

CATALOGUE

**Ateliers
santé**

**Sensibilisations
& Formations**



Qui sommes-nous?

Nous sommes une association genevoise qui défend un **accès universel à la santé** et **lutte contre les inégalités de santé**.

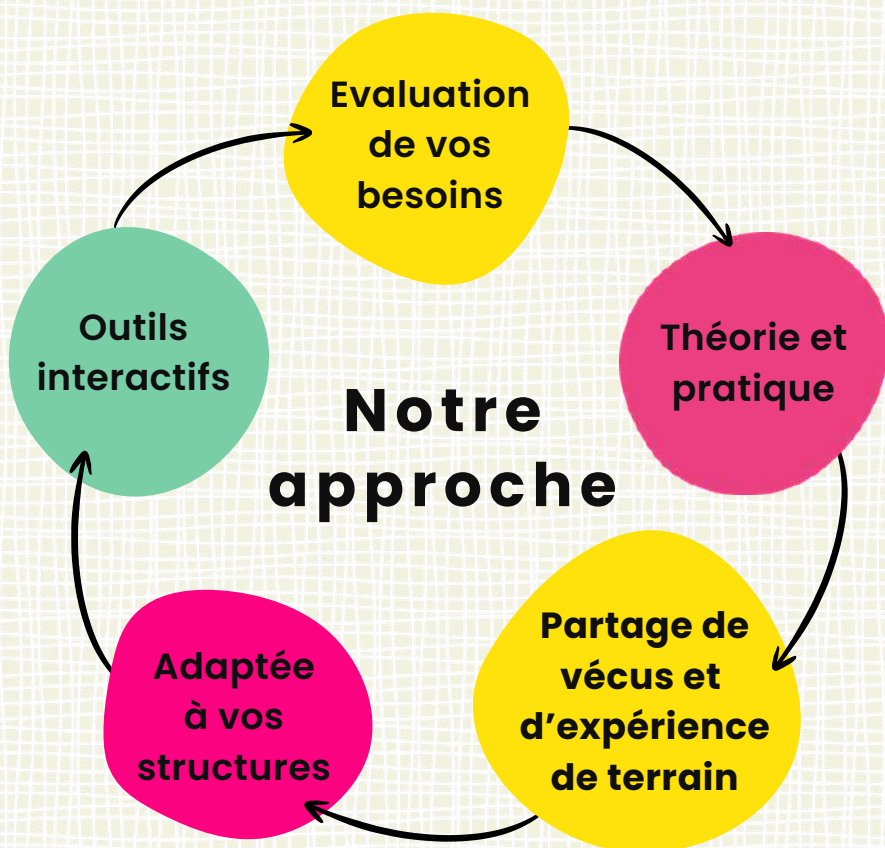
Que faisons-nous?

Nous menons des actions de **prévention et promotion de la santé**.

- Nous soutenons et accompagnons les personnes vulnérabilisées, dans leurs **démarches en lien avec la santé**.
- Nous sensibilisons avec des **ateliers, sensibilisations-formations et des stands**, le tout public et les professionnel·les de la santé et du social sur différentes thématiques en lien avec la santé et les discriminations.

Notre approche

Nous adaptons toutes nos interventions aux **besoins spécifiques de chaque structure et de leur public** (format, durée, besoins spécifiques du public...) en prenant le temps d'évaluer les besoins et de trouver le format le plus adapté à chaque situation.



Ateliers santé

Dans ces ateliers d'éducation à la santé, des professionnel·le·s partagent des informations et des bonnes pratiques de santé pour renforcer la capacité d'agir et l'autonomie des personnes dans leur santé globale.

Thématiques générales

Santé sexuelle et reproductive, santé mentale, santé globale, activité physique adaptée, droit.

Publics

- personnes en situations de précarité et vulnérabilité
- structures accueillant des personnes avec un parcours migratoire
- jeunes

Sensibilisations & Formations

Ces interventions visent à promouvoir l'équité en santé et à lutter contre les discriminations. Elles invitent à se questionner sur les représentations et apportent des éléments théoriques et ressources concrètes notamment pour améliorer sa pratique professionnelle.

Thématiques générales

Déterminants sociaux de la santé et inégalités sociales de santé, besoins spécifiques de nos publics, VIH et IST, droit, discriminations.

Publics

- tout public
- professionnel·lexs et structures du social et de la santé
- jeunes

Sensibilisations

Objectifs

- accompagner la prise de conscience d'enjeux sur certaines thématiques avec notamment un partage d'informations essentielles, un travail sur les représentations personnelles, un partage d'expériences
- amorcer des pistes de réflexion
- identifier des ressources autour de la thématique

Durée

entre 1h30 et 4h en fonction de la thématique et du format

Formations

Objectifs

- acquérir des compétences et/ou des outils notamment pour sa pratique professionnelle
- développer des connaissances spécifiques
- inviter à l'action en intégrant de nouveaux éléments adaptés à sa pratique

Durée

entre 1h et 7h en fonction de la thématique et du format

Personnes animatrices

Nos interventions sont animées par des professionnel·le·s de l'association, spécialisé·es dans différents domaines.

Des personnes intervenantes externes peuvent être sollicitées en fonction des thématiques pour apporter une expertise spécifique.

Médecins partenaires

Dr Olivier Nawej, spécialiste en infectiologie

Dr Victor Pecoul, spécialiste médecine générale interne et santé sexuelle

Dr Mathieu Rougemont, spécialiste en infectiologie

Personnes intervenantes communautaires

Personnes partageant leurs expériences et parcours de vie en lien avec l'accès à la santé, la vie avec le VIH, la transidentité et la non binarité.

Coûts

La majeure partie de nos interventions **sont offertes grâce à la subvention du Canton de Genève.**

En fonction du format et de la participation de personnes intervenantes, une **contribution peut être demandée** aux structures dans la mesure de leurs possibilités. Un devis sera alors proposé.

Contact

Dans le cas d'un intérêt de votre part ou de questions, n'hésitez pas à nous contacter:

ateliers-formations@groupe-sante.ch

T +41 (0) 22 700 15 00

Rue du Grand-Pré 9, 1202 Genève

groupe-santegenève.ch

Ateliers santé



Santé sexuelle et reproductive (SSR)

Anatomie génitale et IST - p.13

Parler de santé sexuelle - p.14

Les règles - p.15

Prévention du cancer du sein - p.16

Santé mentale

Parler de santé mentale - p.17

Santé globale

Prendre soin de son sommeil - p.18

Découverte du yoga - p.19

Activité physique adaptée (APA)

*Recommandations en activité physique
(module 1) - p.20*

Activité physique en pratique (module 2) - p.21

Le périnée et les fuites urinaires - p.22

Droit

Droit et santé - p.23

*L'essentiel pour comprendre l'assurance maladie -
p.24*

Anatomie génitale et IST

Objectifs

- développer le vocabulaire lié à la santé sexuelle
- partager des informations sur les IST, dont le VIH, et sur l'anatomie des organes génitaux
- sensibiliser aux discriminations liées au VIH

Des informations essentielles sont partagées pour mieux comprendre les IST, limiter les risques de transmission et savoir quand et où aller faire un dépistage. La connaissance de l'anatomie des organes génitaux complète ces informations pour une plus grande autonomie dans sa santé sexuelle.

Public cible

Tout public – adapté pour les personnes en apprentissage du français.

Personne animatrice

- Chargé-e de projets Ateliers santé



Parler de santé sexuelle

Objectifs

- proposer un espace d'échange non-jugeant sur la santé sexuelle
- partager des informations sur différents thèmes en lien avec les besoins du groupe (IST, VIH, règles, contraception, consentement, discrimination...)
- partager des ressources du réseau genevois

Avec une approche interactive et dans un cadre sécurisé, ce moment invite à partager idées, représentations, doutes et questions sur la santé sexuelle. Des ressources seront partagées pour aller plus loin.

Public cible

Tout public, jeunes

Personnes animatrices

- Chargé-e de projets Ateliers santé
- Infirmier-ère



Les règles

Objectifs

- être capable d'expliquer en termes simples les mécanismes à l'origine des règles
- identifier les symptômes qui nécessiteraient un soutien médical
- identifier des mesures qui permettent de mieux gérer les règles quels que soient sa situation ou ses moyens financiers

Cet atelier propose une approche théorique et pratique du cycle menstruel pour ouvrir la discussion aux questions, inquiétudes, tabous et stratégies autour de leur gestion.

Nous présenterons différentes méthodes d'hygiène menstruelle et traitements pour les règles douloureuses et/ou abondantes. Nous aborderons aussi la question de la contraception en tant que mesure préventive et curative.

Publics cibles

Tout public, jeunes, possible en mixité choisie

Personne animatrice

- Infirmier-e



Prévention du cancer du sein

Objectifs

- faire connaître le programme de dépistage de la Fondation genevoise pour le dépistage du cancer
- sensibiliser aux facteurs de risque et signes d'alerte nécessitant une consultation avec professionnel.le.x de santé

Cet atelier reprend les informations et recommandations de prévention de la Fondation genevoise pour le dépistage du cancer.

Nous discuterons aussi des situations où il est pertinent de commencer le dépistage du cancer du sein avant l'âge de 50 ans et/ou de consulter un·ex professionnel·le.x de santé.

Publics cibles

Tout public

Personne animatrice

- Infirmier·e



Parler de santé mentale

Objectifs

- proposer un espace collectif non-jugeant pour s'exprimer librement sur ce thème
- partager des informations concrètes et utiles pour prendre soin de sa santé mentale

Cet atelier invite à échanger sur la santé mentale dans un cadre sécurisé. Il accompagne à identifier les signaux de souffrances psychiques, pour soi ou pour les autres. Les personnes participantes seront amenées à réfléchir à des pistes d'action et à identifier des ressources, personnelles et dans le réseau genevois.

Public cible

Tout public, jeunes

Personne animatrice

- Psychologue



Prendre soin de son sommeil

Objectifs

- Réfléchir aux idées reçues liées au sommeil
- Partager des outils pour améliorer le sommeil
- Transmettre des informations pratiques utiles au quotidien

Cet atelier accompagne les personnes à mieux comprendre leur sommeil. Nous partagerons des informations théoriques et pratiques et échangeront sur les petites astuces pour prendre soin de son sommeil. Pour terminer nous testerons des outils concrets en fonction des envies du groupe.

Public cible

Tout public, jeunes

Personnes animatrices

- Infirmier-e
- Enseignante de yoga



Découverte du yoga

Objectifs

- expérimenter quelques éléments clés du yoga (positions, respiration) présentés comme des outils pour prendre soin de soi
- développer l'écoute du corps et des sensations
- explorer le lien entre mouvement et santé mentale

Avec une séquence de mouvements simples et adaptés, soutenus par l'écoute de la respiration, les personnes participantes pourront explorer ce que ça fait de (re)mettre son corps en mouvement.

Public cible

Tout public

Personne animatrice

- Enseignante de yoga



Recommandations en activité physique (module 1)

Objectifs

- prendre conscience de l'intérêt de bouger au quotidien pour prendre soin de sa santé
- développer l'autonomie par rapport à l'activité physique quotidienne

Cet atelier présente les recommandations en activité physique et propose un espace d'échange pour les adapter aux réalités des personnes participantes. Les personnes partent avec des pistes concrètes à mettre en place au quotidien.

Public cible

Tout public

Personne animatrice

- Maître en Activité physique adaptée



Activité physique en pratique (module 2)

Objectif

- Apprendre à intégrer des exercices dans son quotidien avec le matériel à disposition et dans différents lieux

Pendant cet atelier les personnes participantes testent des exercices utilisant des éléments du quotidien. L'objectif est de favoriser l'autonomie dans la pratique d'une activité physique régulière et adaptée à chaque personne.

*Cet atelier doit être précédé de l'atelier
"Recommandations en activité physique."*

Public cible

Tout public

Personne animatrice

- Maître en Activité physique adaptée



Le périnée et les fuites urinaires

Objectifs

- prise de conscience du périnée
- prévention des fuites urinaires

Cet atelier permet de travailler la prise de conscience du périnée, de notre posture et de la respiration. Des outils simples et concrets sont partagés pour prévenir les fuites urinaires.

Public cible

Personnes à vulve

Personnes animatrices

- Maître en Activité physique adaptée
- Infirmier-e



Droit et santé

Objectifs

- informer les personnes sur leurs droits liés à la santé en fonction de leur statut légal en Suisse
- informer sur les lieux où accéder aux soins à Genève

Cet atelier permettra aux personnes de mieux comprendre leurs droits en lien avec la santé et d'identifier où aller pour avoir accès aux soins. Avec des exercices pratiques, les personnes se familiariseront avec différentes situations et chercheront des pistes d'action.

Public cible

Personnes avec un parcours migratoire

Personne animatrice

- Chargé-e de projets Ateliers santé



L'essentiel pour comprendre l'assurance maladie

Objectifs

- comprendre les bases du système d'assurance maladie en Suisse
- comprendre la gestion des documents administratifs relatifs à l'assurance maladie (affiliation, police d'assurance, etc.)
- avoir une assurance maladie adaptée à sa situation de santé

Cet atelier présente comment fonctionne l'assurance maladie de base (LAMal) en Suisse. Des informations concrètes seront présentées par exemple pour bien choisir son assurance et comprendre les courriers et factures reçus.

Public cible

Tout public

Personne animatrice

- Travailleuse sociale



Sensibilisations & Formations



Santé globale et inégalités sociales de santé

Regards croisés sur la santé 1 - p.27

Regards croisés sur la santé 2 - p.28

Regards croisés sur : Santé, vulnérabilités et précarité - p.29

VIH

Regards croisés sur la vie avec le VIH - p.30

VIH : l'essentiel à savoir aujourd'hui - p.31

VIH, nouveautés thérapeutiques et actualités - p.32

VIH - IST

VIH et IST : les bases - p.33

Droit

Droit et santé - p.34

Droit des migrations : les personnes trans et non binaires - p.35*

Transidentité

Les bases: connaissances théoriques et langage inclusif (module 1) - p.36

Pratiques inclusives et transaffirmatives adaptées à différents types de prestations - p.37

Accueil et prise en charge transaffirmative - p.38

Enjeux spécifiques des violences sexuelles pour les personnes trans - p.39*

Regards croisés sur la santé 1

Objectifs

- travail des personnes participantes sur leurs représentations de la santé globale
- identifier différentes dimensions de la santé pour illustrer la diversité des influences sur la santé
- réflexion autour des obstacles à prendre soin de sa santé et de ce qui aide, introduction aux déterminants sociaux de la santé

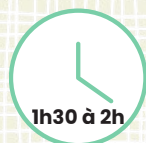
C'est quoi pour vous la santé? Qu'est-ce qui l'influence? Dans cet atelier interactif nous allons échanger autour du concept de santé globale, introduire la notion des déterminants de la santé et réfléchir aux obstacles et ressources pour prendre soin de sa propre santé.

Public cible

Jeunes (15-25 ans), secondaire II, classes ACCESS II

Personne animatrice

- Chargé-e de projets Sensibilisations et formations



Regards croisés sur la santé 2

Objectifs

- réflexion plus détaillée autour des obstacles pour prendre soin de sa santé ainsi que des ressources
- mise en avant du réseau socio-sanitaire genevois pour les jeunes

Cet atelier permet d'aller un peu plus loin dans la prise de conscience des différents obstacles qui peuvent se présenter pour prendre soin de sa santé. Il invitera les personnes participantes à réfléchir autour de vignettes-courtes histoires et à imaginer des ressources, des pistes de solution vers un meilleur accès à la santé. Des personnes concernées par des enjeux d'accès à la santé partageront leurs expériences.

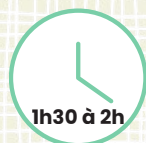
Cet atelier doit être précédé de l'atelier "Regards croisés sur la santé 1".

Publics cibles

Jeunes (15-25 ans), secondaire II, classes ACCESS II

Personne animatrice

- Chargé-e de projets Sensibilisation et formation



Regards croisés sur : Santé, vulnérabilités et précarité

Objectifs

- sensibiliser sur les obstacles à l'accès à la santé et les inégalités sociales de santé
- réfléchir à partir de situations concrètes à sa (future) pratique professionnelle face à des situations complexes
- illustrer l'importance du lien entre santé et social

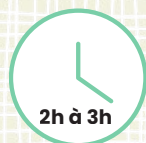
Un atelier pour réfléchir à sa (future) pratique professionnelle sous l'angle des inégalités sociales de santé. Il mêlera travail sur des situations concrètes, partages d'expériences de personnes concernées et de professionnel·les de la santé ou du social et réflexions communes. Les personnes participantes repartiront avec des ressources collectives et personnelles utiles pour leur pratique.

Publics cibles

Personnes en formation dans le domaine de la santé ou du social (maturité spécialisée, HEDS, étudiant·es en médecine...)

Personnes animatrices

- Chargé·es de projets Sensibilisation et formations
- Travailleur·euse social·e
- Personnes intervenantes communautaires



Regards croisés sur la vie avec le VIH

Objectifs

- travail des personnes participantes sur leurs représentations du VIH
- partage d'informations essentielles sur le VIH
- participation de personnes concernées incarnant la diversité des vécus
- lutte contre la stigmatisation et la discrimination

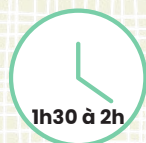
Un atelier interactif pour parler de la vie avec le VIH aujourd'hui dans lequel les personnes participantes sont amenées à se questionner sur leurs représentations du VIH. Des informations et messages clés seront donnés et des personnes concernées partageront leurs expériences.

Publics cibles

Jeunes (15–25 ans), professionnel·le·s de la santé et du social

Personnes animatrices

- Chargé·e de projets Sensibilisations et formations
- personnes intervenantes communautaires



VIH : l'essentiel à savoir aujourd'hui

Objectifs

- sensibiliser sur les connaissances essentielles liées au VIH
- mettre en lumière les discriminations encore présentes liées au VIH aujourd'hui
- lutter contre la stigmatisation et la discrimination envers les personnes vivant avec le VIH

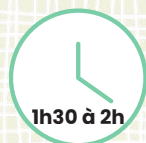
Cet atelier permettra de rappeler les informations essentielles à connaître aujourd'hui pour développer une posture inclusive et non-discriminante envers les personnes vivant avec le VIH. Des personnes concernées partageront leurs expériences positives comme négatives pour ouvrir une réflexion commune sur la lutte contre les discriminations

Publics cibles

Tout public, professionnel·lex de la santé et du social, jeunes (15-25 ans)

Personnes animatrices

- Infirmier·e
- personnes intervenantes communautaires



VIH, nouveautés thérapeutiques et actualités

Objectif

- informer sur les dernières actualités liées au VIH

Les dernières avancées des traitements, de la PreP, et les perspectives futures de la lutte contre le VIH seront abordés lors de cet atelier.

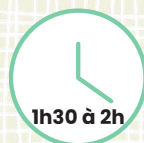
Que vous soyez professionnel-exs de la santé, personne concerné-ex ou intéressé-ex, les personnes intervenantes seront là pour ouvrir le dialogue et répondre aux questions.

Publics cibles

Tout public, professionnel-lexs de la santé et du social

Personnes animatrices

- Infirmier-e
- Médecin spécialisé VIH



VIH et IST : les bases

Objectifs

- acquérir les connaissances de base sur le VIH et d'autres IST
- développer une prise en charge inclusive et non-discriminante
- connaître les lieux de dépistage à Genève pour pouvoir orienter les personnes

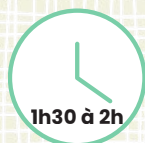
Cette formation vous donnera des éléments clairs et essentiels sur les IST les plus courantes ainsi que sur le VIH. Elle vous permettra aussi d'identifier des lieux dans le réseau genevois pour relayer des personnes, notamment pour des dépistages ou des consultations de santé sexuelle.

Publics cibles

Professionnel·le·s de la santé et du social

Personne animatrice

- Infirmier·e



Droit et santé

Objectifs

- acquisition de notions sur les différents permis de séjour en lien avec une problématique de santé
- arguments juridiques et casuistiques jurisprudentielles
- informer de l'importance des rapports médicaux et enjeux

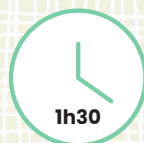
Cette formation vous permettra d'acquérir des notions de base sur les permis de séjour en lien avec une problématique de santé. Elle permettra également de vous sensibiliser sur les enjeux entourant les rapports médicaux à produire et les bonnes pratiques y relatives.

Publics cibles

Professionnel-lexs santé et social, juristes

Personne animatrice

- juriste
- avocat-e
- travailleur-euse social-e



Droit des migrations : les personnes trans et non binaires*

Objectifs

- actualités juridiques sur les questions trans* et non binaires en lien avec des parcours de migrations
- casuistique jurisprudentielle

Destinée à des professionnel·lexs du droit, cette formation abordera les questions de transidentité et non binarité en lien avec le droit des étranger·èr·s. Elle donnera un aperçu de la jurisprudence récente sur ces thématiques et des outils concrets à faire valoir dans des procédures.

Publics cibles

Professionnel·lexs du droit, juristes

Personne animatrice

- Avocat·e



Les bases: connaissances théoriques et langage inclusif (module 1)

Objectifs

- acquérir les connaissances essentielles sur les transidentités et les non-binarités
- se familiariser avec un langage inclusif, épïcène et non binaire.

Cette intervention vise à partager des informations de base, à la fois sur les transidentités et non-binarités et sur le langage inclusif, épïcène et non binaire.

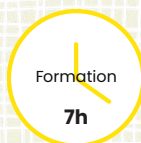
Ces éléments sont essentiels pour développer et favoriser un accueil inclusif, sécurisant et non stigmatisant des personnes trans* et non binaires dans son contexte professionnel .

Publics cibles

Professionnel·lexs ou structures/associations des domaines santé et social

Personne animatrice

- Nyx - Cheffex de projet par et pour les communautés transgenres*



Pratiques inclusives et transaffirmatives adaptées à différents types de prestations

Objectif

- Identifier et adapter ses pratiques pour proposer un accueil, un suivi individuel et des espaces collectifs inclusifs, sécurisants et transaffirmatifs.

Cette intervention vise à accompagner les structures à mettre en place des pratiques inclusives et transaffirmatives en prenant en compte leurs réalités de terrain (locaux, publics, types de prestations...). Des pistes concrètes pourront être proposées aux équipes et discutées collectivement.

Cette intervention doit être précédée du module 1 pour les personnes n'ayant pas les connaissances de base théorique et du langage inclusif.

Publics cibles

Structures / associations des domaines santé et social

Personne animatrice

- Nyx - Cheffex de projet par et pour les communautés transgenres*



Accueil et prise en charge transaffirmative

Objectifs

- Développer des repères et des outils concrets pour assurer une prise en charge respectueuse, sécurisante et non stigmatisante des personnes trans* et non binaires dans les champs de la santé et du social.

Cette intervention propose un espace d'information et de réflexion pour développer des outils concrets et pertinents dans votre pratique professionnelle afin d'assurer une prise en charge respectueuse, sécurisante et non stigmatisante des personnes trans* et non binaires.

Cette intervention doit être précédée du module 1 pour les personnes n'ayant pas les connaissances de base théorique et du langage inclusif.

Publics cibles

Professionnel·le·s de la santé et du social

Personne animatrice

- Nyx – Cheffex de projet par et pour les communautés transgenres*



*Enjeux spécifiques des violences sexuelles pour les personnes trans**

Objectifs

- comprendre les vulnérabilités et enjeux spécifiques liés aux violences sexuelles vécues par les personnes trans*
- améliorer la prévention, l'accueil, l'écoute et l'accompagnement.

Cette intervention vise à mettre en lumière et à faire comprendre les vulnérabilités et enjeux spécifiques et croisés liés aux violences sexuelles vécues par les personnes trans*. Cela permettra d'accompagner les professionnel·le·s à améliorer la prévention, l'accueil, l'écoute et l'accompagnement des personnes concernées.

Publics cibles

Professionnel·le·s ou structures/associations des domaines santé et social

Personne animatrice

- Nyx – Cheffex de projet par et pour les communautés transgenres*



•Groupe•santé•Genève•



Rue du Grand-Pré, 9
1202 Genève – Suisse



022 700 15 00



info@groupesante.ch

Trouvez plus d'informations
sur notre site internet

www.groupesantegeneve.ch



Avec le soutien de



RÉPUBLIQUE
ET CANTON
DE GENÈVE