

iMAGINE!

Tous les possibles ...

OFFRE DE FORMATIONS


Prendre soin de soi, des
autres et de son avenir



**Formatrice
accréditée**

Premiers Secours
en Santé Mentale

Qualiopi 
processus certifié

 **RÉPUBLIQUE FRANÇAISE**

La certification qualité a été délivrée au titre de la ou des
catégories d'actions suivantes :

Actions de formation

IMAGINE!

NOS FORMATIONS, ATELIERS COLLECTIFS ET ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUELS

Formation

01 Premiers secours en
santé mentale (PSSM)
Standard

Formation

02 Premiers secours en
santé mentale (PSSM)
Jeune

Formation

03 Prévenir le
Burn-Out

Atelier collectif

04 Valoriser son parcours
professionnel

Atelier collectif

05 Fresque de la
santé mentale

06 Bilan de
compétences

Coaching

07 **PROFESSIONNEL**



**Formatrice
accréditée**
Premiers Secours
en Santé Mentale



Accessibilité : Formations accessibles aux personnes en situation de
handicap (nous consulter pour les modalités)

01

PREMIERS SECOURS EN SANTÉ MENTALE MODULE STANDARD

OBJECTIFS

- Détecter les signes précoces de troubles psychiques
- Apporter un soutien initial à une personne en difficulté
- Orienter vers les ressources appropriées
- Réduire la stigmatisation



TOUT PUBLIC à partir de 18 ans
(salariés, managers, citoyens, etc.)
Minimum 8 et maximum 16 participants

Méthode pédagogique


- Exposés théoriques
- Mises en situation et jeux de rôle
- Études de cas
- Partage d'expériences

Évaluation

QCM initial et final

Remise d'une attestation de secouriste par PSSM France

Questionnaire de satisfaction à chaud, à froid

 **14 heures (2 jours)**

Tarif individuel : 350€TTC

(en plusieurs fois)

Tarif entreprise : 400 €TTC

(prise en charge structure)

Tarif groupe : sur devis

Modes de financements :

Personnel, OPCO, Région, Département

Manuel du secouriste

Certificat de Secouriste PSSM

Plateforme PSSM France



**Formatrice
accréditée**

Premiers Secours
en Santé Mentale

02

PREMIERS SECOURS EN SANTÉ MENTALE MODULE JEUNE

OBJECTIFS

- Détecter les signes précoces de troubles psychiques chez les jeunes (12-20 ans)
- Apporter un soutien initial à un jeune en difficulté
- Orienter vers les ressources appropriées pour les jeunes
- Réduire la stigmatisation chez les jeunes



ADULTES en contact avec des jeunes
(parents, enseignants, animateurs, etc.)
Minimum 8 et maximum 16 participants

Méthode pédagogique

- Exposés théoriques
- Mises en situation et jeux de rôle spécifiques aux problématiques des jeunes
- Études de cas, vidéos
- Partage d'expériences

Évaluation

QCM initial et final

Remise d'une attestation de secouriste par PSSM France

Questionnaire de satisfaction à chaud, à froid

14 heures (2 jours)



Tarif individuel : 350 €TTC

(en plusieurs fois)

Tarif entreprise : 400 €TTC

(prise en charge structure)

Tarif groupe : sur devis

Modes de financements :

*Personnel, OPCO,
Région, Département*

**Manuel du secouriste
Certificat de Secouriste PSSM
Plateforme PSSM France**



**Formatrice
accréditée**
Premiers Secours
en Santé Mentale

03

PRÉVENIR LE BURN-OUT

OBJECTIFS

- Comprendre les mécanismes du burn-out
- Identifier les facteurs de risque individuels et organisationnels
- Développer des stratégies de prévention et de gestion du stress
- Mettre en place des actions concrètes au sein de l'entreprise



TOUT PUBLIC

(Managers, RH, Salariés, Indépendants..)

Minimum 5 maximum 10 participants

Méthode pédagogique

- Exposés théoriques
- Auto-diagnostic et questionnaires
- Exercices pratiques de gestion du stress
- Élaboration de plans d'action personnalisés

Évaluation

Évaluation continue des acquis

Remise d'un support de formation

Questionnaire de satisfaction à chaud, à froid



14 heures (2 jours)

Tarif individuel : 350 €TTC

(en plusieurs fois)

Tarif entreprise : 400 €TTC

(prise en charge structure)

Tarif groupe : sur devis

Modes de financements :

Personnel, OPCO, Région, Département

GUIDE D'ACCOMPAGNEMENT

Formatrice :

*Spécialiste de l'épuisement
professionnel*

04

VALORISER SON PARCOURS PROFESSIONNEL

OBJECTIFS

- Mieux se connaître
- Identifier ses ressources
- Clarifier son projet professionnel à partir de son parcours personnel



Personnes en réflexion ou en transition professionnelle : cadres, jeunes diplômés, porteurs de projet, personnes en reconversion professionnelle

Méthode pédagogique

- Méthode participative et expérientielle
- Outil de coaching narratif et visuel
- Travail individuel guidé
- Expression créative
- Echanges et partages volontaires en groupe

Évaluation



- Implication dans la réalisation de l'Arbre de Vie
- Capacité à identifier des ressources et des compétences issues de son parcours
- Expression d'enseignements ou de pistes d'évolution en fin d'atelier
- Questionnaire de satisfaction à chaud, à froid

Atelier collectif participatif



3 Heures

**TARIF GROUPE :
500 € TTC**

**minimum 8 et maximum
10 participants**

Formatrice :
*Coach Professionnel
certifié RNCP*

05

FRESQUE DE LA SANTÉ MENTALE

OBJECTIFS

- Sensibiliser les participants aux enjeux de la santé mentale
- Mieux comprendre les facteurs qui l'influencent
- Identifier des leviers pour préserver sa santé mentale et celle de son entourage



Toute personne souhaitant développer sa culture et ses ressources en matière de santé mentale

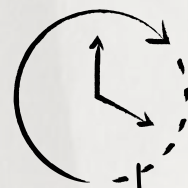
Méthode pédagogique

- Intelligence collective
- Pédagogie active et participative
- Travail collaboratif autour de cartes illustrées
- échanges et partages d'expériences
- Réflexion guidée et co-construction

Évaluation

- Participation active aux activités collectives
- Compréhension des facteurs influençant la santé mentale
- Capacité à identifier des actions ou ressources favorisant le bien-être mental
- Questionnaire de satisfaction

Atelier d'intelligence collective



3 Heures

**TARIF GROUPE :
700 € TTC**

**minimum 8 et maximum
10 participants**

Formatrice :

*Formée et certifiée par
l'Association Nightline*



**La Fresque de la
Santé Mentale®**

BILAN DE COMPÉTENCES

OBJECTIFS

- Définir une nouvelle orientation professionnelle en allant vers un projet de formation, une démarche de Validation des acquis de l'expérience (VAE), un nouveau poste, une création d'activité ...
- Analyser ses compétences professionnelles et personnelles, ses aptitudes et ses motivations



24H



Entretiens de 1h30 à 2h sur 3 mois
1 entretien par semaine en face à face
et/ou en visio (dont un temps de travail personnel)

Toutes personnes souhaitant faire un point sur sa vie professionnelle

Méthode pédagogique

- Utilisation d'outils de coaching
- Méthode reconnue ADVP
- L'accompagné reste au cœur de l'action
- Respect du code déontologique sur l'accompagnement

TARIF INDIVIDUEL:

Nous consulter

Mode de financement :

CPF, OPCO, Personnel

Évaluation

- Formulaire de satisfaction à l'issue
- Formulaire de suivi à 6 mois
- Bilan de l'accompagnement avec plan d'action

Formatrice :

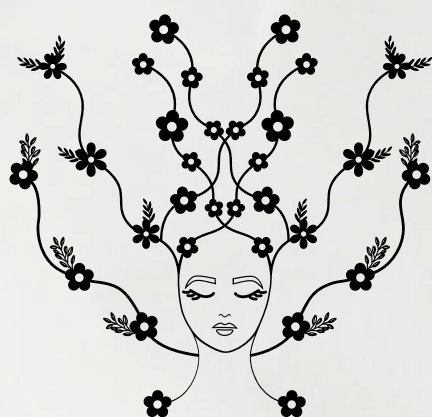
Concultante en Bilan de compétences

07

COACHING PROFESSIONNEL

OBJECTIFS

- Faire un arrêt sur image concernant son parcours professionnel & personnel : d'hier à aujourd'hui et envisager demain
- Atteindre un objectif réalisable
- Analyser ses compétences professionnelles et personnelles, ses aptitudes et ses motivations



20H



Entretiens de 1h30 à 2h sur 3 mois
1 entretien par semaine en face à face
et/ou en visio (dont un temps de travail
personnel)

Toutes personnes en recherche de sens dans sa vie professionnelle

Méthode pédagogique

- Utilisation d'outils de coaching
- Méthode reconnue ADVP
- L'accompagné reste au cœur de l'action
- Respect du code déontologique sur l'accompagnement

Évaluation

- Formulaire de satisfaction à l'issue
- Formulaire de suivi à 6 mois
- Bilan final de l'accompagnement avec plan d'action

TARIF INDIVIDUEL:
700 € TTC

Modalités de paiement :
nous consulter

Formatrice :
Coach Professionnel
certifié RNCP

08

QUELQUES AVIS...



Edith : “Contenu de formation très intéressant (PSSM) animé de façon dynamique et bienveillante. Merci pour cette montée en compétence.”

*Caroline : “Une super animatrice pour une “formation PSSM jeunes” sérieuse et très cadrée. Les supports sont une mine d'informations et on se sent prêt à secourir. Un bonus pour Barbara l'hôte de cette immersion dans l'univers de la santé mentale... elle le rend plus doux et son accueil est 5.
Merci. Je recommande à tous de faire ces formations”*

Nono :”Formation tres intéressante avec une excellente formatrice, j'ai pu enrichir mes connaissances en très peu de temps car Barbara explique tres bien et est tres a l'écoute. Je recommande vivement cette formation aux parents de jeunes en difficultés ou qui ont un mal être.”

*Malika : “Comprendre les jeunes, les accompagner, Prévenir les risques. Certifiée Conseillère santé mentale jeunes est désormais chose faite! IMAGINE au travers de sa formatrice Barbara, ce sont des sessions bien pensées entourées de personnes ayant une vision commune. MERCI
En Guadeloupe, la santé mentale des jeunes est un enjeu crucial.
Se former, c'est agir avant tout pour eux.
Jeunes, seniors,... rejoignez la cause!*



 Google

4,9/5

Engagement Qualiopi & Amélioration Continue

Imagine ! est certifié Qualiopi, attestant de la qualité de ses formations et de son engagement envers l'amélioration continue.

Nous nous engageons à :

- Vous offrir des formations de qualité, adaptées à vos besoins.
- Vous accompagner tout au long de votre parcours de formation.
- Recueillir votre satisfaction et prendre en compte vos remarques pour améliorer nos prestations.
- Mettre en œuvre une démarche d'amélioration continue de nos processus et de nos formations.

Ce catalogue vous présente un aperçu de nos formations. Nous restons à votre écoute pour toute question ou demande spécifique.

Un référent handicap est disponible au sein du centre de formation IMAGINE ! afin d'étudier les besoins d'adaptation.

Ensemble, cultivons le bien-être au travail en Guadeloupe !

Pour plus d'informations



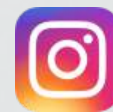
+590 (0)6 90 29 84 90



imaginekaraib@gmail.com



[Imagine Emploi Formation](http://Imagine.emploi-formation.com)



[IMAGINE SANTE MENTALE](#)

[LinkedIn](#)

[Barbara FAUVEAU LEAUSTIC](#)



Ensemble, cultivons le bien-être au travail en Guadeloupe !