

PROGRAMME « SENSIBILISATION A LA SANTE MENTALE »

MODALITES ET DEROULE D'INTERVENTION

- Durée : **3 heures**
- Lieu : entreprise cliente
- Participants : jusqu'à 10 personnes
- Déroulé : **Cette sensibilisation a pour objectif de mieux comprendre les notions de la santé mentale et leurs liens avec le travail, en associant les membres du CODIR ,équipes de direction et les membres du CSE afin de favoriser une approche collective de la prévention :**
 - Comment instaurer une culture plus ouverte et sécurisée autour des sujets de santé mentale
 - Réduire les risques psycho-sociaux au sein de la structure
 - Renforcer des capacités du pilotage des RH et des membres du CSE sur la santé mentale

INTERVENANTE

L'intervention sera menée par **Mme Mathilde Josien**, diplômée en psychologie, formatrice en 1ers secours en Santé Mentale habilitée par PSSM France, expérimentée dans la formation en santé mentale auprès des comités de Direction et ressources humaines.

PROGRAMME

- 1. Comment instaurer une culture plus ouverte et sécurisée autour de la santé mentale ?**
 - Qu'est-ce que la santé mentale et le double continuum
 - Définitions troubles psychiques
 - Les facteurs de vulnérabilités
 - Les grands chiffres / État des lieux sur la santé mentale en France
 - La santé mentale au travail - État des lieux
 - Cause des troubles santé mentale au travail / Ce que les salariés souhaitent en termes de dispositif préventif
 - Les freins à parler de santé mentale / L'impact des préjugés
- 2. Réduire les Risques PsychoSociaux au sein de la collectivité :**
 - Quels sont les risques professionnels et leurs conséquences ?
 - Responsabilité de l'employeur - Que dit la loi ? - Le rôle de l'employeur
 - Des pistes à explorer pour réduire les RPS
 - Comment mieux réagir face à une personne qui présente des signes de fragilités au niveau de sa santé mentale (dépression, troubles anxieux, burn-out, décompensation psychotique...)
 - Les bases de la communication et écoute active
- 3. Quels sont les dispositifs à actionner ?**
 - Les services de l'inspection du travail
 - La CARSAT (si les agents sont affiliés au régime général)
 - La médecine du travail
 - La formation PSSM
 - Cellule de soutien psychologique.....