

→ Santé mentale au travail

7 heures

Soit 1 jour de formation



Qualifiante



Eligible passeport prévention

Référence : MDO4

Pré-requis : Aucun.**Public** : Tout salarié.**Organisation** : de 4 à 10 stagiaires**Intervenant** : Secouriste PSSM FRANCE et thérapeute en cabinet**Evaluation** : Attestation de fin de formation**Accessibilité** : Formation accessible aux personnes en situation de handicap

Nous consulter pour étudier les adaptations nécessaires

Cadre réglementaire : S'inscrit dans l'obligation générale de l'employeur (article L.4121-1 du Code du Travail)

PRÉSENTIEL

OU

DISTANCIEL



Objectif

Développer ses connaissances en santé mentale afin de mieux comprendre les principaux troubles psychiques, mesurer leur poids réel, repérer les signes d'alerte et savoir orienter vers les ressources et les professionnels compétents.

✱ En résumé

La santé mentale constitue un enjeu majeur de santé publique et de qualité de vie au travail, mais les troubles psychiques restent souvent mal connus et entourés de nombreuses idées reçues. Cette formation apporte les repères essentiels pour comprendre les troubles anxieux et dépressifs, mesurer leur poids réel et repérer les signes d'alerte. Elle permet également d'adopter une posture adaptée face à une personne en difficulté et de savoir vers qui orienter.

Compétences développées

- Comprendre les notions fondamentales liées à la santé mentale et au classement DALY
- Identifier les troubles anxieux et les troubles dépressifs : définitions, fréquence, signes et prises en charge
- Adopter une posture adaptée et orienter vers les ressources et les professionnels compétents lorsque c'est nécessaire

Pédagogie



30% pratique
70% théorie

- Recueil des attentes des participants avant la formation
- Pédagogie active et participative

✱ Le programme

- 1. Comprendre la santé mentale et son poids réel sur la société et l'entreprise**
 - Définition, continuum et notions associées
 - Pourquoi ce sujet concerne l'entreprise, les chiffres clés
 - Le classement DALY : mesurer le poids réel des troubles psychiques
- 2. Les troubles anxieux et dépressifs**
 - Troubles anxieux : définition, fréquence, signes et prises en charge
 - Troubles dépressifs : définition, fréquence, signes et prises en charge
 - Pensées suicidaires et suicide : chiffres clés et signes d'alerte
- 3. Accueillir et accompagner une personne en difficulté**
 - Repérer les signes et adopter une manière adaptée face à une personne en difficulté : écoute bienveillante et non-jugeante
 - Ressources et professionnels mobilisables : numéros utiles, applications, dispositifs

Modalités d'évaluation : Quiz durant la formation, échanges / questions-réponses, attestation de fin de formation.

Tarif : Voir le catalogue en ligne : <https://mdo-smpro.catalogueformpro.com>

Délai d'accès : nous consulter (variable selon la disponibilité du calendrier)

Passeport de prévention : formation de prévention des risques professionnels en santé et sécurité au travail, déclarable par l'organisme de formation sur passeport-prevention.travail-emploi.gouv.fr