

La santé mentale au travail



Parler de santé mentale au travail est de moins en moins tabou aujourd'hui. Il n'en demeure pas moins que notre compréhension des problèmes de santé mentale, notre capacité à les reconnaître et à accompagner les collègues qui y sont confrontés peut être améliorée. Dans cet atelier, nous nous concentrerons sur la sensibilisation et la conduite d'entretiens sur la santé mentale au travail.

Objectifs

- Compréhension de ce qu'est la santé mentale
- Aperçu des maladies mentales courantes
- Reconnaissance des signes précoces de problèmes de santé mentale sur le lieu de travail
- Outils pratiques destinés aux cadres pour aborder la santé mentale au travail (p. ex. entrée en matière, études de cas, jeux de rôle)

- Terminkoordination mit dem Kunden
- Vor- und Nachbereitung
- Umsetzung

Content

- Effet de la pleine conscience
- Exercices de pleine conscience
- Plan de mise en œuvre pour le quotidien

Performance client

- Terminplanung und Koordination
- Information und Einladung Mitarbeitende
- Räumlichkeiten und Material (Beamer, Laptop Flipchart, Moderationskoffer...)

Les prix indiqués s'entendent TVA et frais exclus.

Le contenu est ajusté en fonction de la durée. En fonction de la taille du groupe, un second spécialiste sera également présent.

Les modifications et compléments apportés aux contenus sont facturés en fonction du travail fourni.

Avons-nous suscité votre intérêt? Nous nous tenons personnellement à votre disposition.

vivit
centre de compétence pour la santé et la prévention de la CSS
Tribtschenstrasse 21
Case postale 2568
6002 Lucerne
058 277 60 00
info@vivit.ch
www.vivit.ch