

Intitulé

Apprendre à naviguer avec sa
santé mentale

Référence

FOR 516

Formateur

Mr Pascal DELMAS
réfèrent accessibilité (handicap)

Public ciblé et Prérequis

Avoir un intérêt pour ce sujet

Lieu

Sur l'établissement (en intra)

Prix Inter/hors frais annexes

269 €/demi-journée/personne

Prix Intra/hors frais annexes

550 €/demi-journée

Durée

- 1/2 jour
- 3 heures 1/2

Délai d'accès

14 semaines

Modalités d'accès

Nous consulter

*Net de TVA par décision d'exonération de la
DIRRECTE OCCITANIE du 03 Juin 2019

F004B

Formation

APPRENDRE À NAVIGUER AVEC SA SANTÉ MENTALE

Cette formation à la santé mentale s'appuie sur le concept de l'OMS « Il n'y a pas de santé sans santé mentale ». Nous avons appris à prendre soin de notre santé physique, il est temps de se préoccuper de notre santé mentale. Nous allons d'identifier les facteurs stabilisateurs, protecteurs ou perturbateurs. Pouvoir disposer d'une palette de solution permettra à chacun d'entretenir une bonne santé mentale et permettra également d'envisager une aide à une personne en souffrance.

Objectifs opérationnels :

À l'issue de la formation le participant sera capable :

- d'identifier les facteurs qui influencent la santé mentale,
- de mettre en place des ressources,
- de mener une réflexion sur les enjeux de santé mentale dans son quotidien : familial, social, professionnel.

Contenu de la formation :

L'optimisme de la santé mentale, pour apprendre à naviguer dans notre environnement

- Quel regard portez-vous sur la santé mentale ?
- Qu'est-ce qui influence notre santé mentale ?
- Quels sont les déterminants de la santé mentale et du rétablissement ?
- La santé mentale dans mon environnement personnel et professionnel

Méthodes pédagogiques :

Une démarche pédagogique participative pour :

- Manier le vocabulaire autour de la santé mentale
- Travailler sur les représentations concernant la santé mentale, dont la stigmatisation
- Identifier dans son environnement les facteurs influençant négativement et les ressources pour faire face.

Par des échanges sur les expériences et l'interactivité

(dont des mises en situation et des outils pédagogiques interactifs).

ATL FORMATION
1, Avenue du père Coudrin
48000 MENDE
atl.formation@atl48.org
04.66.49.05.16
www.tutelle-lozere.com

Intitulé

Apprendre à naviguer avec sa
santé mentale

Référence

FOR 516

Formateur

Mr Pascal DELMAS
référent accessibilité (handicap)

Public ciblé et Prérequis

Avoir un intérêt pour ce sujet

Lieu

Sur l'établissement (en intra)

Prix Inter/hors frais annexes

269 €/demi-journée/personne

Prix Intra/hors frais annexes

550 €/demi-journée

Durée

- 1/2 jour
- 3 heures 1/2

Délai d'accès

14 semaines

Modalités d'accès

Nous consulter

*Net de TVA par décision d'exonération de la
DIRECTE OCCITANIE du 03 Juin 2019

F004B

Formation

APPRENDRE À NAVIGUER AVEC SA SANTÉ MENTALE

Évaluation de la formation :

Évaluation des connaissances acquises et de la formation :

- Quiz de positionnement en entrée de formation
- Quiz final d'évaluation des acquis en fin de formation
- Évaluations de la formation et des attentes

Délivrable à l'issue de la formation :

- Certificat de réalisation NF
- Certificat de participation

Évaluation des résultats

ATL Formation met en oeuvre un dispositif d'évaluation permettant de mesurer la progression des acquis des participants, et d'adapter l'intervention. Pour ce faire, les outils et méthodes à disposition sont :

- Une auto-évaluation initiale de connaissance/compétences : qui permet à chacun de se situer dans sa pratique professionnelle et de cibler ses objectifs et ses besoins en formation.
- Une évaluation par objectif : à la fin de chaque objectif pour mesurer l'acquisition des compétences.

ATL FORMATION
1, Avenue du père Coudrin
48000 MENDE
atl.formation@atl48.org
04.66.49.05.16
www.tutelle-lozere.com