

# SMILE - Projet d'innovation sociale

Préserveons notre **Santé**  
**Mentale**

Luttons contre l'**I**solement

Etablissons des **L**iens, des  
relations sociales saines et  
solides

Faisons de notre  
**E**panouissement le but final  
de notre société





# SMILE – Comment?



**Formation PSSM France  
Secouriste en santé  
mentale**

**Formation PSSM France  
Ambassadrice Santé  
Mentale**

Recevoir et former les  
bénévoles et les acteurs à  
la formation PSSM

**Création d'un centre  
d'écoute ouvert à tous**

**Textomotive :**  
Plateforme de messagerie  
qui vous permet de  
recevoir un message  
bienveillant et motivant  
chaque matin

Messages motivants,  
citations, défis, questions  
qui amènent à la réflexion

**Café rencontres:**  
Sur différents thèmes en  
lien avec la santé mentale  
– objectif : briser  
l'isolement et discuter  
avec d'autres personnes  
en vous accordant une  
place sécuritaire

**Jeu de cartes "Découvrir  
c'est voir autrement":**  
Découvrir et redécouvrir  
son entourage (famille ,  
amis, collègues de  
bureau), en répondant à  
des questions en relevant  
des défis et aussi en  
s'arrêtant sur des sujets  
de réflexion

**Les midis Mieux être:**  
conférence, atelier,  
témoignage  
Grande variété de sujets  
en lien avec la santé  
mentale positive  
Ex: Eco anxiété,  
préoccupation du futur,  
tourbillon d'inquiétude,  
comment recharger votre  
énergie, différents outils  
simples et efficaces...  
**« Les ptits bonheur du X  
(choisir un jour fixe dans  
la semaine)**



# SMILE – Le plan d'actions



**A partir de Septembre 2024:  
Sessions de sensibilisation  
« Santé Mentale » (1h) -  
déstigmatiser & apprendre à  
aider**

*Faculté de Pharmacie/Associations  
d'étudiants*

*Mairie*

*Entreprises*

*FACE Hérault*

...



**2025: Proposer des formations  
de secouristes - ambassadrice  
PSSM France**



**Faire connaitre SMILE, adapter  
le besoin et les priorités  
Rechercher  
Financement/Aide/Partenariat**



**Se connecter au terrain : Ville,  
Métropole, Région, FACE,  
projet d'innovation sociale  
« hérault », MBS, Rectorat...**