

Le Management Bienveillant Management & gestion de projet Nos classes virtuelles Management

SENSIBILISATION À LA SANTÉ MENTALE

1/2 jour - 4 heures

Public concerné

Toute personne souhaitant s'informer sur le sujet de la santé mentale.

Objectif

- À l'issue de la formation, le stagiaire sera informé sur les enjeux de santé publique et de société de la santé mentale, des leviers d'action possibles, tout en déstigmatisant les troubles psychiques

Prérequis

- Aucun.

Objectifs pédagogiques

- Définir la santé mentale et appréhender les enjeux.
- Interroger les représentations,
- Savoir identifier et mobiliser les aides et orienter vers les bons professionnels si besoin.
- Initier le repérage d'un problème de santé mentale et adopter les bons réflexes..

Moyens pédagogiques

- Apports théoriques.
- Travail de groupe, échange de pratique, étude de cas.
- Mises en situation & expérimentation.
- Débats, échanges et retours d'expériences avec les formateurs.

Modalités d'évaluation des acquis

- Etudes de cas, QCM d'évaluation noté en fin de session pour validation des acquis.

IPTIC-Numéro Déclaration d'Activité : 11 75 48018 75 - <https://iptic.fr/>

Validation

Dernière mise à jour : 14/03/2025

- Feuilles d'émargement individuelles et attestation de formation.

Accueil :

Tour de table
Attentes des participants
Présentation des objectifs et du programme de formation.
Vie du groupe : règles de vie.

Bien appréhender la notion de la Santé Mentale :

Pourquoi parler de Santé Mentale ?
– Chiffres clefs / Stigmatisation et enjeux sociaux et économiques.
La Santé Mentale, c'est quoi ? Définitions.
La Santé Mentale, ses spécificités.
Santé Mentale et Maladie : Présentation des principaux troubles psychiques rencontrés :
– Troubles dépressifs.
– Troubles anxieux (dont les attaques de panique).
– Troubles addictifs.
– Troubles bipolaires.
Les risques suicidaires.

Donner des premiers leviers d'actions pour mieux prendre en compte la Santé Mentale

*Exercice en groupes : Qu'est-ce qui influence une « bonne » santé mentale ?
Restitution des groupes*

Apports sur les actions : Prévention en santé mentale, environnements et équilibre occupationnel :

Initier le repérage d'un problème en Santé Mentale :
– Comment le détecter ?
– Quels sont les signes et les symptômes ?
– Quoi faire et comment aider, agir au mieux ?

*Exercice en sous-groupes sur le repérage d'un comportement anxieux, d'un état dépressif, des signes du risque suicidaire, d'une crise de panique
Synthèse par groupe et échanges collectifs*

Partage avec le groupe sur les bonnes pratiques et présentation de ressources de soutien, d'aide et des contacts adéquats

Evaluation – Conclusion :

Évaluation des acquis par QCM.
Évaluation de satisfaction du stagiaire.
Conclusion.

TARIF PUBLIC : 350,00 € H.T.

IPTIC-Numéro Déclaration d'Activité : 11 75 48018 75 - <https://iptic.fr/>