



**Formation des membres :**

**Soutenir les problèmes de santé mentale avec les amis et la famille**

**Formation en vedette en mai**

**Soutenir les problèmes de santé mentale avec les amis et la famille.** De temps en temps, nous avons tous des amis ou des membres de la famille qui souffrent de mauvaise humeur. Lorsque la mauvaise humeur persiste, il est difficile de savoir quoi faire, surtout lorsque l’on craint d’aggraver les choses. Il ne s’agit pas d’un programme sur votre santé mentale et émotionnelle, mais plutôt sur le rôle très positif que vous pouvez jouer dans le bien-être des autres. Étant donné que vous n’êtes probablement pas médecin ou professionnel de la santé, le soutien que vous pouvez apporter a des limites. Il est donc important de connaître ces limites. Ensuite, une fois que vous aurez compris ces limites, vous pourrez entreprendre de nombreuses conversations et actions utiles et encourageantes.

**Les participants seront amenés à :**

* Identifier les problèmes de santé mentale courants auxquels les amis et la famille pourraient être confrontés
* Revoir les types de traitement
* Découvrir comment soutenir un ami ou un membre de la famille ayant des problèmes de santé mentale
* Créer un plan d'action sur la manière de répondre aux problèmes de santé mentale

Inscrivez-vous à une session de formation en direct d'une heure ou utilisez l'option à la demande pour regarder la formation quand cela vous convient. Les options de formation sont en anglais et disponibles dans le monde entier.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Séances enregistrées**Sur demande(pas de Q&A)**[Regardez ici](https://optum.webex.com/webappng/sites/optum/recording/7fb28c34be00103c9b5e00505681900b/playback)****Pas assez de temps ?**Regardez le résumé de 10 minutes **[ici](https://optum.webex.com/webappng/sites/optum/recording/9bc38fb8beca103cafae005056818d08/playback)** | **14 mai**13h-14h BST(avec Q&A)[**S'inscrire maintenant**](https://optum-training-form.force.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a27UI000000APA1YAO) | **15 mai**7h-8h BST(avec Q&A)[**S'inscrire maintenant**](https://eapworklife.my.site.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a27UI000000APDFYA4) | **21 mai**17h-18h BST(avec Q&A)[**S'inscrire maintenant**](https://optum-training-form.force.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a27UI000000APWbYAO) | **23 mai**19h-20h BST(avec Q&A)[**S'inscrire maintenant**](https://eapworklife.my.site.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a27UI000000APYDYA4) |

**Les places sont limitées pour les options de session de formation en direct, une inscription préalable est donc requise.**

**ommencer**

Ce programme ne doit pas être utilisé pour des soins d'urgence. En cas d'urgence, appelez le 911 si vous êtes aux États-Unis, le numéro de téléphone des services d'urgence locaux si vous êtes en dehors des États-Unis, ou rendez-vous dans le centre de soins ambulatoires et d'urgence le plus proche. Ce programme ne remplace pas les soins d'un médecin ou d'un professionnel. En raison du risque de conflit d'intérêts, aucune consultation juridique ne sera fournie sur des questions pouvant impliquer une action en justice contre Optum ou ses affiliés, ou toute entité par l'intermédiaire de laquelle l'appelant reçoit ces services directement ou indirectement (par exemple, employeur ou régime de santé). Ce programme et tous ses composants, en particulier les services aux membres de la famille âgés de moins de 16 ans, peuvent ne pas être disponibles partout et sont sujets à changements sans préavis. L'expérience et/ou le niveau de formation des Programmes d’aide aux employés peut varier en fonction des exigences contractuelles ou des réglementations nationales. Des exclusions et limitations de couverture peuvent s’appliquer.

© 2023 Optum, Inc. Tous droits réservés. Optum est une marque déposée d'Optum, Inc. aux États-Unis et dans d'autres juridictions. Tous les autres noms de marques ou de produits sont des marques commerciales ou des marques déposées appartenant à leurs propriétaires respectifs. Optum est un employeur garantissant l'égalité des chances.