



# FORMATION RÉFÉRENT EN SANTÉ MENTALE ET ADDICTIONS AU TRAVAIL



**FABIENNE BALAS**

Spécialiste de la santé  
mentale au travail



# Description de la formation

## “Agir, prévenir et soutenir au cœur de l’entreprise”

La **santé mentale et les addictions** représentent aujourd’hui des enjeux majeurs dans le monde professionnel. Leur impact sur le bien-être des salariés, la performance globale et la pérennité de l’organisation est considérable.

Cette formation a pour objectif de **sensibiliser et d’outiller les participants à la reconnaissance, la prévention et la gestion des troubles de santé mentale et des conduites addictives** en milieu professionnel. Elle vise notamment à réduire l’absentéisme, les arrêts maladie, les accidents du travail, ainsi que les risques de désinsertion et d’invalidité.

## Objectifs professionnels

À l’issue de la formation, le participant sera en capacité de :

Comprendre les enjeux liés à la **santé mentale et aux addictions** ainsi que la réglementation associée.

- Identifier les signes de **troubles psychiques (burn-out, dépression, anxiété, etc.) et d’addictions**.
- Entrer en relation avec une personne en difficulté grâce à la Communication **Non Violente (CNV)**.
- Intervenir en **situation d’urgence**.
- Connaître les principales substances psychoactives, leurs effets et leurs impacts sur la santé et la sécurité au travail.
- Recommander les acteurs internes et externes compétents et travailler en **collaboration avec l’entreprise**.
- Intégrer les démarches de **prévention primaire**, secondaire et tertiaire dans son organisation.

## **Public concerné**

- Dirigeants, managers
- Salariés
- Ressources humaines
- Membres du CSE
- SST et acteurs de la santé au travail

## **Modalités pédagogiques**

- Formation en présentiel
- Méthodes actives, participatives et interactives
- Exercices pratiques, études de cas, mises en situation et jeux de rôle
- Supports pédagogiques variés (présentations, vidéos, livret apprenant)

## **Format et déroulement**

- 2 jours (14h) en présentiel
- 2h en visio (1 mois plus tard) : élaboration d'un questionnaire spécifique à votre entreprise, analyse des résultats et propositions d'actions ciblées

**Fabienne Balas**

Formation – Référent en Santé Mentale & Addictions au Travail



# Programme pédagogique

## MOYENS PÉDAGOGIQUES et TECHNIQUES

- Un livret apprenant est remis au démarrage de la formation le premier jour.
- Présentation
- Exercices
- Mise en situation
- Etude de cas pratiques
- Vidéos

## CONTENU PEDAGOGIQUE

### Jour 1:

- **Définition de la santé mentale en entreprise, enjeux et réglementation**
- **Différents troubles de santé mentale (Dépression, anxiété, idées suicidaires, crise de panique, Stress Post Traumatique), le Burn Out**
- **Principe de la Méthode AIDER**
- **Principe de la Communication Non Violente (CNV)**

### Jour 2:

- **Principe du comportement addictif,**
- **Les différentes addictions (avec substance et sans substance), identification des signes**
- **Mise en application de la Méthode AIDER**
- **Ecosystème d'accompagnement (collaboration avec les professionnels dans et hors cadre de travail)**
- **Organisation professionnelle**



## RECONNAISSANCE VISÉE

Attestation de formation

## PRÉ-REQUIS

Aucun

## MOYENS HUMAINS

Fabienne BALAS, infirmière en Santé au Travail, formatrice en santé mentale

## CONTACT

Fabienne BALAS : / 06.89.49.87.96

## ASSIDUITE ET CONTINUITE

Les actions formatives d'**OUVEA CONSEIL** favorisent l'engagement des bénéficiaires et évitent les ruptures de parcours par la diversité des méthodes pédagogiques et l'implication des participants dans la définition des objectifs de formation. De plus, en cas de force majeure, les dates de présentiels peuvent être modifiées. Dans le cas d'un empêchement sur une longue durée, en accord avec l'entreprise, il peut être proposé au participant de rejoindre un autre groupe de formation.

## TARIF

Contactez-nous pour un devis personnalisé, la réalisation d'une convention, pour une prise en charge par votre OPCO.

**INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES** au [fabiennebalas@ouvea-conseil.fr](mailto:fabiennebalas@ouvea-conseil.fr)



## ACCESSIBILITE

Formation assurée en présentiel : **OUEVA CONSEIL** s'assure par une visite préalable (ou tout mode d'information adapté) que le lieu prévu est accessible aux personnes à mobilité réduite et équipé de tout le matériel nécessaire au bon déroulement de la formation.

Formation assurée à distance : **OUEVA CONSEIL ORGANISME DE FORMATION EN SANTÉ MENTALE** met à disposition des stagiaires dans un espace partagé les documents nécessaires au suivi de la formation.

A la demande, un envoi par mail est également réalisé.

## ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES HANDICAPÉES

Les personnes en situation de handicap peuvent avoir des besoins spécifiques pour suivre la formation. N'hésitez pas à nous contacter pour en discuter.

Pour tout renseignement contactez- nous au : 06-89-49-87-96

par mail : [fabiennebalas@ouvea-conseil.fr](mailto:fabiennebalas@ouvea-conseil.fr)