

# WORKSHOP

23.04.2026

## Que sont les workshops ?

Les workshops sont des événements réunissant des professionnel·les de tout bord autour de la santé mentale : professionnel·les du réseau santé-social-éducatif, instances publiques cantonales et communales ... L'objectif ? Mettre en commun les savoirs et les expériences et formuler des recommandations concrètes et utiles à tout le réseau.

### SOMMAIRE

- 01 - Le workshop en bref
- 02 - Les temps forts
- 03 - Constats et recommandations
- 04 - 06 - Les principaux enjeux identifiés
- 06 - Conclusion
- 07 - Perspectives pour mindsUP

## Le workshop en bref

- **55 participant·es**, issu·es de nombreux secteurs du réseau santé-social-éducatif genevois, un record pour nos workshops !
- **Découverte de mindsUP** : présentation du projet et démonstration en direct de l'application.
- Présentation de notre campagne : **C'est un truc de jeunes !**
- Travail en sous-groupes pour identifier les bénéfices, les freins et les pistes d'action pour favoriser l'**adoption de mindsUP** et son **intégration** dans les pratiques professionnelles.
- Mise en commun et priorisation **des pistes d'action** en plénière.
- Présence de **Mme Christina Kitsos**, Vice-présidente du Conseil administratif de la Ville de Genève, qui a partagé les engagements politiques de la Ville.

23.04.2026

## Les temps forts du 23 avril

- **55 participant·es** – un nouveau record pour nos workshops ! – issu·es de métiers et domaines d'activités variés : jeunesse, travail social, (ré)insertion professionnelle, ressources humaines, santé au travail, cohésion sociale, santé publique, prévention, psychologie, formation, éducation, soins en santé, académique
- Un **focus sur mindsUP** – une application pour prendre soin de soi, pas à pas, au quotidien
- Une **présentation** du projet mindsUP : historique, objectifs, impact, identité visuelle
- Une **démonstration** en direct de mindsUP
- Une **introduction de notre campagne** sur la santé mentale et la jeunesse : **C'est un truc de jeunes !**
- Nos objectifs : **découvrir mindsUP** et réfléchir ensemble aux meilleures façons de l'**intégrer dans les différentes pratiques professionnelles**
- Un **travail en sous-groupes** pour mobiliser l'intelligence collective et identifier les **bénéfices**, les **freins**, et les **pistes d'action** pour favoriser l'adoption de mindsUP par les jeunes et son intégration dans les pratiques professionnelles
- Quatre **restitutions** en plénière des échanges en groupes
- Une discussion en plénière pour faire émerger les **pistes d'actions prioritaires**
- Des **engagements politiques par la Vice-présidente du Conseil administratif de la Ville de Genève, Mme Christina Kitsos, en charge du Département de la Cohésion sociale et des Solidarités**
- Un **moment convivial** autour d'un apéritif pour clôturer la journée et favoriser les échanges informels.

23.04.2026

## Constats et recommandations

### Les principaux bénéfices perçus

#### **Une porte d'entrée accessible vers la santé mentale**

Les participant-es considèrent mindsUP comme un moyen de rendre la santé mentale plus accessible. Son caractère gratuit, anonyme, disponible à tout moment, directement sur smartphone en fait une première porte d'entrée vers des ressources fiables et locales, notamment pour les personnes qui n'oseraient pas consulter un-e professionnel-le dans un premier temps.

#### **Un outil qui complète l'accompagnement humain**

L'application est largement perçue comme un complément au travail des professionnel·les du réseau genevois. Elle peut faciliter l'ouverture du dialogue, soutenir les échanges pendant les rencontres, et assurer une continuité entre deux rendez-vous.

#### **Un levier pour développer les connaissances et l'autonomie**

Les participant-es estiment que mindsUP peut aider les utilisateur·ices à mieux comprendre leur santé mentale, à développer leurs compétences et à renforcer leur autonomie. Les fonctions d'auto-évaluation, de suivi et de découverte de ressources locales sont perçues comme des moyens de favoriser l'introspection et le sentiment de maîtrise.

#### **Un outil concret, simple et engageant**

Le format numérique est un atout car il permet une expérience simple, ludique et concrète. La diversité des thématiques, les ressources proposées et les possibilités de personnalisation sont autant d'éléments susceptibles de favoriser l'engagement.

#### **Un moyen de déstigmatiser la santé mentale**

L'application peut contribuer à normaliser les discussions autour de la santé mentale. En facilitant l'accès à des informations fiables et en proposant une approche non exposante et non jugeante, mindsUP peut lever certains tabous et encourager les personnes à demander de l'aide plus précocement.

23.04.2026

## Les principaux enjeux identifiés

### Concevoir et déployer une application qui...

#### ...préserve le lien humain

**Constat :** Le principal point de vigilance exprimé concerne le risque qu'une application de santé mentale favorise un usage solitaire des écrans. Le risque existe que certaines personnes restent seules face à leur téléphone, que l'application se substitue progressivement au lien humain ou qu'elle retarde une prise en charge lorsque celle-ci est nécessaire. Plus largement, les professionnel·les soulignent que l'outil s'inscrit dans un contexte déjà marqué par l'hyperconnexion et la fatigue liée aux écrans. Par ailleurs, mindsUP ne constitue pas une réponse adaptée à toutes les situations. Il est crucial que l'application aide les utilisateur·ices à identifier les moments où un accompagnement humain est nécessaire et facilite l'orientation vers les ressources appropriées.

**Pistes :** Pour limiter ce risque, il s'agit de faire de l'application un support au lien plutôt qu'une alternative à celui-ci : favoriser son **utilisation en binôme ou en groupe**, l'intégrer dans les **ateliers** et les suivis avec les professionnel·les, créer des espaces d'échange entre utilisateur·ices (forum, communauté) et développer des fonctionnalités qui orientent vers des ressources humaines lorsque cela est nécessaire.

#### ...maintienne l'engagement dans la durée

**Constat :** Le workshop a questionné la capacité de l'application à rester attractive au-delà des premières utilisations, de crainte que n'apparaisse une perte de motivation, un abandon progressif ou encore un sentiment d'échec, par exemple si les habitudes envisagées ne sont pas maintenues. Certaines personnes disposent de peu d'énergie ou de disponibilité mentale pour s'investir dans une vraie démarche de suivi.

**Pistes :** Pour soutenir l'engagement, différentes pistes sont proposées : personnalisation des parcours, gamification, contenus progressifs, diversité des thématiques, avatars, etc. L'objectif est que **l'application s'adapte** aux besoins et aux capacités des utilisateur·ices, plutôt que l'inverse. Les pistes visant à préserver un lien humain contribuent également au maintien de l'engagement.

23.04.2026

## Les principaux enjeux identifiés

### Concevoir et déployer une application qui...

#### ...reste accessible à une grande diversité de publics

**Constat :** Si l'accessibilité est considérée comme l'un des principaux atouts de mindsUP, elle dépend également de la manière dont les contenus sont conçus. Le niveau de langage, la quantité de texte, les compétences en lecture ou encore la maîtrise du français peuvent constituer des obstacles pour certains publics. Des interrogations sont également formulées quant au positionnement de l'application : son public cible est-il suffisamment clair et les contenus répondent-ils à la diversité des besoins ?

**Pistes :** Le workshop souligne l'importance de poursuivre les efforts de **vulgarisation et d'accessibilité**. Les participant-es proposent notamment de **diversifier les formats** (vidéos, tutoriels, démonstrations), de simplifier le langage, de développer des contenus en FALC lorsque cela est pertinent, et d'adapter davantage l'expérience selon les profils et les contextes d'utilisation.

#### ...soit facilement identifiable et investie par les jeunes

**Constat :** Une application, même pertinente, ne sera utilisée que si les jeunes la connaissent et comprennent rapidement ce qu'elle peut leur apporter. Les professionnel·les insistent sur l'importance d'accompagner sa découverte plutôt que de simplement la rendre disponible.

**Pistes :** Parmi les leviers évoqués figurent des **campagnes de communication**, une présence sur les réseaux sociaux, des relais dans les institutions fréquentées par les jeunes, le recours à des ambassadeur·ices ou à des influenceur·euses, mais aussi des formats permettant une découverte concrète de l'outil : **vidéos** de démonstration, **tutoriels**, version de **démonstration**, ateliers ou **événements** de sensibilisation. Plusieurs participant-es proposent également de faire découvrir l'application directement avec les jeunes lors de la première utilisation, afin de faciliter son appropriation.

23.04.2026

## Les principaux enjeux identifiés

### Concevoir et déployer une application qui...

**...soit soutenue et relayée par les professionnel·les en toute confiance**

**Constat :** Les professionnel·les constituent un levier essentiel pour favoriser l'adoption de mindsUP. Ils et elles expriment le besoin de mieux connaître l'application pour leur permettre de la recommander de façon efficace : pouvoir la tester elles et eux-mêmes, mieux comprendre son fonctionnement, clarifier la place qu'elle occupe dans leurs pratiques et disposer de garanties quant à sa qualité et à sa pérennité.

**Pistes :** Les professionnel·les proposent ainsi de développer un **véritable dispositif d'accompagnement** destiné aux professionnel·les. Celui-ci pourrait inclure des formations, des supports de présentation, des vidéos, une communauté de pratique, des espaces de partage d'expérience ainsi que des retours réguliers des jeunes et des partenaires. L'objectif est de permettre aux professionnel·les de s'approprier pleinement l'outil, ses usages quotidiens et son intégration dans les pratiques, afin qu'ils et elles puissent ensuite le relayer de manière pertinente auprès de leurs publics.

## Conclusion

Au-delà des nombreuses pistes d'amélioration formulées, un constat se dégage de manière transversale : les participant·es **adhèrent largement au principe d'une application de promotion de la santé mentale et en reconnaissent le potentiel**. Les discussions ont finalement peu porté sur la pertinence de l'outil lui-même, mais davantage sur les conditions nécessaires à sa réussite. Les échanges montrent que la valeur de mindsUP ne reposera pas uniquement sur la qualité de ses contenus, mais aussi sur sa **capacité à s'intégrer dans un écosystème plus large** d'accompagnement. Les participant·es imaginent une application qui complète les relations humaines plutôt qu'elle ne les remplace, qui soutient les professionnel·les dans leur pratique et qui favorise progressivement l'autonomie des jeunes. Ils et elles rappellent également que le succès d'un tel outil dépendra autant de sa conception que de son appropriation par les utilisateur·ices, les professionnel·les et les institutions partenaires.

En ce sens, les recommandations formulées dépassent largement le cadre de l'application : elles dessinent les conditions d'implantation d'un **dispositif de promotion de la santé mentale capable de s'intégrer durablement dans les pratiques et les parcours de vie de ses utilisateur·ices**.

23.04.2026

## Comment ces enseignements guideront le développement de mindsUP

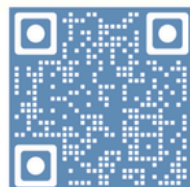
Ce workshop a permis d'identifier plusieurs pistes concrètes de développement pour ce projet qui viendront nourrir les prochaines étapes du développement de mindsUP. À la lumière de ces échanges, minds s'engage à porter une attention particulière aux éléments suivants :

- **Préserver la complémentarité entre le numérique et l'accompagnement humain**, en concevant l'application comme un outil qui soutient le lien avec les professionnel·les et les proches, sans jamais s'y substituer.
- **Renforcer l'accessibilité de l'application**, en poursuivant les efforts de simplification, de vulgarisation et d'adaptation des contenus à la diversité des publics.
- **Développer une expérience engageante**, en explorant des fonctionnalités favorisant la motivation, la personnalisation et une utilisation durable de l'application.
- **Accompagner les professionnel·les dans l'appropriation de mindsUP**, notamment grâce à des supports, des formations et des espaces d'échange adaptés à leurs besoins.
- **Construire un véritable écosystème autour de l'application**, en développant des outils de communication, des ressources pédagogiques et des partenariats facilitant son déploiement auprès des jeunes et des institutions.
- **Poursuivre une démarche d'amélioration continue**, en intégrant les retours des jeunes, des professionnel·les et des partenaires tout au long de l'évolution du projet.

**Ces engagements s'inscrivent dans une démarche de co-construction : les contributions recueillies lors de ce Workshop constituent une ressource précieuse pour faire évoluer mindsUP au plus près des besoins et des réalités du terrain.**

# WORKSHOP

23.04.2026



Télécharge l'app  
gratuitement

