

Sensibilisation à la santé mentale

Programme de formation



Durée : 1 jour/7heures
Horaires : 09h00-12h30 / 14h00-17h30
Dates : Merci de nous consulter
Lieu : A déterminer



Public concerné : Tout public
Prérequis : Aucun
Nombre de participants : De 4 à 10 participants



Accessibilité aux personnes handicapées : merci de nous contacter



Prix : 350€ par personne
En intra entreprise, merci de nous contacter pour le devis



Formateur : Formatrice experte
Contact : contact@happy-learn-formation.fr
Tel : 07/69/44/72/04



Méthodes pédagogiques :

Alternance des séquences théoriques et pratiques
Echanges et travaux pratiques
Jeux de rôle
Evaluation formative avec remise d'un support

OBJECTIF :

- Définir la santé mentale et appréhender ses enjeux
- Repérer les troubles psychiques
- Développer des compétences relationnelles
- Mobiliser les aides disponibles et orienter vers les bons interlocuteurs
- S'approprier un plan d'action efficace

CONTENU :

Définition et enjeux :

- Santé mentale, souffrance psychologique, troubles psychiques
- Chiffres clés et actualités
- Comment mieux en parler avec les collaborateurs

Identifier les différents troubles psychiques :

troubles dépressifs, anxieux, psychotiques, liés à la prise de substance

Agir en cas de crise liée à la santé mentale :

- Les différents types de crise ?
- Comment les évaluer
- Comment assister ?