

NOSTRA MENTE

INTELLIGENCE COLLECTIVE ET POUVOIR D'AGIR

FORMATIONS
AUX PREMIERS SECOURS
EN SANTÉ MENTALE



**Formateur
accrédité**

PREMIERS SECOURS
EN SANTÉ MENTALE FRANCE

Santé mentale en France

LA SANTÉ MENTALE DES ADULTES

18% montrent des signes d'état dépressif

26% montrent des signes d'état anxieux

12% ont eu des pensées suicidaires au cours de l'année

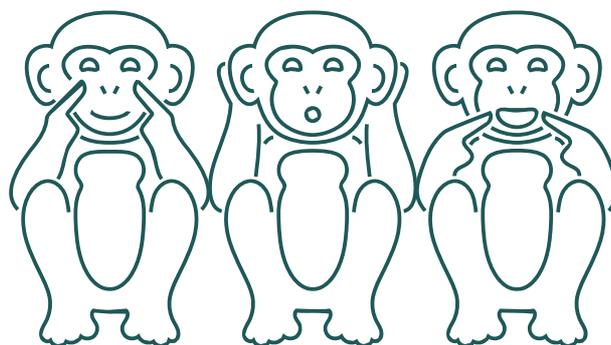
LA SANTÉ MENTALE DES JEUNES (10-24 ANS)

20,8% sont concernés par la dépression

9,5% témoignent de symptômes anxio-dépressifs sévères Le suicide est la deuxième cause de mortalité chez les jeunes

Pourquoi devenir secouriste ?

Parce que nous sommes **tous concernés** (proches, collègues, enseignants, soignants, élus, acteurs de la vie associative, commerçants de proximité), que nous côtoyons tous des personnes qui vont mal et que nous sommes **tous capables d'aider**





Une formation citoyenne

POUR APPRENDRE À VOIR,
À ENTENDRE ET À AGIR
EFFICACEMENT :

Repérer et distinguer les principaux troubles de la santé mentale

- **Avoir le comportement adapté**
- **Savoir informer sur les ressources disponibles**
- **Encourager à aller vers les professionnels de la santé**
- **Assister en cas de crise**



14 HEURES (EN PRÉSENTIEL OU EN VISIO)



PAS DE PRÉ-REQUIS



TOUT PUBLIC MAJEUR

**INSCRIPTION INDIVIDUELLE OU
COLLECTIVE (INTRA OU EXTRA-MUROS)**

Deux formations

DE SECOURISME EN SANTÉ MENTALE

Les premiers secours en santé mentale (PSSM) permettent d'aider une personne :

- **QUAND LE TROUBLE APPARAÎT**
- **EN CAS D'AGGRAVATION**
- **EN SITUATION DE CRISE**

Comme pour les gestes de premiers secours physiques, le secouriste PSSM assiste la personne en attendant l'aide de professionnelle ou la fin de la crise.

- **PSSM Standard** : des connaissances généralistes sur les troubles psychiques les plus courants chez l'adulte (troubles dépressifs, anxieux, psychotiques, liés à l'utilisation de substances) et l'acquisition d'un plan d'action simple et concret pour aider en cas de crise et hors crise.
- **PSSM Jeunes** : à destination des adultes en contact avec des jeunes (10-25 ans), avec un focus sur le développement de l'adolescent, les troubles du comportement alimentaire, les automutilations non-suicidaires et les troubles addictifs « comportementaux » (dont cyberdépendance).
Une pédagogie active et concrète alliant théorie et pratique grâce à des mises en situation, des vidéos et des témoignages.
- **Un manuel des premiers secours en santé mentale remis à chaque secouriste formé.**

PSSM

Un programme

INTERNATIONAL

- . présent dans **29 pays**
- . **20 ans d'expérience** plus de **6 millions** de personnes formées
- . construit sur des **savoirs scientifiques**



Formateur accrédité par PSSM France

Association fondée par **l'INFIPP, Santé mentale France**
et **l'UNAFAM**

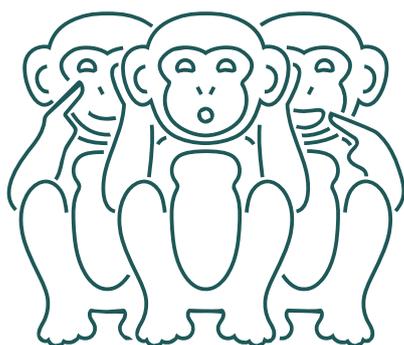
avec le soutien de la **Fondation de France, Santé
publique France, la Fondation Handicap, la Fondation
AESIO**



Nostra mente
Sasu 980 245 427 R.C.S. Aubenas

50 avenue de la soie
07200 Saint-Privat

nostra-mente.com



**NOS
TRA
MEN
TE**



contact & devis
info@nostra-mente.com
06 20 13 79 04