

Date(s) :

Jeu. 10 septembre 2026
De 9h00 à 16h00 en présentiel

Durée : 6 heures

Lieu :

Fédération nationale Familles Rurales
7 cité d'Antin - 75009 Paris

Coût de la formation :

DAF - Uniformation
(Prix public : 420€ déjeuner inclus)
Familles Rurales : 390 € déjeuner inclus

Prérequis :

Intérêt pour le sujet

Effectifs :

Jusqu'à 15 participants

Méthodes pédagogique

- Les séquences pédagogiques s'élaborent autour d'un partage de l'expérience de terrain et d'apports théoriques. Une pédagogie active et participative favorise la dynamique du groupe et la dimension réflexive des contenus ;
- Cette formation sera rythmée par des échanges, questions/réponses et illustrations pratiques.

Public concerné :

Référents jeunesse, référents BAFA-BAFD et référents enfance jeunesse du mouvement, responsables salariés des fédérations du réseau Familles rurales ou d'une structure de l'ESS.

Accessibilité :

La formation est accessible aux personnes en situation de handicap. Merci de nous contacter en amont de la formation.

Thématique : Santé / Sécurité / Prévention

Santé mentale : notions de base et outils pour accompagner

Objectifs pédagogiques de la formation :

- Comprendre les notions fondamentales liées à la santé mentale et aux troubles psychiques;
- Déconstruire les stéréotypes et réduire la stigmatisation associée aux troubles psychiques;
- Acquérir des outils pour accompagner et orienter une personne en situation de souffrance psychique, tout en prenant soin de sa propre santé mentale.

Programme de la formation :

Première Partie : Comprendre les notions fondamentales

- Introduction à la santé mentale et aux troubles psychiques
- Les troubles psychiques et le handicap psychique
- Fréquence et contexte de la santé mentale chez les jeunes
- Stéréotypes et stigmatisation

Deuxième Partie : Outils et réflexes pour l'accompagnement

- Reconnaître les signes de souffrance psychique
- Écouter une personne en souffrance psychique
- Informer une personne sur les ressources disponibles
- Encourager l'aide professionnelle
- Connaître l'approche orientée rétablissement

Compétences visées :

- Être capable de parler de santé mentale avec confiance
- Être capable d'identifier les signes de souffrance psychique
- Être capable d'avoir une posture d'écoute active et empathique
- Être capable d'orienter une personne vers les ressources et les professionnels adaptés en cas de besoin et en fonction du contexte

Modalités d'évaluation :

- Évaluation "à chaud" de la formation ;
- Une fiche d'évaluation permet à chaque stagiaire d'exprimer ses acquis et appréciations en fin de formation.

Inscriptions :

[Cliquez sur le lien ou nous contacter](#)



Contact :

Familles Rurales Académie
Fédération nationale
formation@famillesrurales.org
01 44 91 88 88



Formateur/trice :

Eva MAZUR, médiatrice Santé-Pair,
Formatrice La Maison Perchée