

Invitation à la Matinale de la recherche du Drapps Occitanie

ETUCARE : Un programme numérique
pour promouvoir la santé mentale des étudiants

Le Mardi 7 Décembre 2021, de 10h à 11h30

Le Dispositif Régional d'Appui en Prévention et Promotion de la Santé en Occitanie (DRAPPS), vous invite à participer à la Matinale de la recherche **le mardi 7 décembre 2021 de 10h à 11h30.**

Cet événement est **GRATUIT** et **OUVERT** à tous



Le Programme :

Etucare est un programme numérique basé sur les thérapies cognitivo-comportementales et la psychologie positive. Le programme comporte 8 modules e-learning que les étudiants peuvent suivre à leur rythme sur internet en auto-apprentissage. Le programme aborde des thématiques en lien avec les préoccupations étudiantes et est accessible sur une plateforme d'apprentissage en ligne. Chaque module contient une formation interactive dans laquelle on découvre des explications, conseils et des stratégies pratiques pour prendre

soin de sa santé mentale, des activités et ressources à visionner ou à télécharger, des questionnaires pour auto-évaluer sa santé mentale. Ce programme a été co-construit avec un groupe d'étudiants lors de sessions participatives pendant lesquelles les étudiants ont défini le nom du programme, les éléments de la charte graphique (logo, environnement graphique, couleur, typologie), les thématiques des modules du programme et l'acceptabilité du programme a été évaluée.

Intervenant :

- Anne THEUREL, Chargée de projets Pôle Développement, Recherche et Evaluation, IREPS-BFC, Dijon.
- Animation/modération : Clémence MALET, référente territoriale de l'Aveyron pour l'Ireps Occitanie.

S'inscrire :

Pour s'inscrire, il vous suffit de remplir le formulaire accessible grâce au bouton suivant :

[S'INSCRIRE À LA MATINALE](#)