

## Je me sens bien quand ...

2013 - fiche modifiée le 03 février 2016

Photo-expression sur le thème de la santé et du bien-être.

<b>Support</b>	Photo-expression
<b>Âge du public</b>	A partir de 14 ans
<b>Thèmes associés à cet outil</b>	Santé globale, Vivre ensemble
<b>Obtention</b>	Acquisition En centre de prêt Téléchargeable (en partie)
<b>Participants</b>	Inconnu
<b>Prix</b>	Gratuit



### Sur l'outil

#### Description selon l'éditeur

#### Matériel :

- [Guide d'accompagnement](#) (PDF)
- 50 photos (pour les télécharger écrire à [coordination@clpsct.org](mailto:coordination@clpsct.org))

#### Concept :

Ce photo-expression a été réalisé à l'attention de tout professionnel de la santé, du social ou de l'enseignement (animateurs, infirmières PSE, responsables de projets communaux...) familiarisé avec les animations en promotion de la santé et désireux de mener un projet autour de la santé et du bien être, de la réduction des inégalités sociales de santé ou de la qualité de vie des citoyens.

L'ensemble des 50 photos proposées offre une approche globale de la santé perçue comme "un état de bien-être physique, mental et social qui ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité"(OMS).

C'est un support d'animation (support de parole au service d'un projet) destiné à un public d'adultes et d'adolescents.

#### Objectifs

- Faire émerger les représentations liées au bien-être
- Permettre à chacun de les penser et de les exprimer
- Partager et confronter ces représentations

#### Conseils d'utilisation

L'outil demande un minimum de pré-requis dans le domaine de l'animation de groupe.

Préalables à l'utilisation :

- Choisir un espace qui permet de poser les photos (soit une grande table autour de laquelle le groupe peut se déplacer, soit au sol)
- Prévoir un espace pour les échanges et les débats où les participants seront de préférence installés en cercle
- Disposer d'un support pour la restitution au groupe : tableau, panneau, etc.

#### Bon à savoir

Cet outil s'inscrit dans la dynamique "**Ma santé c'est...**" initiée par le Centre Local de Promotion de la Santé de Charleroi-Thuin en partenariat avec la Mutualité chrétienne du Hainaut Oriental, la Mutualité "Solidaris", les FPS de Charleroi, et l'Echevinat de la santé de la Ville de Charleroi, Charleroi Ville santé et le GSARA Charleroi. Voir aussi l'outil : [La santé c'est ...?](#)

Différentes actions et outils ont vu le jour dans le cadre de cette dynamique, dont un concours photos (2011) et deux expositions-animations. Le concours photo a permis de réaliser une exposition itinérante sur le thème des déterminants de la santé, intitulée "Ma santé c'est..." (2012) ainsi que ce photo-expression

"Je me sens bien quand..." en 2013.

Voir aussi : article paru dans [Education Santé n°286](#)

### Où trouver l'outil

#### Chez l'éditeur :

Centre Local de Promotion de la Santé de Charleroi-Thuin  
Avenue Général Michel 1B  
6000 - Charleroi  
Belgique  
071/ 33 02 29 - [secretariat@clpsct.org](mailto:secretariat@clpsct.org)  
<http://www.clpsct.org>

#### Dans les centres de prêt :

Centre liégeois de promotion de la santé  
+32 (0)4 279.50.52 - [promotion.sante@clps.be](mailto:promotion.sante@clps.be)  
<http://www.clps.be>

Centre Bruxellois de Promotion de la santé  
+32 (0)2 639 66 88 - [info@cbps.be](mailto:info@cbps.be)  
<https://cedosb.be>

Centre local de promotion de la santé de Huy-Waremme  
+32 (0)85 25 34 74 - [info@clps-hw.be](mailto:info@clps-hw.be)  
<http://www.clps-hw.be>

Centre local de promotion de la santé en province de Luxembourg  
+32 (0)84 31 05 04 - [clps.lux@skynet.be](mailto:clps.lux@skynet.be)  
<http://www.clps-lux.be>

Cultures&Santé asbl  
+32 (0)2 558 88 10 - [info@cultures-sante.be](mailto:info@cultures-sante.be)  
<http://www.cultures-sante.be>  
Catalogue : <https://www.cultures-sante.be/outils-ressources>

Centre de ressources documentaires provincial (Namur)  
+32 (0)81 77 67 29 – 77 67 99 - [anastasia@province.namur.be](mailto:anastasia@province.namur.be)  
Catalogue : <http://anastasia.province.namur.be>

Centre Local de Promotion de la Santé de Charleroi-Thuin  
071/ 33 02 29 - [secretariat@clpsct.org](mailto:secretariat@clpsct.org)  
<http://www.clpsct.org>

#### L'avis de PIPSa

---

#### Appréciation globale :

Le photo-expression est composé de photos réalistes (produites par le public), mettant en scène de vraies personnes, dans des contextes reflétant des conditions de vie parfois difficiles. Quelques photos issues de banques d'images ont été ajoutées pour couvrir l'ensemble des déterminants de la santé.

La méthodologie d'utilisation fournit balises et repères très clairs, permettant de mener la discussion avec le groupe et de s'approprier la théorie des déterminants de la santé selon Dahlgren et Whitehead.

Tout le matériel est téléchargeable, moyennant demande à l'éditeur.

L'outil trouve sa place au début d'un projet et peut servir à le faire émerger. Les pistes de suivi sont à construire par l'animateur.

#### Objectifs :

S'exprimer, partager et confronter ses représentations relatives au bien-être

#### Public cible :

Adultes et jeunes adultes, futurs professionnels (introduction aux déterminants de la santé)

**Utilisation conseillée :**

L'outil peut s'utiliser en lien avec le DVD « [La santé c'est](#) » produit par le CLPS, à partir de la mise en œuvre du photo-expression auprès d'associations de la région. Le film est aussi disponible sur [Viméo](#)

**Critères d'évaluation :**

Cohérent ★★★★★

Attractif ★★★★★

Interactif ★★★★★

Soutenant pour l'utilisateur ★★★★★

Soutenant pour la prom. de la santé ★★★★★

**Temps de préparation :**



**Points forts :**

Photos réalistes, dans des conditions de vie parfois difficiles.

**Sujets abordés :**

Déterminants de la santé, vivre ensemble

**Complémentarité :**

L'outil peut s'utiliser en lien avec le DVD "[La santé c'est](#)"

**Date de l'avis :** 14 janvier 2016

<https://www.pipsa.be/outils/export-2139614007/je-me-sens-bien-quand.html?export>

23-04-2025 00:15