

SENSIBILISATION A LA SANTE MENTALE POUR PREVENIR LES RISQUES PSYCHOSOCIAUX EN ENTREPRISE

Dans un monde professionnel où le stress et les risques psychosociaux impactent 1 salarié sur 5, ce qui engendre des répercussions organisationnelles et économiques pour les entreprises, apprenez à repérer les signes de mal-être, prévenir les crises et créer un environnement de travail sain et performant grâce à des outils concrets et une approche bienveillante.



LES OBJECTIFS

- Comprendre les enjeux de la santé mentale au travail et respecter les obligations légales ;
- Identifier les risques psychosociaux (RPS) et leurs impacts ;
- Acquérir des outils pour prévenir les RPS et promouvoir un environnement de travail sain ;
- Savoir orienter vers les ressources adaptées.

CONTENUS PEDAGOGIQUES ET COMPETENCES VISEES

- Prise de conscience
- Comprendre la santé mentale et les risques psychosociaux
- Identifier les signes et les facteurs de risques
- Prévenir les Risques Psychosociaux
- Agir et orienter

MODALITES PEDAGOGIQUES

- Adaptation pédagogique : tour de table d'évaluation des problématiques et des attentes en début de stage. Dans la limite des prérequis adaptation des enseignements ;
- Méthodes : démarche pédagogique participative (alternance d'exposés magistraux, d'échange et d'ateliers d'application) ;
- Moyens pédagogiques / techniques : vidéoprojection, salles de formation, dispositifs informatiques ;
- Moyens documentaires : récapitulatif des informations essentielles, transmissions des outils et des supports pour favoriser leur appropriation en situation de travail.

INDICATEURS 2025

Taux de satisfaction 2025 :
Lancement de la formation en 2026

RENSEIGNEMENTS

Lycée Jean Monnet - Alexandra DE PAU & Laura MARECHAL
04.78.48.42.24 - cfclyceejeanmonnet@cneap.fr



COÛT DE LA FORMATION 175,00 € par participant

*Tarif valable pour les formations programmées
entre le 1er septembre 2025 et le 31 août 2026*

Tarif INTRA : nous consulter

Financement OPCO, FAFCEA et FIFPL possible

• Public

Managers, responsables RH, salariés, membres du CSE

• Prérequis

Maîtrise de la langue française, écrit / parlé

• Durée de la formation

7 heures : 1 journée de 7 heures en présentiel

• Nombre de stagiaires

Groupe de 8 à 12 stagiaires

• Lieu

Au centre de formation du Lycée Jean Monnet
ou dans les locaux de votre structure

• Moyens d'encadrement

Formation dispensée par Aurélie BANCILLON,
Formatrice en Santé Mentale

CALENDRIER 2025 / 2026

- 30 mars 2026
- 4 mai 2026
- 15 juin 2026



SENSIBILISATION A LA SANTE MENTALE POUR PREVENIR LES RISQUES PSYCHOSOCIAUX EN ENTREPRISE

PROGRAMME DE LA FORMATION

À l'issue de la formation, vous serez capable de comprendre les enjeux de la santé mentale au travail, repérer les signes de mal-être, agir en prévention au quotidien, réagir efficacement en cas de crise, élaborer un plan d'action individuel et collectif, et évaluer vos pratiques pour les améliorer.

1. Introduction

Objectif : Sensibiliser les participants à l'importance de la santé mentale en entreprise et créer un cadre d'échanges bienveillant

- Présentation des enjeux humains, économiques et juridiques de la santé mentale au travail
- Clarification des objectifs de la formation et des attentes des participants

2. Comprendre la santé mentale et les risques psychosociaux

Objectif : Acquérir une compréhension commune des concepts clés et des enjeux liés aux RPS, et prendre conscience de leur impact sur les individus et l'entreprise

- Définition et concepts clés
- Chiffres et impacts
- Retours d'expérience et échange entre les participants

3. Identifier les signes et les facteurs de risques

Objectif : Savoir repérer les signes individuels et collectifs de mal-être, ainsi que les facteurs de risques organisationnels et managériaux, pour agir en amont

- Signes individuels et collectifs
- Facteurs organisationnels et managériaux
- Atelier pratique

4. Prévenir les Risques Psychosociaux : rôles et actions

Objectif : Connaître les rôles clés des managers et des RH dans la prévention des RPS, et maîtriser des outils concrets pour agir au quotidien.

- Rôle des managers et des Ressources Humaines
- Outils et méthodes

5. Agir et orienter : ressources et procédures

Objectif : Savoir quelles ressources mobiliser en interne et en externe, et connaître les procédures à suivre en cas de crise (burnout, conflit, détresse)

- Ressources internes et externes
- Procédure en cas de crise
- Création d'un plan d'action individuel

6. Synthèse et évaluation

Objectif : Amorcer une réflexion individuelle et s'engager dans une démarche de prévention. Retour sur les apprentissages : Quels outils retenir ? Quels changements mettre en place ?

Clôture de la formation : tour de table sur les engagements et les attentes pour la suite, aspects administratifs (post-test, questionnaire de satisfaction...).

BENEFICES ATTENDUS POUR LES PARTICIPANTS

- Le renforcement des compétences managériales ;
- Le développement du leadership bienveillant ;
- L'amélioration de leur propre équilibre vie pro / vie perso.

BENEFICES ATTENDUS POUR L'ENTREPRISE

- Une meilleure cohérence et cohésion ;
- Une baisse des indicateurs de mal être ;
- Un renforcement de l'engagement ;
- L'amélioration du climat social ;
- Le renforcement de la marque employeur.

MODALITES D'EVALUATION DES ACQUIS

- Questionnaire en début et fin de formation
- Attestation de fin de formation fournie après la session

ACCESSIBILITE PSH

- Le Centre de Formation Continue du Lycée Jean Monnet s'engage à garantir l'accessibilité de ses formations à toutes les personnes en situation de handicap conformément à la législation en vigueur et aux exigences de la certification Qualiopi.
- Nous mettons tout en œuvre pour que nos locaux, nos ressources pédagogiques et nos dispositifs de formation et d'évaluation soient accessibles à tous, sans discrimination.
- Afin de nous permettre de préparer au mieux votre accueil et de mettre en place les aménagements nécessaires, nous vous invitons à prendre contact avec le **référént H +** de notre organisme de formation : **Alexandra DE PAU** - 04 78 48 42 24
alexandra.depau@cneap.fr



LA FORMATION INTRA ENTREPRISE

- La formation intra-entreprise se déroule dans les locaux de l'entreprise qui souhaite entreprendre la formation ou dans les locaux du lycée.
- La formation se déroule avec les salariés d'une même entreprise et le choix de la date de la session est en fonction de la disponibilité des salariés et de la formatrice. **L'intra permet bien plus de souplesse en matière d'organisation et peut-être planifiée rapidement.**
- Pour mener à bien la formation, la formatrice a besoin d'une salle équipée de tables et de chaises en nombre suffisant pour chaque stagiaire. d'un tableau et/ou paperboard pour écrire, d'un écran et d'un vidéoprojecteur et de pouvoir afficher.

Vous souhaitez organiser une session de formation en intra, n'hésitez pas à nous consulter.

