

QUALI'CAPSULE : SANTÉ MENTALE AU TRAVAIL

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 !



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



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



Public ciblé

Toutes personnes souhaitant développer son écoute active



Tarif

350€ TTC



Accessibilité

En cas de situations de handicap

[Formulaire d'aménagement](#)



Effectif

12 participants maximum



Durée

1/2 journée



Pré-requis

Pas de pré-requis nécessaires



Lieu

Intra-entreprise ou en distanciel



Contact

Cindy BEN BOUJEMA

Formatrice, Référente handicap

contact@qualicie.com

06 50 34 05 68



Les plus des ateliers & Quali'Capsules

Chez **QualiCie**, nous prôtons une pédagogie **simple et accessible**.

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