise à soutenir la **parentalité** et à développer les **capacités des jeunes** à faire des choix favorables à leur santé.

Le Pass'Santé Jeunes s'articule autour d'un **portail de ressources** fiables et validées autour de 14 thématiques de santé, organisées en 3 tranches d'âges (8-18 ans) et complété par un espace dédié aux parents d'enfants de 0 à 18 ans.

0-18 ans et leurs parents https://cutt.ly/irhgBYrm

facebook.com/pass.sante.jeunes

instagram.com/pass.sante.jeunes

ETUCARE est un **programme numérique de promotion de la santé mentale** à destination des étudiant.es.

Basé sur les thérapies cognitivo-comportementales (TCC) et la psychologie positive, il permet aux étudiant.es 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.

Il s'articule autour de 8 modules pour :

• s'informer à travers des **témoignages** d'étudiants, des **chiffres clés**, des **ressources interactives**, des vidéos etc…

• se comprendre en répondant à des questionnaires d'**autoévaluation**, en s'appuyant sur des outils pour prendre **conscience de ses comportements** au quotidien ;

• agir en mettant en œuvre les **stratégies pratiques** proposées et en identifiant les **structures d'aide et d'écoute psychologique** près de chez eux.

IReSP + fondation April (déploiement national) **Étudiant.es** https://cutt.ly/orhgZCbD



WeCare : Une solution innovante de Promotion Santé BFC pour la santé mentale des jeunes adultes

L'**application** propose une approche numérique complète pour aider les jeunes adultes à **prendre soin de leur santé mentale**. Elle intègre des fonctionnalités interactives et éducatives conçues pour renforcer les compétences en gestion du stress et des émotions, communication.

Le parcours est personnalisable grâce à des activités variées chaque jour (visionnage de vidéos éducatives, exercices de relaxation ou quizz d'évaluation des habitudes de vie). Des récompenses sont intégrées pour maintenir la motivation et encourager à s'impliquer dans son bien-être mental.

WeCare utilise les **dernières avancées technologiques** pour offrir une expérience utilisateur **intuitive** et **enrichissante**.

18-25 ans https://cutt.ly/vrhgCpto **FLCA + IReSP**



Care Island est un **jeu mobile** destiné aux adolescent.es de 14 à 18 ans pour les aider à **prendre soin de leur santé mentale** de manière ludique et engageante. Le jeu s'appuie sur des techniques validées en psychologie pour renforcer le bien-être psychologique et les compétences psychosociales.

Utilisable en autonomie par les jeunes, Care Island peut aussi servir de **support d'échange**, d'**atelier de prévention** ou d'**outil thérapeutique** complémentaire pour les professionnel.les de la santé, du social et de l'éducation.

FIOP

14-18 ans https://cutt.ly/drhgJqcl

Catalogue des formations



Retrouvez notre **offre de formations** en santé mentale. Toutes les formations de notre catalogue peuvent être **adaptées** pour vos publics spécifiques, vos pratiques professionnelles ou votre structure.

Nous pouvons construire une **offre sur mesure**, en fonction de vos besoins.

https://cutt.ly/7rhg200x

PASS SANTÉ PRO
BOURGOGNE-FRANCHE-COMTÉ

Pass'Santé Pro

Ce **site ressource** est à la disposition des professionnel.les de **l'enfance et de l'adolescence**. Il propose une sélection d'**outils** et de **techniques d'animation**, ainsi que des **modules d'auto-formation** pour intervenir auprès des jeunes ou de leur entourage.

Le **module e-learning « Santé mentale »**
Gratuit et sans inscription
Durée : 20 minutes

https://cutt.ly/ayp75V5c

Le **module d'autoformation « Etucare: santé mentale des étudiant.es »** à destination des professionnel.les *(A paraître courant 2e semestre 2026)*

Professionnel.les au contact des 0-18 ans et de leurs parents

Formations « Sentinelle » et « Évaluation »

Repérage et gestion de la souffrance psychique et de la crise suicidaire.
Ces formations visent à structurer le repérage des personnes à risque et leur accompagnement vers le soin, grâce à un réseau de personnes-relais.

Sentinelle :
Formation ouverte à tous, « citoyen.nes » ou professionnel.les, personnes ressources repérées comme ayant des dispositions spontanées au souci de l'autre et reconnues comme telles.

Évaluation-orientation :
Personnels de santé (médecins, infirmiers) et psychologues formés à l'entretien clinique, ouverture de la formation aux assistants sociaux sur validation préalable des formateurs régionaux.



Informations : contact@promotion-sante-bfc.org

DOCUMENTATION / RÉFÉRENTIEL

Préserver les enfants des violences

Un guide pratique pour mettre en oeuvre et renforcer les compétences psychosociales (CPS)



https://cutt.ly/syatem2a

Professionnel.les encadrant des enfants de 6 à 11 ans

Care Island : guide d'animation

Ce guide met à disposition des ateliers clé en main pour accompagner les 14-16 ans dans le développement de leur santé mentale. Des activités ludiques, participatives et axées sur le plaisir de jouer vous feront plonger dans l'univers insulaire d'Harmonia.

Parution 4e trimestre 2026

Guide d'animation Wecare

Ce guide est conçu pour soutenir les professionnel·les dans l'animation de leurs **séances d'éducation pour la santé mentale des jeunes**. Il contient :

- des informations pour mieux comprendre et aborder avec les jeunes la santé mentale
- des indications sur la **posture** à adopter en tant qu'animateurice de séances
- des **séances clés en main**
- des **retours d'expériences** de professionnel.le.s (à venir)

https://cutt.ly/typ5QPXz



Acteurs.rices au contact des jeunes : foyer de jeunes travailleurs, école de la 2e chance, centre de formation



Référentiel d'intervention

Promouvoir la santé mentale des étudiants

Dijon : Promotion Santé BFC, 2024, 76 p.

Ce référentiel offre aux réseaux de l'enseignement supérieur des balises communes pour les soutenir dans une véritable **approche systémique** de la santé mentale. Il vise à accompagner chaque étudiant·e vers l'atteinte de son plein potentiel et à faire des établissements d'enseignement supérieur des lieux propices au développement d'une santé mentale positive.

Établissements d'études supérieures, acteurs du supérieur, assos étudiantes

https://cutt.ly/rrhPkNM3



Bibliographie

Faire le tour de la santé mentale des jeunes en promotion de la santé en 180 minutes (ou presque)

Étudiant.es en service sanitaire ou tout autre professionel.les concerné par la santé mentale des jeunes

Ce dossier documentaire accompagne le dispositif du service sanitaire. Il contient :

- des référentiels et guides d'aide à l'action,
- des stratégies d'intervention et des exemples d'actions,
- des outils pédagogiques pour intervenir auprès de vos publics.

https://cutt.ly/6yp5HeOb



Dossier documentaire

Promouvoir la santé mentale : concepts, méthodes et leviers pour agir

Vassieux Laetitia. Université d'été francophone en santé publique de Besançon, 30 juin-5 juillet 2024.
Dijon : Promotion Santé BFC, 2024, 70 p.

https://cutt.ly/XrhPTpAe

8 chapitres

- Définitions
- Représentations et stigmatisations
- Programmes et politiques de santé mentale
- Santé mentale : tous concernés
- Les déterminants de la santé mentale
- Agir en santé mentale
- Outils pour intervenir
- Ressources complémentaires

RRAPPS BOURGOGNE FRANCHE-COMTÉ
Réseau régional d'appui à la prévention et à la promotion de la santé

Rrapps « Santé mentale »

Des référentiels, des guides de bonnes pratiques et des documents cadres sur la promotion de la santé…

https://cutt.ly/krhPSuyq

BIB BOP

Une base de données bibliographiques pour vous documenter et une base d'outils pédagogiques pour vous outiller lors de vos actions.

https://www.bib-bop.org/