La prévention santé,
agir pour votre bien-être.

VITAPREV



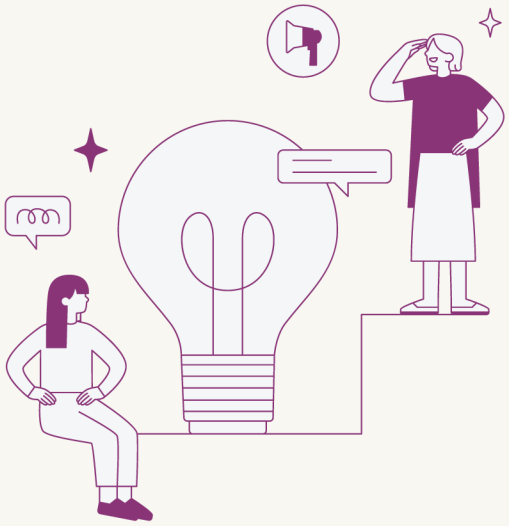
Catalogue Milieu scolaire

Formation, ateliers, conférences

Mise à jour **20 mars 2025**

Version **2025 Edition**

Sommaire



01 Vitaprev 04

1.1 Mission, vision 05

1.2 À propos 06

02 La prévention en milieu scolaire 07

2.1 Politiques éducatives et prévention santé 08

2.2 Les compétences psychosociales, le fil rouge 09

2.3 Pourquoi Vitaprev s'engage en milieu scolaire ? 09

03 Violences et harcèlement 10

3.1 Les ateliers 11

3.2 Les formations 12

3.3 Les conférences 13

04 Éducation aux médias 14

4.1 Les ateliers 15

4.2 Les formations 17

4.3 Les conférences 18

05 Santé mentale : un enjeu public 19

5.1 Les ateliers 20

5.2 Les formations 21

5.3 Formation PSSM 22

5.4 Les conférences 23

06 Consommations et usages à risque 24

6.1 Les ateliers 25

6.2 Les formation 26

6.3 Les conférences 27





01

VITAPREV



1.1 Mission, vision

Vitaprev est née de la rencontre entre la santé et l'éducation. Pour que la prévention devienne un réflexe, sa mission est de développer les leviers d'action favorisant le bien-être physique, mental et social des jeunes, des adultes et des professionnels.

Le logo Vitaprev représente une personne qui regarde vers le futur. C'est l'assemblage d'un visage, d'un cerveau, d'un tronc d'arbre et de feuilles, symbolisant l'épanouissement, le bien-être, le développement de l'esprit critique et l'autonomie dans la prise de décision quant à notre santé.

Une santé florissante nous permet d'envisager l'avenir, explorer, mener des projets, et grandir sereinement.

Pour cela, la sensibilisation et la formation sont des leviers puissants mobilisés pour accompagner les publics à s'informer et s'approprier leur santé.

Les valeurs

Intégrité **Écoute** **Adaptabilité**

1.2 À propos



Attachée à la santé sous toutes ses formes, j'interviens en tant que formatrice et animatrice prévention depuis plus de 6 ans.

J'ai créé Vitaprev en 2022 pour favoriser l'épanouissement et l'autodétermination de chaque personne sur les questions de santé.

Science, anthropologie, médecines alternatives, massages, psychotrauma, j'ai approfondi de nombreuses dimensions de la santé pour en extraire une vision plurielle et riche. Je tiens à appliquer une méthode non-jugeante, ludique et ouverte à la co-élaboration pour respecter mes valeurs et convictions.

Mathilde Gantier

Zones d'intervention



Siège à Marseille

Déplacements en région PACA, AURA et Paris

Distanciel / Visioconférences

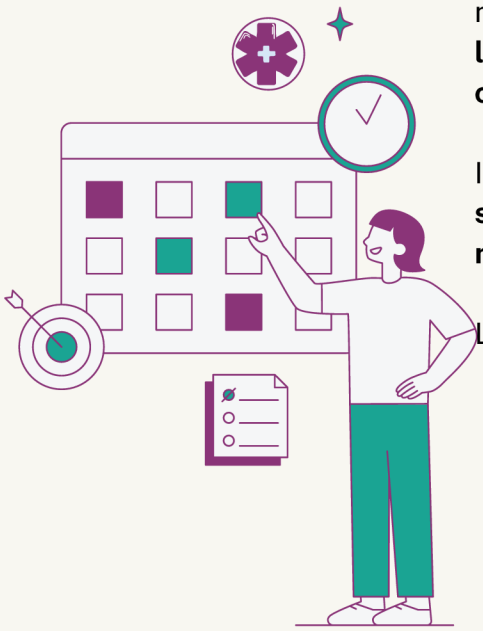
02

La prévention en milieu scolaire





2.1 Politiques éducatives et prévention santé



La prévention en matière de santé est une priorité de l'Éducation nationale, avec pour objectif de **favoriser le bien-être des élèves, lutter contre les inégalités de santé et promouvoir des comportements responsables**.

Intégrée au Parcours éducatif de santé (PES), cette politique vise à **sensibiliser les jeunes** aux grands enjeux de la **santé physique** et **mentale** tout au long de leur scolarité.

Les thématiques abordées sont variées :

- Santé mentale et bien-être : lutte contre le stress, l'anxiété et le harcèlement scolaire.
- Prévention des comportements à risque : addictions, usage des écrans, alimentation et activité physique.
- Éducation à la citoyenneté et aux médias : prévention des fake news et des cyberviolences.
- Éducation à la sexualité et aux relations sociales : respect, consentement et lutte contre les discriminations.

Les établissements scolaires mènent des actions dans une approche :

- **Individuelle** : interventions de professionnels de santé, enseignants, associations...
- **Collective** : projets d'établissement, notamment dans le cadre des actions du Comité d'éducation à la santé et à la citoyenneté (CESC) ou encore du programme pHARe qui lutte contre le harcèlement à l'école.

L'axe de prévention de la santé participe au bon climat scolaire, indispensable pour favoriser les apprentissages, et créer un climat de confiance entre tous les membres de la communauté éducative, élèves comme adultes.



2.3 Les compétences psychosociales, le fil rouge

Les compétences psychosociales (CPS) désignent un ensemble d'aptitudes permettant de gérer les émotions, interagir de manière positive avec les autres et faire face aux défis du quotidien. Inscrites dans les programmes éducatifs depuis quelques années, elles sont indispensables pour améliorer la réussite éducative, prévenir les violences et le stress, et favoriser le bien-être des élèves.



2.4 Pourquoi Vitaprev s'engage en milieu scolaire ?

Depuis plus de six ans, Vitaprev a pour objectif de favoriser le climat scolaire, rendre les élèves acteurs de leurs parcours, et développer les compétences psychosociales. La priorité est de répondre aux besoins identifiés, soit en intervenant directement (ateliers, formations, conférences), soit en **accompagnant à la construction des projets pédagogique**s en promotion et prévention de la santé (méthodologie de projet).

En collaborant avec les écoles, collèges et lycées, nous contribuons à créer un environnement scolaire bienveillant et protecteur, où chaque jeune peut s'épanouir sereinement.

03 Violences et harcèlement





Longtemps perçues comme de simples “chamailleries”, une grande enquête révèle en 2010 que 10% des élèves sont victimes de harcèlement scolaire. Des plans de lutte se succèdent alors, jusqu’au programme pHARe élaboré en 2019, qui vise à structurer une **prévention systématique** et à former des **équipes référentes** dans chaque établissement.

La lutte contre toutes les formes de violence est devenue un enjeu de santé publique, tant ses conséquences sont multiples et durables.

3.1 Ateliers

Violences et harcèlement	Comprendre les mécanismes et acteurs du harcèlement, connaître les ressources disponibles.
Violences sexistes et sexuelles	Les VSS c’est quoi ? Questionnons nos croyances, représentations, et stéréotypes de genre dans les médias.
Cyberviolences	Bodyshaming, cyberharcèlement, sextorsion, diffusion d’images : connaître les bonnes pratiques sur Internet.
Méthodologie et animation	Supports interactifs (vidéos, Serious game, débats...) Co-construction des savoirs Mobilisation des compétences psychosociales

À destination des élèves de **7 à 18 ans**
Modules de **1 heure à 8 heures**
Prix : à partir de 70 euros HT

Vitaprev créé des **“parcours santé”** combinant plusieurs thématiques.
Contactez-nous

Les ateliers ci-dessus sont mentionnés à titre d’exemples.

3.2 Formations





Les formations destinées aux adultes répondent à un double enjeu :

- Accompagner les professionnels de l'Éducation Nationale à **monter en compétences** sur la thématique des violences
- Proposer des **outils clés en main** pour que les adultes puissent **animer** des ateliers en classe

Objectifs généraux

- Sensibiliser et former les professionnels de l'éducation aux enjeux du harcèlement.
- Favoriser un climat scolaire propice aux apprentissages grâce à une démarche de prévention collective

Objectifs pédagogiques

- Définir le harcèlement et ses mécanismes
- Repérer les signaux d'alerte et savoir agir
- S'approprier les outils clés en main pour animer des séances de sensibilisation auprès des élèves

Programme de formation

- Plan de lutte contre le harcèlement : éléments de contexte
- Violences et harcèlement : cadre légal
- Mécanismes, signes et conséquences
- Agir pour prévenir toutes les formes de violence
- Outils, techniques d'animations et ressources

Durée : 3 h à 2 journées
Modalités : 5 à 20 participants
Prix : à partir de 300 euros HT



3.3 Conférences

Conférence parent / café-débat, les parents jouent un rôle indispensable dans la communauté éducative, le climat et la réussite scolaire.

Les conférences parents sont un temps d'échange, d'apport de connaissances et surtout de partage d'expériences autour de la question du harcèlement, de ses enjeux et conséquences.

Elles sont construites sur-mesure, en fonction des problématiques identifiées :

- Violences sexistes et sexuelles
- Harcèlement
- Cyberharcèlement
- Comment intégrer les parents dans les actions de prévention
- Stéréotypes de genre dans les médias

Durée : 1 à 3 heures
Modalités : 5 à 50 parents
Prix : à partir de 200 euros HT

Vitaprev s'adapte au nombre de participants, en proposant des techniques d'animation sur-mesure (vidéo, sous-groupes, débat, quiz...)

04

Éducation aux médias





L'éducation aux médias a pour objectif "d'apprendre aux élèves à lire, à décrypter l'information et l'image, à aiguiser leur esprit critique, à se forger une opinion, compétences essentielles pour exercer une citoyenneté éclairée et responsable en démocratie".

Partie intégrante du parcours citoyen, ce sujet répond à des compétences transversales pour les élèves (innovation, collaboration, culture, créativité, esprit critique, expression...).

4.1 Ateliers

Pratiques sur Internet	Aborder les activités des élèves (réseaux sociaux, information, jeux vidéo, captologie, etc.) et interroger leur rapport au numérique
Cyberviolences	Bodyshaming, cyberharcèlement, sextorsion, diffusion d'images : connaître les bonnes pratiques sur Internet.
Protection des données	Qu'est-ce qu'une donnée personnelle, comment et pourquoi sont-elles mobilisées sur la toile ? Comment les protéger ?
Fake news	Comment s'informe-t-on ? Comment vérifier une information ? Mécanismes des fake news



4.1 Ateliers (suite)

Stéréotypes de genre dans les médias

Analyse des contenus audiovisuels pour questionner les stéréotypes de genre (film, série, clip...)

Méthodologie et animation

Supports interactifs (vidéos, Serious game, débats...)
Co-construction des savoirs
Mobilisation des compétences psychosociales

À destination des élèves de **7 à 18 ans**
Modules de **1 heure à 8 heures**
Prix : à partir de 70 euros HT

Vitaprev créé des **"parcours santé"** combinant plusieurs thématiques.
Contactez-nous

Les ateliers ci-dessus sont mentionnés à titre d'exemples.





4.2 Formations

Les formations destinées aux adultes répondent à un double enjeu :

- Accompagner les professionnels de l'Éducation Nationale à **monter en compétences** sur la thématique du numérique
- Proposer des **outils clés en main** pour que les adultes puissent **animer** des ateliers

Objectifs généraux

- Sensibiliser et former les professionnels de l'éducation aux enjeux du numérique
- Favoriser un climat scolaire propice aux apprentissages grâce à une démarche de prévention collective



Objectifs pédagogiques

- Identifier les pratiques des jeunes sur les écrans et leurs enjeux
- Comprendre et repérer les usages problématiques d'internet (UPI), notamment le cyberharcèlement
- S'approprier les outils clés en main pour animer des séances de sensibilisation auprès des élèves

Programme de formation

- Contexte social, culturel et éducatif du numérique
- Pratiques courantes sur Internet
- Protection des données et santé du numérique
- Agir pour prévenir toutes les formes de violence en ligne
- Outils, techniques d'animations et ressources

Durée : 3 h à 2 journées
Modalités : 5 à 20 participants
Prix : à partir de 300 euros HT



4.3 Conférences

Conférence parent / café-débat, les parents jouent un rôle indispensable dans la communauté éducative, le climat et la réussite scolaire.

Les conférences parents sont un temps d'échange, d'apport de connaissances et de partage d'expériences autour de la question du harcèlement, de ses enjeux et conséquences.

Elles sont construites sur-mesure, en fonction des problématiques identifiées :

- Violences sexistes et sexuelles
- Harcèlement
- Cyberharcèlement
- Stéréotypes de genre dans les médias
- Comment intégrer les parents dans les actions de prévention

Durée : 1 à 3 heures
Modalités : 5 à 50 parents
Prix : à partir de 200 euros HT

Vitaprev s'adapte au nombre de participants, en proposant des techniques d'animation sur-mesure (vidéo, sous-groupes, débat, quiz...)

05 Santé mentale





La santé mentale, nommée grande cause nationale en 2025, a longtemps souffert de stigmatisation.

1 personne sur 4 est touchée **chaque année** par un trouble psychique. Les jeunes (12 - 25 ans) sont particulièrement vulnérables et exposés (anxiété, dépression, auto-mutilation, crise suicidaire...), c'est pourquoi la prévention est cruciale pour traverser cette période de vie.

5.1 Ateliers

Mythe et réalité	Croyances et idées reçues, on déstigmatise la santé mentale !
Les troubles psychiques	On parle des principaux troubles psychiques, les signes d'alerte, les facteurs protecteurs et les ressources
Stress et anxiété	C'est quoi le stress ? À quoi ça sert ? Comprendre le stress et l'anxiété, et les apprivoiser
Émotions et compétences psychosociales	Identifier les émotions, que se passe-t-il à l'intérieur ? Comment les CPS nous aide à protéger notre santé mentale
Méthodologie et animation	Supports interactifs (vidéos, Serious game, débats...) Co-construction des savoirs Mobilisation des compétences psychosociales

À destination des élèves de **7 à 18 ans**

Modules de **1 heure à 8 heures**

Prix : à partir de 70 euros HT

Vitaprev créé des **"parcours santé"** combinant plusieurs thématiques.

Contactez-nous

Les ateliers ci-dessus sont mentionnés à titre d'exemples.





5.2 Formations

Les formations destinées aux adultes répondent à un double enjeu :

- Accompagner les professionnels de l'Éducation Nationale à **monter en compétences** sur la thématique de la santé mentale
- Proposer des **outils clés en main** pour que les adultes puissent **animer** des ateliers en classe

Objectifs généraux

- Sensibiliser et former les professionnels de l'éducation aux enjeux de la santé mentale
- Favoriser un climat scolaire propice aux apprentissages grâce à une démarche de prévention collective

Objectifs pédagogiques

- Acquérir des savoirs de base concernant les troubles de santé mentale chez les jeunes
- Développer des compétences relationnelles (écouter sans jugement, rassurer et donner une information adaptée),
- Destigmatiser les troubles psychiques
- Identifier les personnes, sites et lieux ressources

Programme de formation

- Contexte social, culturel et éducatif de la santé mentale
- La santé mentale et les jeunes
- Définitions, premiers signes d'alerte et conséquences des troubles psychiques
- Comment adopter une posture d'écoute non-jugeante et ouverte
- Outils, techniques d'animations et ressources

Durée : 3 h à 2 journées
Modalités : 5 à 20 participants
Prix : à partir de 300 euros HT

5.3 Formation PSSM

Les Premiers secours en santé mentale constituent l'aide qui est apportée à une personne qui subit le **début** d'un trouble de santé mentale, une **détérioration** d'un trouble de santé mentale ou qui est dans une **phase de crise de santé mentale**. Les premiers secours sont donnés jusqu'à ce qu'une aide professionnelle puisse être apportée ou jusqu'à ce que la crise soit résolue. Ils sont **l'équivalent en santé mentale, des gestes de premiers secours** qui eux, apportent une aide physique à la personne en difficulté.



Objectifs pédagogiques

- Acquérir des savoirs de base concernant les troubles de santé mentale,
- Mieux appréhender les différents types de crises en santé mentale,
- Développer des compétences relationnelles (écouter sans jugement, rassurer et
- donner une information adaptée),
- Mieux faire face aux comportements agressifs.

Programme de formation

- Introduction à la santé mentale
- Introduction aux PSSM et au plan d'action AÉRER
- Trouble de la dépression : signes, symptômes, interventions, plan PSSM
- Trouble anxieux : idem
- Troubles psychotiques : idem
- Troubles liés à l'usage de substances : idem

Formatrice accréditée
PREMIERS SECOURS EN SANTÉ MENTALE FRANCE

Durée : 2 journées (14 heures)
Modalités : 5 à 20 participants
Prix : 250 euros par personne (manuel inclus 30 euros)
Prix de groupe : nous contacter

5.4 Conférences



Conférence parent / café-débat, les parents jouent un rôle indispensable dans la communauté éducative, le climat et la réussite scolaire.

Les conférences parents sont un temps d'échange, d'apport de connaissances et surtout de partage d'expériences autour de la question de la santé mentale, de ses enjeux et conséquences.

Elles sont construites sur-mesure, en fonction des problématiques identifiées

- Troubles psychiques et adolescence, signes et conséquences
- Mythe et croyances, le rôle des médias et de la culture cinématographique
- Outils et posture pour déstigmatiser la santé mentale et aborder les troubles psychiques
- Être en bonne santé, ça veut dire quoi ? Les facteurs protecteurs

Durée : 1 à 3 heures
Modalités : 5 à 50 parents
Prix : à partir de 200 euros HT

Vitaprev s'adapte au nombre de participants, en proposant des techniques d'animation sur-mesure (vidéo, sous-groupes, débat, quiz...)

06

Consommations et usages à risque





Les consommations de substance présentes des dangers et conséquences néfastes. La prévention consiste à informer sur les mécanismes addictifs et les effets sur la santé, tandis que la réduction des risques, démarche complémentaire, vise à minimiser les risques et effets négatifs.

La politique de prévention des conduites addictives en milieu scolaire a été construite pour “permettre à chaque jeune d’adopter des comportements responsables et faire des choix éclairés pour lui-même et pour les autres dans la perspective d’une citoyenneté active.”

6.1 Ateliers

Mécanisme des consommations	Comprendre les mécanismes, les facteurs à risque et les facteurs protecteurs
Mythe et réalité	Questionner les représentations culturelles et sociales des substances (audiovisuel, famille, etc.) et développer la capacité à se positionner
Addictions et santé mentale	Quand la cause devient une conséquence : comprendre le cercle des troubles psychiques et des addictions
La réduction des risques	Réfléchir à la RdR, une approche non-jugeante qui replace l’individu au centre et le rend acteur
Méthodologie et animation	Supports interactifs (jeu de rôle, photolangage, débats…) Co-construction des savoirs Mobilisation des compétences psychosociales

À destination des élèves de **7 à 18 ans**

Modules de **1 heure à 8 heures**

Prix : à partir de 70 euros HT

Vitaprev créé des **“parcours santé”** combinant plusieurs thématiques.

Contactez-nous

Les ateliers ci-dessus sont mentionnés à titre d’exemples.





6.2 Formations

Les formations destinées aux adultes répondent à un double enjeu :

- Accompagner les professionnels de l'Éducation Nationale à **monter en compétences** sur la thématique des consommations à risque
- Proposer des **outils clés en main** pour que les adultes puissent **animer** des ateliers en classe

Objectifs généraux

- Sensibiliser et former les professionnels de l'éducation aux enjeux des conduites addictives
- Favoriser un climat scolaire propice aux apprentissages grâce à une démarche de prévention collective

Objectifs pédagogiques

- Identifier les pratiques des jeunes
- Repérer les signaux d'alerte et les mécanismes des addictions
- S'approprier les outils clés en main pour animer des séances de sensibilisation auprès des élèves

Programme de formation

- Contexte socio-culturel et éducatif : nouvelles consommations et chiffres chez les jeunes
- Mécanismes, facteurs protecteurs et à risque
- Santé mentale et conduites addictives
- La réduction des risques, nouvelle approche en santé publique
- Posture et écoute face aux conduites à risque
- Outils, techniques d'animations et ressources

Durée : 3 h à 2 journées
Modalités : 5 à 20 participants
Prix : à partir de 300 euros HT



6.3 Conférences

Conférence parent / café-débat, les parents jouent un rôle indispensable dans la communauté éducative, le climat et la réussite scolaire.

Les conférences parents sont un temps d'échange, d'apport de connaissances et surtout de partage d'expériences autour de la question du harcèlement, de ses enjeux et conséquences.

Elles sont construites sur-mesure, en fonction des problématiques identifiées

- Consommations à risque : mécanisme et facteurs protecteurs
- Adolescence, santé mentale et conduites à risque
- Les substances dans les médias et l'audiovisuel : représentations culturelles et sociales

Durée : 1 à 3 heures
Modalités : 5 à 50 parents
Prix : à partir de 200 euros HT

Vitaprev s'adapte au nombre de participants, en proposant des techniques d'animation sur-mesure (vidéo, sous-groupes, débat, quiz...)

VITAPREV

Merci

Pour plus d'informations :

- Demande de devis
- Prise de rendez-vous
- Élaborer votre projet ensemble

Nous sommes disponible par mail et téléphone.

Contact et informations

Numéro 06 74 84 98 62

Site https://vitaprev.fr

Email contact@vitaprev.fr

Siège 46 avenue Saint-Barnabé
13012 Marseille

VITAPREV - EURL

SIRET 94925551700011

NDA 93132327713

instagram.com/vitaprev.fr/

linkedin.com/in/mathilde-gantier