



## Formation Premiers Secours en Santé Mentale

### Description

#### QU'EST CE QUE LE SECOURISME EN SANTÉ MENTALE ?

Les premiers secours en santé mentale constituent l'aide qui est apportée à une personne qui subit le début d'un trouble de santé mentale, une détérioration d'un trouble de santé mentale ou qui est dans une phase de crise de santé mentale. Les premiers secours sont donnés jusqu'à ce qu'une aide professionnelle puisse être apportée ou jusqu'à ce que la crise soit résolue. Ils sont équivalents en santé mentale des gestes de premier secours, qui eux apportent une aide physique à la personne en difficulté.

Le programme de Premiers secours en santé mentale (PSSM) permet de former des secouristes capables de mieux repérer les troubles en santé mentale, d'adopter un comportement adapté, d'informer sur les ressources disponibles, d'encourager à aller vers les professionnels adéquats et, en cas de crise, d'agir pour relayer au service le plus adapté.

Face aux troubles de santé mentale, on peut tous agir : 2 jours de formation pour apprendre à détecter des signes de mal-être et venir en aide à une personne en souffrance mentale (membre de votre famille, ami, collègue ou encore personne c'est-à-dire dans le cadre des loisirs ou dans le cadre professionnel !). Nous avons tous un rôle à jouer en tant que secouriste en santé mentale ! Dans un contexte sociétal de minimisation et de stigmatisation des troubles psychiques, se former aux premiers secours en santé mentale s'inscrit dans une démarche citoyenne. Nous pouvons tous agir à notre niveau !

Aucun prérequis, ce n'est pas une formation médicale !

#### UNE FORMATION OUVERTE À TOUS

La santé mentale concerne l'ensemble du grand public, puisque les troubles psychiques sont les pathologies les plus répandues : selon l'Organisation mondiale de la Santé, un être humain sur quatre souffrira au cours de sa vie soit d'un épisode pathologique, soit d'un trouble persistant. C'est pourquoi la formation aux premiers secours en santé mentale s'adresse à tous.

Le programme de formation aux premiers secours en santé mentale poursuit quatre objectifs pédagogiques :

- > Acquérir des savoirs 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),
- > Mieux faire face aux comportements agressifs.

Les secouristes obtiennent des connaissances générales sur le champ de la santé mentale, notamment à propos des quatre troubles psychiques les plus fréquents (troubles dépressifs, anxieux, psychotiques et liés à l'utilisation de substances), et apprennent à appliquer une méthode pour intervenir face à une personne en crise ou en difficulté.

À l'issue de la formation, les participants pourront télécharger leur attestation de Secouriste en Santé Mentale et repartiront avec leur manuel.

Les places sont limitées à 16 participants

Tarif 250€ (incluant un manuel PSSM d'une valeur de 30€)

Acompte de 100€ à l'inscription, paiement en plusieurs fois possible

Pour vous inscrire, merci d'envoyer par mail à [aurelie.ribet31510@gmail.com](mailto:aurelie.ribet31510@gmail.com) : votre nom, prénom, adresse postale, adresse mail et numéro de téléphone

## Tags

1. formation
2. pssm