



**Passerelle 45 · Formations**

**CATALOGUE DE FORMATIONS 2024**

---

**passerelle45.fr**  
**formations@passerelle45.fr**  
**06 03 82 35 77**

## Qui sommes-nous ?

L'association Passerelle 45 œuvre depuis 2002 auprès des personnes ayant des troubles psychiques. Elle a acquis une solide expérience de l'accompagnement des personnes en situation de handicap psychique et elle est aujourd'hui reconnue pour son expertise.

Face au besoin de formation des professionnels de l'accueil et de l'accompagnement mais aussi face à la nécessité de mieux informer le grand public, l'association a ouvert un organisme de formation spécialisé dans le domaine de la santé mentale.

Dans le respect des valeurs de l'association, Passerelle 45 · Formations a pour mission de :

- faire connaître les troubles psychiques auprès de la population générale,
- agir contre la stigmatisation des personnes touchées et de leurs proches,
- augmenter les capacités de la population générale à soutenir les personnes touchées, dans un contexte personnel et professionnel.
- proposer des formations et sensibilisation sur les thématiques liées à la santé mentale et au bien être.

## Nos stagiaires

Particuliers

Entreprises  
Collectivités locales

Professionnels de  
l'accueil et de  
l'accompagnement

...

## Nos formations

Inter-entreprises ou  
Intra-entreprise (pour  
vos salariés dans vos  
locaux)

programmées  
ou à la demande

dans le Loiret  
ou au-delà sur demande

## Personnes en situation de handicap

Nous sommes particulièrement  
attentifs à vos besoins.  
N'hésitez pas à nous contacter  
en cas de nécessité  
d'adaptation de l'accueil ou de  
la pédagogie.

## Certification qualité



## Accréditation



## Renseignements et inscriptions :

passerelle45.fr  
formations@passerelle45.fr  
06 03 82 35 77

# PASSERELLE 45 · Formations PROGRAMME 2024

## TOUT PUBLIC :

### 6 formations pour prendre soin de soi et de ses relations

Développer l'estime de soi et la confiance en soi .....	p4
Gérer les tensions et les conflits .....	p5
Préserver et favoriser sa motivation .....	p6
Gérer son temps et ses priorités .....	p7
Développer sa capacité à communiquer .....	p8
Écouter ses émotions et en faire un levier.....	p9

## EN ENTREPRISE :

### 3 formations pour prendre soin de ses équipes

Sensibilisation Santé Mentale en Entreprise .....	p11
Burn out - Bore out - Brown out .....	p12
Prévenir les Risques Psychosociaux .....	p13

#### Interventions possibles sur demande :

- Santé Mentale pour vos événements (stand, conférence)
- Soutien aux équipes /Accompagnement au changement
- Analyses des pratiques professionnelles et des rapports de travail

## PROFESSIONNELS DE L'ACCUEIL ET ACCOMPAGNEMENT :

### 3 formations pour prendre soin du public accueilli

Gestion de l'agressivité .....	p15
Savoir-être de l'auxiliaire de vie en gérontologie .....	p16
Adapter sa posture pro. aux spécificités des troubles psychiques .....	p17

## PREMIERS SECOURS EN SANTÉ MENTALE :

### Apprendre à repérer les signes de mal être et à intervenir face aux problèmes de santé mentale

PSSM Module Standard .....	p19
PSSM Module Jeunes .....	p20

#### Passerelle 45 vous propose également :

Aidants et santé mentale (dont PSSM) .....	p21
Atelier de partage d'expérience.....	p22

# PASSERELLE 45 · Formations PROGRAMME 2024

## TOUT PUBLIC :

### 6 formations pour prendre soin de soi et de ses relations

#### **Développer l'Estime de soi et la confiance en soi ..... 4 et 5 juillet**

Travailler sur son estime en s'appuyant sur un groupe bienveillant pour mieux vivre avec le regard des autres et prendre confiance en ses capacités.

#### **Gérer les tensions et les conflits ..... 5 et 6 septembre**

Anticiper et désamorcer les situations de mécontentement et d'incompréhension pouvant dégénérer en conflits individuels ou collectifs.

Améliorer ses talents de négociateur et gérer les conflits au quotidien en sachant élaborer des solutions durables.

#### **Préserver et favoriser sa motivation ..... 9 et 10 septembre**

Repérer ses types de motivation pour les préserver durablement.

#### **Gérer son temps et ses priorités ..... 18 septembre**

Déterminer des méthodes d'organisation pour prioriser et gérer son temps.

#### **Développer sa capacité à communiquer ..... 5 et 6 décembre**

Communiquer avec aisance pour faciliter la transmission d'informations et fluidifier ses relations. Identifier les freins à la communication et apprendre à les lever.

#### **Écouter ses émotions et en faire un levier ..... 10 et 11 décembre**

Analyser ses émotions pour les traduire en message et pouvoir mieux affirmer ses besoins

# Développer l'estime de soi et la confiance en soi

Travailler sur son estime en s'appuyant sur un groupe bienveillant pour mieux vivre avec le regard des autres et prendre confiance en ses capacités.

## Objectifs

- Comprendre les mécanismes de l'estime de soi et de la confiance en soi de manière à s'affirmer en respectant autrui.
- Être un acteur constructif dans son environnement.
- Parler de soi et valoriser ses expériences, positives ou négatives.
- Porter une idée et mettre les autres en mouvement en faisant preuve de leadership.
- Formuler une demande visant à faire respecter un besoin.

## Contenu

### Construire sa valeur et augmenter son estime de soi :

- Définir l'estime de soi et la confiance en soi
- Valoriser ses expériences de vie
- Travailler sur ses compétences

### S'affirmer et mettre les autres en action :

- Identifier et exprimer son ressenti
- Se légitimer et s'affirmer dans ses fonctions
- Expérimenter les différents styles de leadership

### Communiquer avec assertivité pour faire respecter ses besoins :

- Pratiquer l'écoute active
- Développer son expression orale et improviser
- Débattre, s'affirmer et respecter l'autre
- Gérer une communication délicate

## Méthode

- En présentiel - 12 personnes maximum
- Apports théoriques
- Pédagogie participative
- Travail individuel et en sous-groupe, exercices pratiques, mises en situation

## Intervenant·e

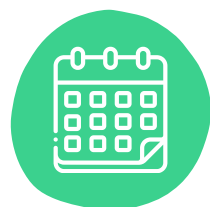
Formateur en communication professionnelle et interpersonnelle, art oratoire et éloquence

## Evaluation

- Mise en situation de communication
- Autoévaluation et validation des compétences par le formateur
- Questionnaire de satisfaction



Document de fin de formation :  
Certificat de réalisation



**Inter-entreprises : 4 et 5 juillet 2024**  
**de 9h à 17h (14h de formation)**



Résidence Accueil  
8 av Balbuzard Pêcheur 45430 Chécy



Inter-entreprises : 320€/personne, non éligible CPF  
Intra-entreprises : 3200€/session

## Profil des stagiaires

- Tout public
- Dans un cadre personnel ou professionnel
- Pré-requis : aucun

Contactez-nous en cas de nécessité d'adaptation de l'accueil ou de la pédagogie (situation de handicap)

# Gérer les tensions et les conflits

Anticiper et désamorcer les situations de mécontentement et d'incompréhension pouvant dégénérer en conflits individuels ou collectifs.  
Améliorer ses talents de négociateur et gérer les conflits au quotidien en sachant élaborer des solutions durables.

## Objectifs

- Rencontrer l'autre et appréhender les enjeux de la communication interpersonnelle ;
- Identifier, décrire et analyser une situation conflictuelle ;
- Mettre en œuvre une stratégie de gestion collaborative du conflit ;
- Gérer ses émotions et communiquer avec assertivité

## Contenu

### Communiquer pour se connaître et vivre ensemble :

- Juger de notre connaissance de nous-même et des autres
- Identifier son système de valeur ainsi que celui de ses interlocuteurs pour s'exprimer et adapter sa communication

### Maîtriser les fondamentaux de la communication interpersonnelle :

- Passer un message en tenant compte des filtres de la communication
- Identifier les enjeux de la communication interpersonnelle
- Identifier les réactions et les postures possibles lors d'un conflit

### Analyser une situation conflictuelle :

- Utiliser une stratégie de résolution de conflit
- Analyser un conflit et proposer des hypothèses de résolution
- Maîtriser les outils de la communication en situation de conflit
- Gérer différentes situations de communication professionnelle

## Evaluation

- Mise en situation de communication
- Autoévaluation et validation des compétences par le formateur
- Questionnaire de satisfaction

## Méthode

- En présentiel - 12 personnes max
- Apports théoriques
- Pédagogie participative
- Travail individuel et en sous-groupe, exercices pratiques, mises en situation

## Profil des stagiaires

- Tout public
- Dans un cadre personnel ou professionnel
- Pré-requis : aucun

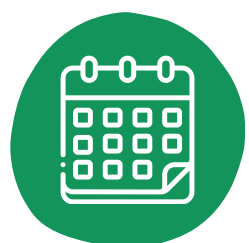
Contactez-nous en cas de nécessité d'adaptation de l'accueil ou de la pédagogie (situation de handicap)

## Intervenant

Formateur en communication professionnelle et interpersonnelle, art oratoire et éloquence



Document de fin de formation :  
Certificat de réalisation



**Inter-entreprises : 5 et 6 septembre 2024  
de 9h à 17h (14h de formation)**



Résidence Accueil  
8 av Balbuzard Pêcheur 45430 Chécy



Inter-entreprises : 320€/personne, non éligible CPF  
Intra-entreprises : 3200€/session

# Préserver et favoriser sa motivation

Repérer ses types de motivation pour les préserver durablement

## Contexte

La motivation joue un rôle crucial dans notre quotidien, influençant nos choix, notre énergie, et notre capacité à relever des défis, que ce soit dans un contexte personnel ou professionnel. La prise de conscience de nos motivations individuelles offre un éclairage sur nos préférences, nous aidant à identifier les signaux d'intolérance et de surinvestissement émotionnel dans nos projets quotidiens. Comprendre nos motivations profondes favorise une motivation durable en alimentant notre énergie et en soutenant un engagement constant dans nos actions.

## Objectifs

- Déceler les motivations individuelles (mes motivations et celles de mes collaborateurs)
- Agir sur les clés de la motivation individuelle et collective
- Repérer les signes de démotivation
- Mobiliser sur un projet commun

## Contenu

- Repérer les signes de motivation et de démotivation
- Dresser un diagnostic de ses motivations
- Gérer les obstacles courants à la motivation
- Mettre en place des stratégies pour renforcer sa motivation durablement

## Méthode

- En présentiel - 12 personnes maximum
- Apports théoriques
- Alternance des techniques d'animation pour rendre les participants acteurs : magistrale, démonstrative, interrogative, découverte, analogique.
- La formatrice s'appuie sur des techniques utilisées en neurosciences

## Intervenante

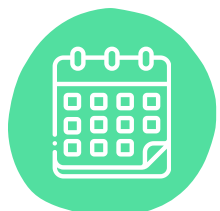
Formatrice et coach certifiée, spécialisée dans l'étude des mécanismes automatiques du cerveau

## Evaluation

- Évaluation des acquis en continu : jeux, mises en situation, définition d'un plan d'action personnalisé
- Questionnaire de satisfaction



Document de fin de formation :  
Certificat de réalisation



**Inter-entreprises ouvert à tous :**  
**9 et 10 septembre 2024 à Orléans**  
**(14h de formation)**



Inter-entreprises : 320€/personne, non éligible CPF  
Intra-entreprises : 3200€/session

## Profil des stagiaires

- Tout public
- Dans un cadre personnel ou professionnel
- Pré-requis : aucun

Contactez-nous en cas de nécessité  
d'adaptation de l'accueil ou de la pédagogie  
(situation de handicap)

# Gérer son temps et ses priorités

Déterminer des méthodes d'organisation pour prioriser et gérer son temps

## Contexte

Cette formation vise à fournir aux participants les outils et les stratégies nécessaires pour maximiser leur efficacité tout en préservant leur équilibre personnel. En travaillant sur ces aspects, les participants seront mieux équipés pour relever les défis de leur environnement personnel et professionnel de manière plus structurée et sereine.

## Objectifs

- Analyser son rapport au temps
- Déterminer ses priorités
- Planifier son temps, de l'année à la journée
- Optimiser sa concentration
- Utiliser des outils pour gérer et gagner du temps

## Contenu

- Prendre conscience de son rapport au temps, évaluer son niveau de stress dans son rapport au temps, déterminer ses besoins...
- Définir ses priorités, distinguer l'urgent et l'important, classer ses tâches...
- Optimiser et doper sa concentration...
- Planifier ses activités, anticiper, évaluer, travailler en mode projet, planifier sa journée, gérer les imprévus...

## Méthode

- En présentiel - 12 personnes maximum
- Apports théoriques
- Alternance des techniques d'animation pour rendre les participants acteurs : magistrale, démonstrative, interrogative, découverte, analogique.

## Intervenante

Formatrice et coach certifiée, spécialisée dans l'étude des mécanismes automatiques du cerveau

## Evaluation

- Évaluation des acquis en continu : jeux, mises en situation, définition d'un plan d'action personnalisé
- Questionnaire de satisfaction

## Profil des stagiaires

- Tout public
- Dans un cadre personnel ou professionnel
- Pré-requis : aucun

Contactez-nous en cas de nécessité d'adaptation de l'accueil ou de la pédagogie (situation de handicap)



Document de fin de formation :  
Certificat de réalisation



**Inter-entreprises ouvert à tous :**  
**Mercredi 18 septembre 2024 à Orléans**  
**(7h de formation)**




Inter-entreprises : 160€/personne, non éligible CPF  
Intra-entreprises : 1600€/session

Taux de satisfaction non disponible à ce jour (1ère année de mise en place)

19/01/2024

Inscriptions sur [passerelle45.fr](https://passerelle45.fr)

 [formations@passerelle45.fr](mailto:formations@passerelle45.fr)

 06 03 82 35 77



# Développer sa capacité à communiquer

Communiquer avec aisance pour faciliter la transmission d'informations et fluidifier ses relations. Identifier les freins à la communication et apprendre à les lever.

## Objectifs

- Comprendre son mode de fonctionnement en communication et l'adapter aux différents interlocuteurs
- Présenter ses idées en allant à l'essentiel
- Savoir écouter, poser des questions et partager des informations
- Faire face aux différentes situations de communication et gérer son stress

## Contenu

**S'approprier l'espace et rencontrer l'autre en maîtrisant son attitude :**

- Analyser une situation de communication
- Identifier les enjeux de la communication interpersonnelle

**Maîtriser les fondamentaux de la communication interpersonnelle :**

- Passer un message en tenant compte des filtres de la communication
- Identifier son système de valeurs ainsi que celui de ses interlocuteurs pour mieux adapter sa communication

**Gérer différentes situations de communication :**

- Émettre une opinion argumentée
- Gérer une situation de communication délicate

**Maîtriser les outils de la communication :**

- L'écoute active, l'assertivité
- Passer un message difficile avec la méthode DESC
- S'exprimer de manière synthétique et adaptée

## Méthode

- En présentiel - 12 personnes max
- Apports théoriques
- Pédagogie participative
- Travail individuel et en sous-groupe, exercices pratiques, mises en situation

## Evaluation

- Mise en situation de communication
- Autoévaluation et validation des compétences par le formateur
- Questionnaire de satisfaction

## Profil des stagiaires

- Tout public
- Dans un cadre personnel ou professionnel
- Pré-requis : aucun

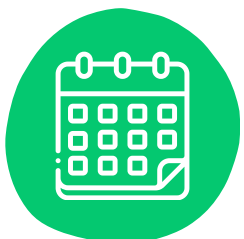
Contactez-nous en cas de nécessité d'adaptation de l'accueil ou de la pédagogie (situation de handicap)

## Intervenant

Formateur en communication professionnelle et interpersonnelle, art oratoire et éloquence



Document de fin de formation :  
Certificat de réalisation



**Inter-entreprises : 5 et 6 décembre 2024  
de 9h à 17h (14h de formation)**



Résidence Accueil  
8 av Balbuzard Pêcheur 45430 Chécy



Inter-entreprises : 320€/personne,  
Intra-entreprises : 3200€/session  
Non éligible au CPF



# Ecouter ses émotions et en faire un levier

Analyser ses émotions pour les traduire en message  
et pouvoir mieux affirmer ses besoins

## Contexte

Dans notre quotidien professionnel ou personnel, il est fréquent de négliger un aspect fondamental de notre bien-être et de notre communication : notre relation avec nos émotions. Ces dernières ne sont pas simplement des réactions, mais des signaux essentiels, des boussoles intérieures nous indiquant nos besoins. Les écouter attentivement devient alors une clé pour définir les actions à entreprendre, que ce soit pour enrichir notre quotidien personnel ou professionnel, ou pour améliorer nos relations avec les autres.

## Objectifs

- Clarifier les mécanismes et stimuli de déclenchement émotionnel
- Définir les actions à mettre en œuvre face aux différentes émotions
- Déterminer l'intérêt d'être en alignement avec son émotion dans sa dynamique interpersonnelle, sa prise de décision et sa communication
- Déterminer les différents types de stress et les actions à mettre en œuvre pour le diminuer

## Contenu

- Déterminer le rôle d'une émotion : Clarifier le message, identifier les symptômes et repérer les besoins associés
- Découvrir ses modes de pensées automatiques
- Utiliser les émotions pour analyser les motivations et favoriser la communication
- Gérer son stress et celui de ses interlocuteurs

## Méthode

- En présentiel - 12 personnes maximum
- Apports théoriques
- Alternance des techniques d'animation pour rendre les participants acteurs : magistrale, démonstrative, interrogative, découverte, analogique.

## Intervenante

Formatrice et coach certifiée, spécialisée dans l'étude des mécanismes automatiques du cerveau

## Evaluation

- Évaluation des acquis en continu : jeux, mises en situation, définition d'un plan d'action personnalisé
- Questionnaire de satisfaction

## Profil des stagiaires

- Tout public
- Dans un cadre personnel ou professionnel
- Pré-requis : aucun

Contactez-nous en cas de nécessité d'adaptation de l'accueil ou de la pédagogie (situation de handicap)



Document de fin de formation :  
Certificat de réalisation



**Inter-entreprises ouvert à tous :**  
**10 et 11 décembre 2024 à Orléans**  
**(14h de formation)**



Inter-entreprises : 320€/personne, non éligible CPF  
Intra-entreprises : 3200€/session

Taux de satisfaction non disponible à ce jour (1ère année de mise en place)

19/01/2024

Inscriptions sur [passerelle45.fr](https://passerelle45.fr)

 [formations@passerelle45.fr](mailto:formations@passerelle45.fr)

 06 03 82 35 77

# PASSERELLE 45 · Formations PROGRAMME 2024

## EN ENTREPRISE :

### 3 formations pour prendre soin de ses équipes

#### **Sensibilisation Santé Mentale en Entreprise ..... Jeudi 18 avril**

Quels leviers pour préserver et améliorer la santé mentale en entreprise ?

#### **Burn out - Bore out - Brown out ..... Vendredi 7 juin**

Les clés pour comprendre le mécanisme de l'épuisement professionnel, maîtriser ses différentes phases, détecter les symptômes et en analyser les causes pour agir.

#### **Prévenir les Risques Psychosociaux ..... Lundi 24 juin**

Clarifier la notion de Risques Psychosociaux, le cadre légal et les facteurs de risques.

Identifier et prévenir les RPS dans son quotidien en repérant les leviers et outils qui permettent d'agir.

#### **Interventions possibles sur demande :**

Santé Mentale pour vos événements (stand, conférence)

Soutien aux équipes /Accompagnement au changement

Analyses des pratiques professionnelles et des rapports de travail

# SANTÉ MENTALE EN ENTREPRISE

## SENSIBILISATION

Quels leviers pour préserver et améliorer  
 la santé mentale en entreprise ?

Selon l'OMS 25% de la population est concernée à un moment ou un autre de sa vie par un trouble mental. Les entreprises françaises ne sont pas épargnées par les problèmes de santé mentale :

- 2ème cause d'arrêt maladie
- 48% des salariés sont en état de détresse psychologique dont 17% en détresse psychologique élevée
- 33% des salariés interrogés sont en risque de burn-out

Ces indicateurs sont trois fois supérieurs au niveau d'avant la crise Covid et les conséquences pour les entreprises sont importantes : absentéisme, baisse de la performance, augmentation du stress, démotivation...

Baromètre Empreinte Humaine Opinion Way 23/11/23

La santé mentale est l'affaire de tous : entreprises, collectivités, employeurs, managers, équipes, salariés, collègues...

**Comment définir la santé mentale et ses impacts au sein de l'entreprise ?**  
**Quelles sont les obligations pour l'entreprise ?**  
**Quels sont les acteurs et leurs rôles ?**  
**Quels sont leviers d'action pour améliorer la santé mentale en entreprise ?**

### Objectifs

- Dédramatiser le sujet de la santé mentale
- Positionner la santé mentale dans le contexte de l'entreprise
- Connaître les obligations et conséquences pour les entreprises
- Identifier les leviers de prévention, les acteurs, le rôle de chacun
- Identifier les leviers d'action pour agir sur le bien-être mental et instaurer une culture positive et engageante de la santé mentale au travail

### Contenu

- **Définir** : les dimensions de la santé mentale, les chiffres clés, les idées reçues, l'impact du travail
- **Comprendre** : le contexte, les obligations de l'entreprise, les Risques Psycho-Sociaux
- **Agir** : la prévention, les signes, le rôle des acteurs, la boîte à outils
- Durée : 3 heures



Personne en activité professionnelle :  
 Entreprise du secteur privé ou public  
 Pré-requis : aucun



**En inter-entreprises :**  
**Judi 18 avril 2024 de 9h à 12h**



Résidence Accueil  
 8 av Balbuzard Pêcheur 45430 Chécy



Inter-entreprises : 80€/personne  
 Intra-entreprises : nous consulter

### Méthode

- En présentiel
- 8 à 16 personnes
- Apports théoriques
- Intelligence collective/Facilitation

### Intervenant·e :

Expert·e prévention et promotion  
 de la santé au travail

Contactez-nous en cas de nécessité d'adaptation de l'accueil ou de la pédagogie (situation de handicap)

Inscriptions sur [passerelle45.fr](https://passerelle45.fr)



[formations@passerelle45.fr](mailto:formations@passerelle45.fr)



06 03 82 35 77

# BURN OUT - BORE OUT - BROWN OUT

Les clés pour comprendre le mécanisme de l'épuisement professionnel, maîtriser ses différentes phases, détecter les symptômes et en analyser les causes pour agir.

## Objectifs

Cette demi-journée de formation vous permettra de :

- comprendre les notions de burnout, bore-out, brown-out au travail
- et d'être en mesure de repérer les éléments symptomatiques

## Contenu

**Définir le burnout, le bore-out, le brown-out au travail :**

- Les premiers signes à identifier
- Les différentes étapes
- Les facteurs et impacts au niveau professionnel

**Être en mesure de repérer les éléments symptomatiques :**

- Les symptômes cognitifs
- Les manifestations physiques
- Les réactions émotionnelles et relationnelles

## Méthode

- En présentiel
- 16 personnes maximum
- Apports théoriques
- Retours d'expériences terrain

Pré-requis : aucun

## Intervenant·e :

Psychologue du travail



Document de fin de formation :  
Attestation de présence



**En inter-entreprises :**  
**Vendredi 7 juin 2024**  
**de 13h30 à 17h à Orléans**



Inter-entreprises : 80€/personne  
Intra-entreprises : nous consulter

## Profil des stagiaires

- Membres des équipes de direction, DRH / RRH...
- Personnel d'encadrement...
- Personnel affecté aux questions de prévention...
- Médecin du travail et personnel de santé...
- Membres des Instances Représentatives du Personnel...

Contactez-nous en cas de nécessité d'adaptation de l'accueil ou de la pédagogie (situation de handicap)

**Inscriptions et renseignements complémentaires :**



[formations@passerelle45.fr](mailto:formations@passerelle45.fr)



06 03 82 35 77

# PREVENIR LES RISQUES PSYCHOSOCIAUX

Clarifier la notion de Risques Psychosociaux, le cadre légal et les facteurs de risques.  
Identifier et prévenir les RPS dans son quotidien  
en repérant les leviers et outils qui permettent d'agir.

## Objectifs

Cette demi-journée de formation vous permettra de :

- Comprendre les composantes des risques psychosociaux et ses facteurs
- Prévenir les conséquences sur la santé des salariés de votre établissement
- Connaître les outils et méthodes pour prévenir les risques psychosociaux

## Contenu

- Les facteurs de risques psychosociaux (modèle GOLLAC) et leurs conséquences pour le salarié et l'entreprise
- Le cadre juridique
- Les enjeux et les moyens de prévention
- Présentation des démarches et actions de prévention

## Méthode

- En présentiel
- 16 personnes maximum
- Apports théoriques
- Retours d'expériences terrain

Pré-requis : aucun

## Intervenant·e :

Psychologue du travail



Document de fin de formation :  
Attestation de présence



**En inter-entreprises :**  
**Lundi 24 juin 2024**  
**de 14h à 17h30 à Orléans**



Inter-entreprises : 80€/personne  
Intra-entreprises : nous consulter

## Profil des stagiaires

- Membres des équipes de direction, DRH / RRH...
- Personnel d'encadrement...
- Personnel affecté aux questions de prévention...
- Médecin du travail et personnel de santé...
- Membres des Instances Représentatives du Personnel...

Contactez-nous en cas de nécessité d'adaptation de l'accueil ou de la pédagogie (situation de handicap)

**Inscriptions et renseignements complémentaires :**



[formations@passerelle45.fr](mailto:formations@passerelle45.fr)



06 03 82 35 77

# PASSERELLE 45 · Formations PROGRAMME 2024

## PROFESSIONNELS DE L'ACCUEIL ET ACCOMPAGNEMENT : 3 formations pour prendre soin du public accueilli

### **Gestion de l'agressivité ..... 16 et 17 mai**

Identifier les premiers signes de l'agressivité pour mieux la prévenir et la maîtriser.  
Acquérir des outils pour aider à mieux contrôler ses émotions, rétablir une communication positive et désamorcer l'escalade vers l'agression.

### **Savoir-être de l'auxiliaire de vie en gérontologie ..... 11 et 12 juin**

Améliorer le savoir-être et l'efficacité des auxiliaires de vie dans leur mission d'accompagnement des personnes âgées et à travers les problématiques de santé mentale.

### **Passerelle 45 vous propose également, uniquement en intra-entreprise :**

#### **Adapter sa posture pro. aux spécificités des troubles psychiques**

Favoriser la transférabilité des acquis de la formation PSSM dans les pratiques des professionnels qui rencontrent des personnes souffrant de troubles psychiques dans leurs structures.

# Gestion de l'agressivité

Identifier les premiers signes de l'agressivité  
pour mieux la prévenir et la maîtriser.

Acquérir des outils pour aider à mieux contrôler ses émotions, rétablir  
une communication positive et désamorcer l'escalade vers l'agression.

## Objectifs

- Comprendre le rôle des émotions et du stress dans la gestion de l'agressivité
- Identifier l'escalade du conflit et les causes d'un comportement agressif
- Maîtriser les techniques de communication pour apaiser les situations à risques
- Adopter la bonne attitude face à l'agressivité liée aux troubles mentaux

## Contenu

### Gestion des émotions et du stress :

- Identifier ce qu'est une émotion
- Analyser les causes et les sources d'une manifestation émotionnelle
- Explorer les impacts du stress sur nous et sur les autres
- Décrypter le rôle du stress dans la gestion de l'agressivité

### Gestion de conflits et communication :

- Comprendre le fonctionnement du conflit et ses différentes étapes
- Favoriser une communication constructive et positive pour désamorcer une situation à risques

### L'agressivité liée aux troubles mentaux :

- Repérer le caractère pathologique d'une manifestation d'agressivité
- S'adapter face à ces comportements

## Méthode

- En présentiel - 12 personnes maximum
- Apports théoriques
- Pédagogie participative : partage d'expérience
- Exercices pratiques, études de cas

## Evaluation

- Evaluation des acquis en continu
- Evaluation des acquis par questionnaire
- Questionnaire de satisfaction

## Intervenant

Formateur en gestion de conflits et  
prévention des agressions en milieu  
professionnel

## Profil des stagiaires

- Pré-requis : aucun
- Professionnels de l'accueil, de l'accompagnant, du soin...
- Professionnel amené à rencontrer des situations d'agressivité dans le cadre de son travail

Contactez-nous en cas de nécessité  
d'adaptation de l'accueil ou de la  
pédagogie (situation de handicap)



Document de fin de formation :  
Certificat de réalisation



**Inter-entreprises : 16 et 17 mai 2024**  
**de 9h à 17h (14h de formation)**  
**à Chécy**



Inter-entreprises : 320€/personne,  
Intra-entreprises : 3200€/session  
Non éligible au CPF





Améliorer le savoir-être et l'efficacité des auxiliaires de vie dans leur mission d'accompagnement des personnes âgées et à travers les problématiques de santé mentale.

## Objectifs

- Instaurer une relation avec la personne aidée dans le cadre de son intervention
- Tenir compte des besoins et spécificités de la personne âgée dans ses méthodes d'intervention
- Comprendre l'impact des troubles de santé mentale chez la personne âgée

## Contenu

### Les fondamentaux de la profession :

- Comprendre l'importance du savoir-être dans le domaine de la gérontologie, identifier les valeurs clés
- Connaître les attentes et les besoins des personnes âgées
- Comprendre sa mission en tant qu'aidant, mettre du sens à son métier d'auxiliaire de vie

### Santé Mentale des Personnes Âgées :

- Comprendre les enjeux liés à la santé mentale des personnes âgées
- Identifier les principales pathologies
- Adapter le savoir-être en fonction des besoins spécifiques
- Faire face aux comportements difficiles et aux troubles de la mémoire
- Proposer des solutions pratiques pour améliorer le quotidien

## Méthode

- En présentiel - 12 personnes maximum
- Apports théoriques
- Pédagogie participative : partage d'expérience
- Exercices pratiques, études de cas, jeux de rôle, vidéos

## Évaluation

- Evaluation des acquis en continu
- Evaluation des acquis par questionnaire
- Questionnaire d'auto-analyse et de satisfaction

## Profil des stagiaires

- Pré-requis : aucun
- Professionnels accompagnant des personnes âgées : auxiliaires de vie, AES, AMP...
- à domicile ou en institution
- en situation d'emploi ou en recherche

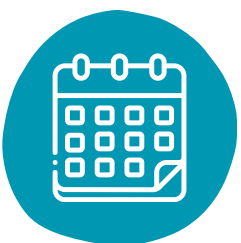
Contactez-nous en cas de nécessité d'adaptation de l'accueil ou de la pédagogie (situation de handicap)

## Intervenant

Formateur spécialisé en gérontologie



Document de fin de formation :  
Certificat de réalisation



Inter-entreprises : 11 et 12 juin 2024  
de 9h à 17h (14h de formation)



Chécy



Inter-entreprises : 320€/personne,  
Intra-entreprises : 3200€/session  
Non éligible au CPF

# Adapter sa posture professionnelle aux spécificités des troubles psychiques

Favoriser la transférabilité des acquis de la formation PSSM dans les pratiques des professionnels qui rencontrent des personnes souffrant de troubles psychiques dans leurs structures.

## Objectifs

- Définir des stratégies d'action adaptées au public souffrant de troubles psychiques
- Différencier et s'appropriier les notions de maladie psychique, handicap psychique et rétablissement
- Délimiter les acteurs du sanitaire et du social dans le réseau local existant

## Contenu

La formation donne aux stagiaires des éléments de réflexion concrets et applicables dans leurs interventions auprès de personnes touchées par des troubles psychiques. Elle leur permet de travailler sur leur cadre d'intervention et sur leur posture professionnelle afin de mieux prendre en compte les particularités de ce public.

- Les notions travaillées : maladie, handicap et rétablissement, distinction et cadre d'intervention, impact sur le public accueilli
- La posture professionnelle : freins et ressources, les stratégies d'action, l'adaptation au public
- Les acteurs locaux : secteur social, médico-social et sanitaire

## Méthode

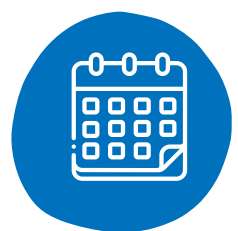
- En présentiel - 16 personnes maximum
- Apports théoriques
- Pédagogie participative : échanges en grand groupe, travail en sous-groupe, exercices d'appropriation des notions...

## Évaluation

- Evaluation des acquis en continu
- Travaux de groupes permettant de mettre en lien les acquis de la formation et la pratique professionnelle
- Questionnaire de satisfaction



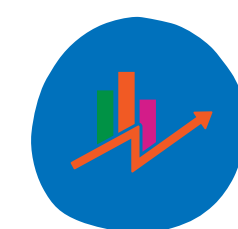
Document de fin de formation :  
Certificat de réalisation



14h soit 2 jours  
en intra entreprise, à la demande  
Dans le Loiret



Intra-entreprises : 3200€/session  
Non éligible au CPF



95% de nos stagiaires sont satisfaits  
95% recommandent la formation

## Profil des stagiaires

- Professionnels de l'accompagnement
- Pré-requis : être secouriste en santé mentale

Contactez-nous en cas de nécessité d'adaptation de l'accueil ou de la pédagogie (situation de handicap)

## Intervenant·e

Travailleur social / formateur expérimenté dans le champ du handicap psychique

07/03/2024

Inscriptions sur [passerelle45.fr](https://passerelle45.fr)

 [formations@passerelle45.fr](mailto:formations@passerelle45.fr)

 06 03 82 35 77

# PASSERELLE 45 · Formations PROGRAMME 2024

## PREMIERS SECOURS EN SANTÉ MENTALE

**PSSM Module Standard .....30/31 mai ou 20/21 juin ou 2/3 octobre**

Apprendre à repérer les signes de mal être  
et à intervenir face aux problèmes de santé mentale

**PSSM Module Jeunes ..... 21/22 mai ou 26/27 septembre**

Apprendre à repérer les signes de mal être  
et à intervenir face aux problèmes de santé mentale des jeunes

## Passerelle 45 vous propose également :

**Aidants et santé mentale (dont PSSM) ..... 2, 3 et 9 octobre**

Se positionner en tant qu'aidant,  
se former aux Premiers Secours en santé mentale et s'exercer

**Atelier de partage d'expérience ..... 13 juin**

Expliquer Partager Comprendre Améliorer sans jugement

# PREMIERS SECOURS EN SANTE MENTALE (PSSM) Module Standard

Apprendre à repérer les signes de mal être  
et à intervenir face aux problèmes de santé mentale.

## Objectifs

- Acquérir des connaissances de base concernant les troubles de santé mentale
- Mieux appréhender les différents types de crises en santé mentale
- Développer des compétences relationnelles : écouter sans jugement, rassurer et donner une information adaptée
- Tester et s'appropriier un plan d'action pouvant être utilisé pour apporter son soutien

## Contenu

- **Troubles de santé mentale** : dépression, troubles anxieux, troubles psychotiques, troubles liés à l'utilisation de substances
- **Crises en santé mentale** : pensées et comportements suicidaires, attaques de panique, évènements traumatiques, états sévères de psychoses, effets sévères liés à l'utilisation de substances

## Evaluation

- Evaluation des acquis en continu
- Questionnaire initial et final
- Questionnaire d'auto-analyse et de satisfaction
- Présence à l'ensemble de la formation requise

## Méthode

- En présentiel : 16 personnes max
- Apports théoriques et pédagogie participative : travail en sous-groupe, jeu de rôle, exercices d'appropriation du plan d'action
- Outils : manuel PSSM, vidéos, études de cas

## Documents de fin de formation

Attestation de secouriste et certificat de réalisation remis par PSSM France



14h soit 2 jours



**En inter-entreprises :**  
**30 et 31 mai 2024 à Orléans**  
**ou 20 et 21 juin 2024 à Orléans**  
**ou 2 et 3 octobre 2024 à Orléans**



Particuliers et inter-entreprises : 250€/personne, manuel compris  
Intra-entreprises : 3000€/session  
Non éligible au CPF



97,8% de nos stagiaires sont satisfaits  
99,4% recommandent la formation



**Formateur  
accrédité**

PREMIERS SECOURS  
EN SANTÉ MENTALE FRANCE

## Profil des stagiaires

Tout public : plus de 18 ans  
Pré-requis : aucun  
Contactez-nous en cas de nécessité  
d'adaptation de l'accueil ou de la pédagogie  
(situation de handicap)

19/01/2024

Inscriptions sur [passerelle45.fr](https://passerelle45.fr)



[formations@passerelle45.fr](mailto:formations@passerelle45.fr)



06 03 82 35 77

# PREMIERS SECOURS EN SANTE MENTALE (PSSM) Module Jeunes

Pour les adultes vivant ou travaillant avec des adolescents  
(collège et lycée) ou des jeunes majeurs.

## Objectifs

- Apprendre à repérer les signes de mal être et à intervenir face aux problèmes de santé mentale
- Acquérir des connaissances de base concernant les troubles de santé mentale
- Mieux appréhender les différents types de crises en santé mentale
- Développer des compétences relationnelles : écouter sans jugement, rassurer et donner une information adaptée
- Tester et s'appropriier un plan d'action pouvant être utilisé pour apporter son soutien

## Contenu

- **Troubles de santé mentale** : dépression, troubles anxieux, troubles psychotiques, troubles liés à l'utilisation de substances
- **Crises en santé mentale** : pensées et comportements suicidaires, auto-mutilations, événements traumatiques, états sévères de psychoses, effets sévères liés à l'utilisation de substances

## Evaluation

- Evaluation des acquis en continu
- Questionnaire initial et final
- Questionnaire d'auto-analyse et de satisfaction
- Présence à l'ensemble de la formation requise

## Méthode

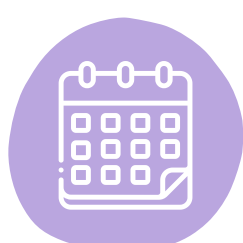
- En présentiel : 16 personnes max
- Apports théoriques et pédagogie participative : travail en sous-groupe, jeu de rôle, exercices d'appropriation du plan d'action
- Outils : manuel PSSM, vidéos, études de cas

## Documents de fin de formation

Attestation de secouriste et certificat de réalisation remis par PSSM France



14h soit 2 jours



**En inter-entreprises :**  
**21 et 22 mai 2024 à Chécy**  
**ou 26 et 27 septembre 2024 à Chécy**



Particuliers et inter-entreprises : 250€/personne,  
manuel compris  
Intra-entreprises : 3000€/session de 8 à 16 personnes  
Non éligible au CPF



100% de nos stagiaires sont satisfaits  
100% recommandent la formation



**Formateur  
accrédité**

PREMIERS SECOURS  
EN SANTÉ MENTALE FRANCE

## Profil des stagiaires

Tout public : plus de 18 ans  
Pré-requis : aucun  
Contactez-nous en cas de nécessité  
d'adaptation de l'accueil ou de la pédagogie  
(situation de handicap)

19/01/2024

Inscriptions sur [passerelle45.fr](https://passerelle45.fr)



[formations@passerelle45.fr](mailto:formations@passerelle45.fr)



06 03 82 35 77

Se positionner en tant qu'aidant, se former aux Premiers Secours en santé mentale et s'exercer

## Objectifs

- Permettre aux proches aidants, famille ou professionnels de comprendre les enjeux de la santé mentale pour le proche aidé ou eux même
- Apprendre à repérer les signes de mal être et à intervenir face aux problèmes de santé mentale
- Acquérir un savoir, un savoir-être et un savoir-faire sur les questions de santé mentale

## Contenu

- Place de l'Aidé et de l'aidant
- Représentations de la dépendance et des deuils associés
- Prise en compte de la personne aidée dans sa globalité
- Formation aux Premiers Secours en Santé Mentale abordant les troubles de santé mentale courants (dépression, troubles anxieux, troubles psychotiques, troubles liés à l'utilisation de substances) et les crises en santé mentale (pensées et comportements suicidaires, attaques de panique, évènements traumatiques, états sévères de psychoses, effets sévères liés à l'utilisation de substances)
- Mises en situation

## Méthode

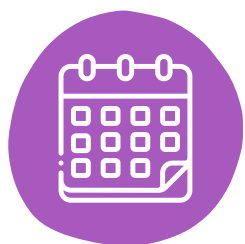
- En présentiel : 16 personnes max
- Apports théoriques et pédagogie participative : travail en sous-groupe, jeux de rôle, exercices d'appropriation du plan d'action
- Outils : manuel PSSM, vidéos, études de cas

## Evaluation

- Evaluation des acquis en continu
- Questionnaire initial et final
- Questionnaire de satisfaction
- Présence à l'ensemble de la formation requise



Document de fin de formation :  
Certificat de réalisation  
Attestation de secouriste et certificat de réalisation remis par PSSM France



**En inter-entreprises :**  
**2, 3 et 9 octobre 2024 à Chécy**  
21h soit 3 jours



Particuliers et inter-entreprises : 480€/personne, manuel compris  
Intra-entreprises : 4800€/session  
Non éligible au CPF

## Intervenant·e

Travailleur social / formateur expérimenté dans le champ du handicap psychique et accrédité PSSM France

## Profil des stagiaires

Toute personne majeure en situation d'aidant.  
Pré-requis : aucun  
Contactez-nous en cas de nécessité d'adaptation de l'accueil ou de la pédagogie (situation de handicap)

Taux de satisfaction non disponible à ce jour (1ère année de mise en place)

19/01/2024

Inscriptions sur [passerelle45.fr](https://passerelle45.fr)



[formations@passerelle45.fr](mailto:formations@passerelle45.fr)



06 03 82 35 77

# ATELIER DE PARTAGE D'EXPERIENCE

Expliquer Partager Comprendre Améliorer  
sans jugement

## Objectifs

- Partager son expérience de secouriste avec d'autres secouristes en santé mentale
- Échanger sur les difficultés rencontrées à travers des situations concrètes vécues
- Faire évoluer la pratique des secouristes
- Ancrer les acquis de la formation PSSM
- Permettre à chaque participant d'apporter des conseils et de partager sa propre expérience

## Contenu

- Explicitation de situations délicates vécues
- Exercices de mise en confiance pour l'expression dans le groupe
- Jeu des situations "problème" avec le formateur
- réflexion collective et propositions d'amélioration

## Méthode

- En présentiel
- 12 personnes max
- Pédagogie participative : réflexion collective et jeux de rôle sur la base du théâtre forum

## Profil des stagiaires

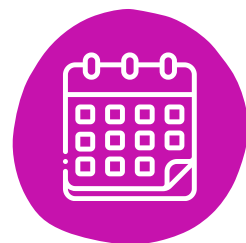
- Tout public
- Pré-requis : être secouriste en santé mentale
- Contactez-nous en cas de nécessité d'adaptation de l'accueil ou de la pédagogie (situation de handicap)

## Intervenant·e

- Formateur accrédité Premiers Secours en Santé Mentale
- Formateur en communication interpersonnelle et professionnelle



1 atelier dure 3 heures



**En inter-entreprises :**  
**Jeudi 13 juin 2024 de 9h à 12h**



Résidence Accueil  
8 av Balbuzard Pêcheur 45430 Chécy



Questionnaire de satisfaction en fin d'atelier  
Attestation de présence délivrée



Particuliers et inter-entreprises :  
80€/personne  
Non éligible au CPF

Inscriptions sur [passerelle45.fr](https://passerelle45.fr)



[formations@passerelle45.fr](mailto:formations@passerelle45.fr)



06 03 82 35 77