Comprendre, repérer et agir face aux enjeux de la santé mentale

Non-certifiante | Formation continue

Réf. : 25192298F — Mise à jour : 10 novembre 2026

Organisme responsable : **GLE VENETIS**

Présentation de la formation

Objectifs

À l'issue de la formation, vous serez capable de développer une posture managériale qui met en place des actions pour prévenir, détecter et agir en faveur de la santé mentale au travail.

Programme

Comprendre les enjeux et les déterminants de la santé mentale au travail :

- Définitions et enjeux autour de la santé mentale
- Les facteurs de risques : identification et méthodologie de repérage dans votre entreprise ou dans votre service
- Retours d'expériences, exercices, mises en situation et regards croisés

Repérer les signaux d'alerte et les situations à risque :

- Les signaux faibles et les signaux forts : les reconnaitre, les analyser et les répertorier
- L'identification des acteurs internes et externes pour orienter
- La transmission des signaux vers les acteurs ressources (rapport écrit, contenu des messages oraux, …)
- Exercices d'identification de signaux d'alerte et de reporting des éléments observés

Adopter une posture managériale adaptée pour prévenir et agir au quotidien face aux enjeux de la santé mentale :

- Les pratiques managériales soutenant la santé mentale au travail : leviers individuels et collectifs
- Les modèles de régulation des émotions pour prendre la bonne distance et prendre soin de soi dans sa posture managériale
- Mises en situation, retours d'expériences

Mettre en œuvre des actions concrètes pour favoriser la santé mentale au travail :

- L'inventaire des actions possibles selon les organisations de travail : identification des facteurs de stress au travail, les types de management à risque à éviter, des espaces
- de coopération à créer, des ressources internes à mobiliser, une démarche de QVCT à adapter, …
- Les actions en tant que manager : faire le point sur ce qui dépend de soi et ce sur quoi nous pouvons agir
- Mise en perspective pour chaque participant d'un plan d'action concret pour favoriser la santé mentale au travail dans son entreprise ou dans son service

Certifications préparées et métiers visés

Niveau d'entrée	Niveau de sortie
Aucun prérequis	**Sans niveau spécifique**

Dates et lieux de formation

N° session	Modalité	Lieu	Du	Au
2156240S	Présentiel	Vannes	01/12/2026	01/12/2026

Source : GREF Bretagne #25192298F