MyWellnes **CAHIER DE CHARGE DU SITE WEB SUR LA SANTÉ MENTALE :**

1. Présentation du projet.

Mon projet est axé sur la santé mentale et vise à fournir des ressources et un soutien aux personnes désireuses améliorer leur bien-être mental. Le projet sera une plate-forme en ligne complète offrant une variété de fonctionnalités et de services, y compris un quiz sur la santé mentale, un plan de suivi personnalisé pour travailler son bien-être, un journal permettant aux utilisateurs de mémoriser leurs progrès et de partager leurs expériences, et une fonction de recherche pour trouver des thérapeutes locaux et psychologues ou pour visionner des articles informatifs et des vidéos pour améliorer sa santé mentale . L'objectif du projet est d'améliorer l'accès aux ressources en santé mentale et de promouvoir le bien-être mental.

Public cible :

Le public cible de ce projet sont les personnes qui cherchent à améliorer leur bien-être et qui ont besoin de suivi et de soutien. Le projet est conçu pour être accessible et convivial pour les personnes de tous âges et de tous horizons.

Objectifs du site :

L'objectif principal de ce projet d'accompagner les personnes qui trouvent des difficultés pour garder un mental sain en leur fournissant un cadre agréable qui permet de :

- passer un test d'entrée afin de suivre un plan adapté

- Le plan proposé par la plateforme suggère à l'utilisateur des taches à réaliser quotidennement

- L'utilisateur suit son progrès selon ses réalisations

- Consulter les documentations offertes par la plateforme sur le bien-etre

- Recommander des thérapeutes par région

- partager/archiver son journal intime

2. Description graphique et ergonomique

Charte graphique :

Le site Web sur la santé mentale utilisera une palette de couleurs apaisantes pour refléter son objectif. La couleur principale sera une combinaison de "Bleu océan", "Bleu marin" et "Corail doux", avec des variations pour chaque section et page du site. Le logo du site sera adapté en fonction de la couleur spécifique de chaque page. Le cahier des charges inclura des éléments graphiques existants qui pourront être réutilisés dans la charte graphique du site.

Les illustrations du site Web seront sélectionnées avec soin afin de correspondre à la palette de couleurs choisie. Elles contribueront à créer une ambiance apaisante et cohérente tout au long de l'expérience utilisateur. Veillez à choisir des illustrations qui s'harmonisent avec les couleurs choisies et qui renforcent le message de santé mentale du site.

Conception:

La conception du site Web sur la santé mentale doit être apaisante et confortable pour les utilisateurs. Un design plat serait préférable pour offrir une expérience utilisateur plus fluide. Les effets de parallaxe ou autres effets visuels distrayants ne seront pas nécessaires pour le site.

3. Description fonctionnelle et technique

Membres :

Page d'accueil :

a. La page d'accueil présentera un design épuré et minimaliste avec deux boutons d'appel à l'action clairs : "Connexion" et "S'inscrire".

b. Le processus d'inscription demandera aux utilisateurs de remplir un court questionnaire conçu pour évaluer leur état de santé mentale puis de fournir leur nom, prénom, sexe, date de naissance, adresse e-mail, mot de passe et .Le résultat sera gardé dans la base de données pour permettre un suivi régulier.

c. Le bouton "Connexion" redirigera les utilisateurs existants vers leur page de plan personel.

Questionnaire :

a. Le test sur la santé mentale consistera en une série de questions à choix multiples (oui , parfois , non) couvrant différents sujets tels que la dépression, l'anxiété, le stress et le sommeil.

Questions suggérées :

1. Vous êtes-vous senti triste ou déprimé récemment ?

2. Avez-vous perdu tout intérêt pour les choses que vous aimiez ?

3. Avez-vous eu du mal à dormir ?

4. Avez-vous du mal à vous concentrer ou à prendre des décisions ?

5. Vous êtes-vous senti fatigué ou très fatigué ces derniers temps ?

6. Vous sentez-vous souvent inquiet ou anxieux ?

7. Avez-vous pensé à vous faire du mal ou à mettre fin à vos jours ?

8. Avez-vous ressenti des symptômes physiques comme des maux de tête, des maux d'estomac ou des courbatures ?

9. Avez-vous évité les situations sociales ou vous êtes-vous isolé des autres ?

10. Avez-vous consommé de l'alcool ou des drogues plus que d'habitude pour faire face à vos sentiments ?

b. Les résultats du questionnaire seront utilisés pour choisir un plan de santé mentale personnalisé à partir de la base de données en fonction du score du membre au quiz.

Home :

La page d'accueil affiche le nom et la description du plan personnel, ainsi que les tâches associées à ce plan. Chaque tâche est présentée avec un bouton permettant de la marquer comme terminée ou non terminée.

Journaux publics :

La page des journaux publics affiche tous les journaux publiés, avec la possibilité de filtrer les résultats par "Tous", "Les plus récents", "Les plus aimés" ou "Les plus populaires . De plus, les utilisateurs ont la possibilité d'interagir avec les journaux en utilisant différentes fonctionnalités. Ils peuvent aimer ou ne plus aimer un journal pour exprimer leur appréciation, ainsi que sauvegarder ou retirer un journal de leurs favoris pour y accéder facilement ultérieurement.

Ces fonctionnalités permettent aux utilisateurs d'interagir avec les journaux publics, de montrer leur intérêt et de personnaliser leur expérience sur la plateforme.

Journaux privés:

La page des journaux privés affiche tous les journaux d'un utilisateur, avec la possibilité de filtrer les résultats par "Tous", "Publiés" ou "Non publiés". Les utilisateurs peuvent ainsi choisir le filtre qui correspond à l'état de publication de leurs journaux.

De plus, les utilisateurs ont la possibilité de publier un journal, de le retirer de la publication ou de le supprimer. Ces actions leur permettent de contrôler la visibilité de leurs journaux et d'effectuer les modifications nécessaires en fonction de leurs préférences.

Mes favoris:

La page "Mes favoris" affiche les journaux aimés et sauvegardés par un utilisateur, avec la possibilité de filtrer les résultats par "Tous", "Aimés" ou "Sauvegardés".

De plus, les utilisateurs ont la possibilité de désaimer ou de retirer de leurs favoris un journal précédemment aimé ou sauvegardé. Ces actions permettent aux utilisateurs de gérer leur liste de favoris en fonction de leurs préférences et de leur évolution d'intérêts.

Therapist Finder (Trouver un thérapeute) :

Therapist Finder est une page qui utilise l'API Google Places pour rechercher des professionnels de la santé mentale par zone géographique. Cet outil puissant permet aux utilisateurs de découvrir et de localiser facilement des professionnels de la santé mentale dans leur lieu de choix. En exploitant l'API Google Places, les utilisateurs peuvent accéder à des informations complètes et à jour sur les thérapeutes, y compris leurs adresses, coordonnées et évaluations des utilisateurs. Therapist Finder simplifie le processus de recherche et de mise en relation avec des professionnels de la santé mentale, garantissant ainsi aux individus un accès facile au soutien dont ils ont besoin.

Mindful Reads (Lectures Conscientes) :

Mindful Reads est une page qui affiche des articles sur la santé mentale et propose une fonction de recherche basée sur des suggestions préétablies pour trouver des articles spécifiques relatifs à la santé mentale. Les utilisateurs peuvent parcourir une sélection d'articles soigneusement choisis couvrant divers sujets dans le domaine de la santé mentale.

De plus, en utilisant les suggestions fournies, les utilisateurs peuvent trouver rapidement des articles pertinents correspondant à leurs intérêts ou besoins en termes d'information.

Blogues :

La page des blogs présentera une collection d'articles informatifs et de vidéos sur des sujets de santé mentale tels que la gestion du stress, les soins personnels et les stratégies d'adaptation .

Administration:

Membres:

Affiche un tableau avec tous les membres, incluant leur nom, adresse e-mail et le nombre de journaux publiés. De plus, chaque ligne du tableau comprend un bouton "Bloquer l'utilisateur" pour permettre à l'administrateur de bloquer un utilisateur spécifique.

Administrateurs:

Dans la page "Admin", vous trouverez à la fois le formulaire pour ajouter un administrateur et la liste des administrateurs existants. Le formulaire comporte quatre champs : nom, prénom, adresse e-mail et mot de passe, ainsi qu'un bouton "Ajouter un administrateur" pour soumettre les informations et créer un nouvel administrateur.

En dessous du formulaire, vous trouverez un tableau qui présente les noms et adresses e-mail de tous les administrateurs actuels. Chaque ligne du tableau est accompagnée d'un bouton "Supprimer" qui permet de supprimer un administrateur spécifique de la liste.

Gérer les journaux :

La page "Gérer les journaux" affiche un tableau contenant tous les journaux publiés, comprenant le nom du journal, le nombre de mentions "J'aime" et le nom de l'utilisateur qui l'a publié. Chaque ligne du tableau est accompagnée d'un bouton "Supprimer" pour permettre la suppression facile d'un journal de la liste.

Cette fonctionnalité simplifie la gestion des journaux en fournissant un aperçu clair et la possibilité de supprimer rapidement un journal si nécessaire.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_