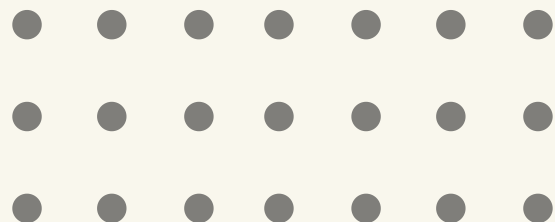


Promotion de la santé mentale: approches innovantes

**Université Grenoble Alpes
Maison de la Création et de
l'Innovation**

10.04.2020, 9H00 @ 17H00

Inscriptions ouvertes à partir de janvier 2020 :
<https://www.azur-colloque.fr/UGA/inscription/inscription/86/fr>



PROGRAMME

8h30: Accueil

9h00: Développer les compétences psychosociales par les approches de pleine conscience et de psychologie positive, Rebecca Shankland (Université Grenoble Alpes)

9h20: L'approche d'acceptation et d'engagement pour promouvoir la santé mentale à l'université : programme Korsas, Simon Grégoire (Université du Québec à Montréal)

9h50 : Développer la résilience suite aux attentats par l'acceptation et l'engagement, Christophe Leys (Université Libre de Bruxelles)

10h10 : La thérapie centrée sur les émotions en addictologie, Céline Bonnaire (Université Paris-Descartes)

10h30 : Effets différentiels des interventions de pleine conscience : approche intra et inter-individuelle, Anne Congard (Université de Nantes), Eva Andreotti et Bruno Dauvier (Université Aix-Marseille), Sarah Le Vigouroux (Université de Nîmes), Remi Allemand et Pascal Antoine (Université de Lille)

11h00 : Pause-café

11h15 : Ateliers

- Initiation à la pleine conscience, Sarah Schimchowitsch (Université de Strasbourg)
- Découverte de l'approche d'acceptation et d'engagement, Brent Beresford (Université du Québec à Montréal)
- Découverte de l'approche centrée sur les solutions, Jean-Paul Durand (UGA)

12h30: Buffet

14h00 : Ateliers

- La communication en pleine conscience, Brent Beresford (Université du Québec à Montréal)
- Développer les compétences psychosociales: atelier pratique, Violaine Blanc (OTCRA, MSH Alpes, UGA)
- Découverte de la thérapie centrée sur les émotions, Céline Bonnaire (Université Paris-Descartes)

15h30 : Pause-café

15h45 : Modélisation des processus dans les pratiques de pleine conscience et mise en place d'un projet de pleine conscience pour les étudiants, Hugues Mounier et Françoise Jamen (Université Paris-Saclay)

16h15 : La dissonance cognitive comme levier en promotion de la santé mentale, Marie-Amélie Martinie, (Université de Poitiers)

16h30 : La pleine conscience enjeux méthodologiques et appliqués, Simon Grégoire (Université du Québec à Montréal), Lionel Strub (GEM) & Ilios Kotsou (Université Libre de Bruxelles)

17h00: Clôture de la journée