

### **Organisateur :**

Promotion Santé Valais

<https://www.promotionsantevalais.ch/fr/gouvernail-558>

### **Quels sont les arguments qui justifient cette offre de prévention / promotion de la santé psychique dans les écoles ?**

Le programme promeut le développement des compétences de vie. Le développement de ces compétences et leur renforcement doivent se faire dès le plus jeune âge pour favoriser l'équilibre et le bien-être en termes de santé psychique. Les personnes de référence des enfants et adolescents sont également sensibilisées et formées pour garantir un meilleur soutien.

### **Quels sont les principaux objectifs de cette offre de prévention / promotion de la santé psychique ?**

Gouvernail est un programme de prévention créé pour les institutions à caractère éducatif pour adolescents et jeunes adultes. Il cherche à sensibiliser les jeunes et les professionnel-le-s sur les thèmes de la promotion de la santé, de la prévention des conduites à risque et des addictions. L'élaboration et la création du programme Gouvernail ont été sous-tendues par les principes suivants, issus autant des résultats des dernières recherches que des expériences acquises dans le domaine de la prévention et de la promotion de la santé :

- Privilégier une approche mettant au centre la personne et son contexte plutôt que le produit ou le comportement
- S'intéresser aux causes des difficultés et pas uniquement aux symptômes dérangeants
- Aborder les conduites à risque en proposant des alternatives et en évitant la moralisation
- Développer des processus participatifs avec les jeunes et utiliser leurs ressources propres selon le principe de l'empowerment
- Travailler sur les ressources de l'institution

### **Décrivez le contenu et les moyens pédagogiques de cette offre de prévention / promotion de la santé psychique :**

La démarche est souple et modulable afin de s'adapter aux particularités de chaque institution. Une malette "Gouvernail" contenant divers outils est prévue dans ce programme et un atelier destiné aux professionnels permet de se familiariser avec son utilisation.

### **Intervenant(s) :**

Sophie Cottagnoud

**Public cible :**

Professionnels, adolescents et jeunes adultes.

**Coût de la prestation :**

Malette : 200.- / formation sur devis.

**Contact :**

Responsable du programme : [sophie.cottagnoud@psvalais.ch](mailto:sophie.cottagnoud@psvalais.ch)