

## Sensibiliser à la santé mentale pour favoriser un environnement de travail sain.

Dispensée sur une demi-journée, cette formation vous permettra de changer de regard sur la santé mentale, mieux l'appréhender au travail, comprendre les enjeux et facteurs d'émergence, au niveau individuel et collectif.

Au programme : un concentré d'expertise alternant théorie et pratique, pour un impact immédiat !



### Programme

#### Santé Mentale de quoi parle-t-on ?

Définitions, typologies et conséquences

#### Identifier les signaux d'alerte et connaître les facteurs d'émergence

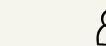
**Créer un contexte propice à la QVCT :** quoi faire et comment (actions préventives RPS)

#### Modalités d'évaluation

Individuelle : positionnement, questionnaire à chaud et un questionnaire à froid

#### Attestation de fin de formation

# QUAL'CAPSULE : SANTÉ MENTALE AU TRAVAIL



#### Public cible

Toutes personnes souhaitant développer son écoute active



#### Tarif

500€ TTC



#### Effectif

12 participants maximum



#### Durée

1/2 journée



#### Pré-requis

Pas de pré-requis nécessaires



#### Lieu

Intra-entreprise ou en distanciel



#### Accessibilité

En cas de situations de handicap

#### Formulaire d'aménagement



#### Contact

Cindy BEN BOUJEMA

Formatrice, Référente handicap

[contact@qualicie.com](mailto:contact@qualicie.com)

06 50 34 05 68



## Objectifs

A l'issue de la formation le/la stagiaire sera capable de :

- **Identifier** les différents troubles psychiques
- **Favoriser** un environnement de travail sain et favorable à la santé mentale
- **Changer** de regard sur la santé mentale au travail et contribuer à sa déstigmatisation



## Les plus des ateliers & Quali'Capsules

Chez QualiCie, nous prônons une pédagogie simple et accessible.

Notre objectif : vous aider dans l'appropriation des notions clés en capitalisant sur votre propre vécu, vos attentes et vos besoins.