



**Formateur
accrédité**

PREMIERS SECOURS
EN SANTÉ MENTALE FRANCE

Campagne de communication



Université
de Technologie
Tarbes
Occitanie Pyrénées

BESOIN DE TOI.



HERRAIZ LEA - PHILIPPEAU ILIONA

LE CONTEXTE

- **40% DES 18-24 SOUFFRENT DE TROUBLES DE L'ANXIÉTÉ GÉNÉRALISÉE ;**
- **PLUS D'1 JEUNE SUR 5 CONNAÎT DES SYMPTÔMES DÉPRESSIFS ;**
- **EN 2021, 23 791 JEUNES AURAIENT TENTÉ DE METTRE FIN À LEUR JOUR.**

SOMMAIRE

- 01 - Qu'est ce que la santé mentale ?
- 02 - Le Verbatim
- 03 - Notre campagne de communication



LA SANTÉ MENTALE C'EST QUOI ?

La santé mentale est un **état de bien-être émotionnel, psychologique et social** chez une personne.

Elle est **influencée** par divers **facteurs**, y compris les **expériences** de vie.

Cependant ce bien être émotionnel, ne concerne pas tous les individus. Ainsi certains d'entre nous **souffrent de troubles psychiques**, impactant alors ce bien être intérieur.

Ces mal-être peuvent être traduis par de l'angoisse, du stress, etc.

Pour favoriser la santé mentale individuelle et collective, il existe plusieurs **plan d'action**.



LE VERBATIM



NOTRE CAMAPAGNE DE COMMUNICATION

NOTRE SLOGAN

“BESOIN DE TOI.”



NOTRE CIBLE ET NOTRE MESSAGE

- Les étudiants
- Les professeurs

Notre campagne de communication met en lumière le fait que la santé mentale ne se voit pas toujours, et qu'il existe des moyens pour l'identifier et offrir de l'aide. La campagne **encourage** et **sensibilise** les étudiants à devenir des secouristes de la santé mentale.

En travaillant ensemble pour créer un environnement de soutien et de compréhension, les étudiants peuvent jouer un rôle crucial dans la promotion de la santé mentale au sein de leur communauté étudiante. **Ils ont besoin de vous.**



PLAN DE COMMUNICATION

Choix des canaux de communication:

Affichage au campus
Utilisation des RS



Organisation d'évènements:

Séances d'informations interactives (en amphithéâtre)

Création de supports visuels:

Affiches
Publications RS



Partenariats avec des associations étudiantes (Amicale, TECTA, Com TC...)

Promouvoir sur les RS

LES AFFICHES RÉALISÉES



Formateur accrédité
PREMIERS SECOURS
EN SANTÉ MENTALE FRANCE

**Université de Technologie
Tarbes
Occitanie Pyrénées**

Elle a
BESOIN DE TOI.

Tu as envie de l'aider ?
Deviens ambassadeur en santé mentale de l'UTTOP
Contact : formateurs.pssm@iut-tarbes.fr



Formateur accrédité
PREMIERS SECOURS
EN SANTÉ MENTALE FRANCE

**Université de Technologie
Tarbes
Occitanie Pyrénées**

Il a
BESOIN DE TOI.

Tu as envie de l'aider ?
Deviens ambassadeur en santé mentale de l'UTTOP
Contact : formateurs.pssm@iut-tarbes.fr



Formateur accrédité
PREMIERS SECOURS
EN SANTÉ MENTALE FRANCE

**Université de Technologie
Tarbes
Occitanie Pyrénées**

Elle a
BESOIN DE TOI.

Tu as envie de l'aider ?
Deviens ambassadeur en santé mentale de l'UTTOP
Contact : formateurs.pssm@iut-tarbes.fr

LES PUBLICATIONS RÉALISÉES

- Publications de couverture identique
- Seulement la question qui change
- Charte graphique
- Mentions légales

LA SANTÉ MENTALE

Qu'est-ce que c'est ?



La santé mentale est un **état de bien-être émotionnel, psychologique et social** chez une personne.

Elle est **influencée** par divers **facteurs**, y compris les **expériences** de vie.

Pour favoriser la santé mentale individuelle et collective, il existe plusieurs **plan d'action**.

contact : formateurs.pssm@iut-tarbes.fr



LA SANTÉ MENTALE

Comment repérer les symptômes?

- **Changement d'humeur** fréquent
- **isolement** social
- **Fatigue** constante
- Difficultés de **concentration**
- **Perte d'intérêt** pour les activités habituelle
- **Pensées suicidaires** ou auto-destructrices
- **Symptômes physiques** non expliqué
- Problème de gestion du **stress**



contact : formateurs.pssm@iut-tarbes.fr



☀️ La santé mentale est un sujet qui te parle? 🧠 Nous lançons notre programme d'ambassadeur et nous recherchons des personnes passionnées pour partager leur histoire, encourager la conversation et promouvoir le bien-être mental. Intéressé(e)? Envoyez-nous un message pour en savoir plus! ❤️ #SantéMentale #Ambassadeur #Engagement #

LES PUBLICATIONS RÉALISÉES



**ÊTRE
AMBASSADEUR**

En quoi ça consiste ?



Etre ambassadeur a de nombreux avantages :

- **Aider** les autres, c'est s'aider soi-même
- Se sentir **utile**
- Apporter du **soutiens** aux autres.
- Contribue **positivement** à la santé mentale des étudiants sur le campus.

PS : Et en plus, cela te rajoute des points à la moyenne !!

contact : formateurs.pssm@iut-tarbes.fr

Témoignage



Rejoindre le groupe de secouristes en santé mentale a été l'une des expériences les plus enrichissantes de ma vie universitaire ! Chaque fois que j'aide quelqu'un je me sens utile et gratifiant d'apporter un soutien aux personnes qui en ont besoin.

Rejoins moi ! contact : formateurs.pssm@iut-tarbes.fr

- Représentation de la page de couverture identique
- Thème qui change
- Mentions légales
- Charte graphique

- Publication différente
- Témoignage d'ambassadeur
- Incitation à l'action

IDÉE DE PODCAST



PODCAST

ANXIÉTÉ SOLITUDE
MAL-ÊTRE SAUVER
EMPATHIE TRAIDE
COMBATRESSION
ÉCOUTE SIBILISER
AIDER TO CONFIANCE

La santé mentale/Ep1
Psychologues et experts en santé mentale

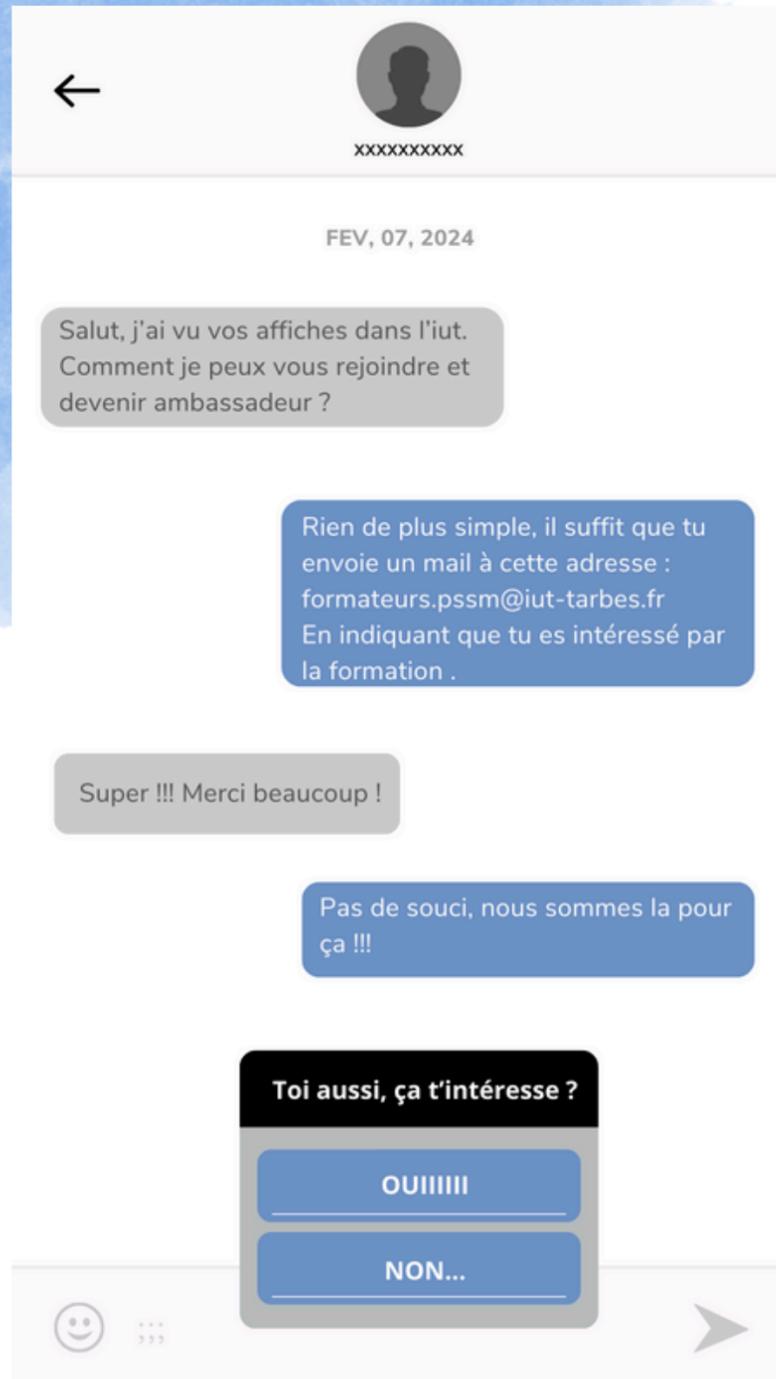
1:29 -2:32

ENVIE DE L'ENGAGER ?

formateurs.pssm@iut-tarbes.fr

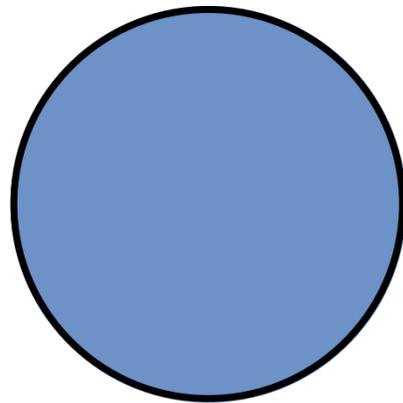
- Destiné aux **étudiants** qui souffrent de la santé mentale.
+ aux **ambassadeurs**
- **Psychologues** et **experts** de la santé mentale qui expliquent le sujet.
- **Témoignages** d'étudiants souffrants ou ambassadeurs (parcours, souffrances, solutions).

IDÉE DE STORY

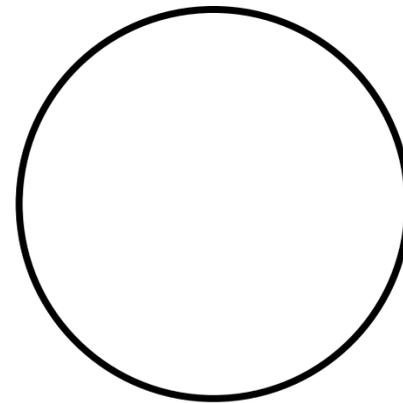


- Incite les étudiants à **devenir ambassadeur**.
- Extrait d'une **conversation** avec une personne intéressée.
- **Sondage** pour voir si des personnes sont intéressées.

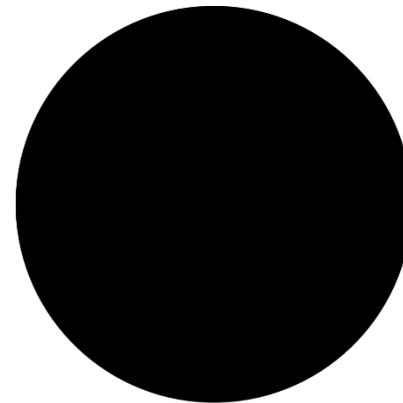
NOTRE CHARTE GRAPHIQUE



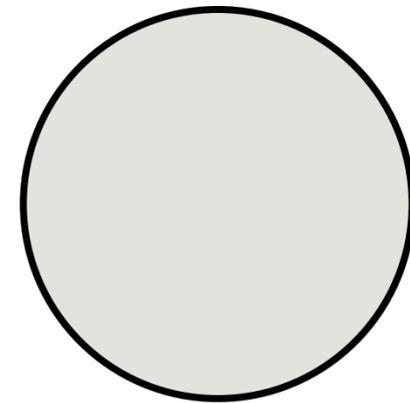
- Bleu : La connaissance, la tranquillité, la sécurité et à la confiance.



- Blanc : Pureté, paix et sagesse.



- Noir : Angoisse, élégance.



- Beige : neutralité, simplicité, chaleur

ÉLÉMENTS ESSENTIELS

TYPOGRAPHIE

Choix de la police “OSWALD”, elle est très **lisible**, et **impactante**. **Transmission claire** pour la cible.

VISUELS

Choix de l'utilisation d'**images réelles** pour rendre plus **impactante** notre campagne. Nous souhaitons montrer **l'importance** que peut avoir **l'engagement** dans le secourisme en santé mentale.

Nous souhaitons également mettre en avant des **visuels simples** et **épuré**, afin de laisser un **message clair** dans les esprits.

MENTIONS LÉGALES



CONTACT :

formateurs.pssm@iut-tarbes.fr

Merci À Vous.