

# Photolangage® Choisir sa santé

<i>Avant-propos</i> .....	7
<b>Introduction : La santé : de quoi s'agit-il ?</b> .....	<b>9</b>
La santé, une notion relative, historiquement et culturellement évolutive.....	9
Ce qui caractérise ces évolutions .....	11
L'importance de la santé dans notre société contemporaine .....	12
Prévention, éducation, promotion de la santé : de quoi parlons-nous ?.....	12
<b>Première partie : Présentation de la méthode Photolangage® pour faciliter le choix de sa santé</b> .....	<b>17</b>
Trois dimensions à considérer avant la mise en œuvre de la méthode Photolangage® .....	18
<b>Deuxième partie : Trois axes pour penser l'éducation, la prévention et la promotion de la santé</b> .....	<b>26</b>
Le changement en santé : de quoi parle-t-on ? .....	27
Le modèle transthéorique (Prochaska et Di Clemente, 1992) .....	28
La roue du changement, le modèle « COM-B » (Suzan Michie, 2011) .....	29
Le groupe comme levier au changement .....	29
Penser et repenser ses représentations en santé.....	38
Différents types de constructions psychiques .....	39
Représentations sociales .....	42
La littératie en santé .....	44
<b>Troisième partie : Construire une séance avec Photolangage® sur la santé et la promotion de la santé</b> .....	<b>49</b>
Deux approches pour deux publics différenciés.....	50
Travail de groupe avec les publics .....	52
Travail en groupe avec les professionnels.....	63
Quelques situations dans lesquelles utiliser le Photolangage® Choisir sa santé? ...	77
<b>Quatrième partie : Conseils pratiques pour la mise en œuvre de la méthode Photolangage®</b> .....	<b>78</b>
La méthode Photolangage® – Récapitulatif pour l'animateur ice .....	81
Consignes méthodologiques que l'animateur ice transmet au groupe.....	82
Pour conclure une séance Photolangage® .....	87
<b>Pour aller plus loin</b> .....	<b>88</b>
<b>Glossaire</b> .....	<b>89</b>
<b>Bibliographie</b> .....	<b>93</b>
<b>Liste des photographies</b> .....	<b>96</b>