



Actions de sensibilisation collective à la prévention des risques professionnels

## Programme de sensibilisation | Problématiques spécifiques

### Atelier Le Cosmos Mental® - La santé mentale : il faut que l'on en parle !

#### Public

Toute personne d'une entreprise adhérente à l'APST37.

*Prestation incluse dans la cotisation annuelle*

#### Intervenants

Professionnels APST37 formés à l'atelier « Le Cosmos Mental® » par Psycom

#### Lieu

APST37 ou dans l'entreprise

#### Groupe

6 à 12 personnes

#### Durée

2h environ

#### Objectifs

- Développer et porter un autre regard sur la santé mentale
- Expliquer la diversité des facteurs qui peuvent influencer la santé mentale d'un individu
- Mieux accepter l'autre dans son entièreté et selon son cosmos mental
- Tendre à réduire le tabou de la santé mentale

#### Outils pédagogiques

- Clip « Le Cosmos mental® » - créé par Psycom

#### Programme et contenu

##### 1. Tour de table

##### 2. Diffusion du clip Le Cosmos Mental®

##### 3. Etude de cas

##### 4. Débriefing/Conclusion

**Avant toute intervention, une rencontre est effectuée en entreprise afin d'analyser la demande et de déterminer la sensibilisation adaptée à la situation.**

Pour plus d'informations contactez votre **Médecin du travail**

Guichet unique : 02 47 37 66 76  
www.apst37.fr

..... Ensemble pour la prévention

