

SENSIBILISATION À LA SANTÉ MENTALE

MODALITÉS

- Formation en présentiel ou en distanciel
- En intra dans nos locaux ou dans vos locaux
- Effectifs : Minimum : 4 / Maximum : 12
- Durée : 0,5 jour (3,5 heures)

PUBLIC CONCERNÉ

Tout public.

PRÉREQUIS

Aucun prérequis.

MÉTHODE ET MOYENS PÉDAGOGIQUES

Méthodes pédagogiques actives privilégiant la participation et l'échange entre participants ainsi que la confrontation à des situations concrètes. Vidéos et présentation de supports autour de la santé mentale.

Formation dispensée par un consultant formateur expert dans son domaine.

Un support de formation et/ou un livret sera remis en fin de formation.

VALIDATION

Certificat de réalisation.

TARIFS

- En intra : 700 € HT pour un groupe de 12 personnes

DÉLAI D'ACCÈS

La demande d'inscription doit se faire maximum 15 jours avant la formation.

ACCESSIBILITÉ

Le centre est accessible aux personnes en situation de handicap. Chaque situation étant unique, nous vous recommandons de nous consulter avant la formation pour tout aménagement particulier.

OBJECTIFS

- Définir la santé mentale et appréhender ses enjeux
- Savoir mobiliser les aides et s'orienter vers les professionnels en cas de besoin au sein et en dehors de leur administration
- Adopter les bons réflexes en cas de situations de détresse psychique

MODALITÉS DE SUIVI ET D'ÉVALUATION

Évaluation de l'apprentissage tout au long de la formation.

CONTENU

Mieux connaître la santé mentale en tant qu'enjeu majeur de santé publique et de société

- Définition de la santé mentale
- Présentation des enjeux relatifs au bien-être mental
- Définition des troubles psychiques et leurs chiffres en France
- L'impact des troubles psychiques sur la santé
- Les mesures de prévention pour préserver la santé mentale

Les différentes aides

- Les différents professionnels de santé
- Les accompagnements possibles au sein de votre administration

Définir l'approche appropriée en cas de détresse psychique

- Sensibilisation à l'approche en 5 étapes :
 - Savoir évaluer et être attentif aux signes de crises pour effectuer une approche
 - Favoriser l'écoute active et sans jugement
 - Faire preuve d'empathie mieux reconfortée
 - Renseigner la personne sur les solutions disponibles pour obtenir de l'aide
 - Encourager à chercher d'autres soutiens