

FORMATION
PREMIERS SECOURS EN SANTE MENTALE STANDART

Aider quelqu'un qui ne va pas bien, ça s'apprend.

Il y a une méthode.
Devenez secouriste en santé mentale.

COMMENT ?

**Les premiers secours en santé mentale
sont l'équivalent des gestes de premiers secours
qui eux apportent une aide physique.**

**La formation Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM)
permet à tous ceux qui le souhaitent d'apprendre à apporter une aide à une personne
qui subit le début d'un trouble, une détérioration d'un trouble ou une phase de crise de santé mentale.**

Le cours PSSM Standard s'adresse aux adultes qui souhaitent venir en aide à d'autres adultes (parents, amis, collègues...) montrant des signes de difficultés psychiques.

Objectifs pédagogiques :

- 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 de l'information adaptée
- Mieux faire face aux comportements agressifs

Qui peut se former aux Premiers Secours en Santé Mentale ?

- Tout-un-chacun peut se former aux PSSM : aucun prérequis n'est nécessaire et la formation est ouverte pour tous.