

SERIOUS GAME • ATELIER COLLECTIF

Dans la tête de Léna

Le serious game qui aide vos équipes à parler santé mentale, à dépasser les préjugés et à savoir comment agir.

**1h30 – 2h**

Durée de la séance

**Dès 6**

participants

**En salle**

dans vos locaux

**2 m²**

par participant

**Français**

langue du jeu

Les enjeux pour votre entreprise

1

Sensibiliser à un sujet complexe, encore trop souvent tabou

2

Apporter des repères clés pour repérer, écouter et orienter

3

Créer un moment collectif, ludique et bienveillant

Entrez dans la tête de Léna



Léna, 32 ans, collaboratrice investie et appréciée, traverse une période de turbulence. Depuis quelques semaines, elle se sent débordée, moins motivée, fatiguée, et commence à s'isoler. Elle a posé quelques arrêts maladie... et son entourage s'inquiète.

Votre mission : l'Équipe de Reconnexion

Les joueurs forment une équipe bienveillante qui explore les souvenirs, les émotions et les pensées de Léna pour comprendre ce qui la fragilise et l'aider à aller mieux.



Les thèmes abordés



Écoute et accompagnement psychologique



Hygiène de vie : sport, alimentation



Environnement professionnel et personnel



Stigmatisation et accès aux soins



Gestion du stress et des émotions



Ressources et rétablissement



Une séance clé en main

- ✓ Plateau de jeu collaboratif, énigmes et application sur tablette
- ✓ Un support individuel « Mes 6 clés de reconnexion » et un engagement personnel à emporter
- ✓ **En option** : une experte en santé mentale introduit le sujet et anime la conclusion en intelligence collective

Organisez une session dans votre entreprise

Un levier concret pour votre démarche de prévention des risques psychosociaux et votre DUERP.

