

# ORGANISATION DES FORMATIONS

## Les dates et lieux :

### 1<sup>ère</sup> session :

Maison de quartier du Pavement - Laval

Mardi 21 avril 2026 : 14 h à 17 h 30

Mardi 28 avril 2026 : 14 h à 17 h 30

Mardi 5 mai 2026 : 14 h à 17 h 30

Mardi 12 mai 2026 : 14 h à 17 h 30

### 2<sup>ème</sup> session :

A définir - Laval

Mardi 3 novembre 2026 : 14 h à 17 h 30

Mardi 10 novembre 2026 : 14 h à 17 h 30

Mardi 17 novembre 2026 : 14 h à 17 h 30

Mardi 24 novembre 2026 : 14 h à 17 h 30

## Halte Relais pour les aidés :

Pôle Accueil Aidants Aidés - P3A

Accueil à partir de 13 h 30

62 rue Davout - Laval

02 43 49 47 68



## Pour vous inscrire :

scannez le QR Code ou  
cliquez sur le lien ci-dessous :

<https://framaforms.org/inscription-formation-premiers-secours-en-sante-mentale-pour-les-proches-aidants-de-personnes-agees>



**CÉAS 53**

29 rue de la Rouillère

53000 LAVAL

**02 43 66 94 34**

secretariat@ceas53.org

<https://www.ceas53.org/>

# UN PARTENARIAT AU SERVICE DES AIDANTS



La commission des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie de la Mayenne soutient le développement d'actions de prévention pour les personnes âgées de 60 ans ou plus.



Accompagner un proche fragilisé soulève parfois des questions. Apprenez à comprendre, soutenir et préserver votre équilibre.

Quand certains comportements changent, déroutent ou inquiètent, il est normal de se sentir démuni.

Cette formation vous apporte des repères simples et concrets pour :

- mieux comprendre ce que traverse votre proche,
- réagir avec plus de sérénité,
- et soutenir sans vous épuiser.

**ENSEMBLE FAISONS EVOLUER LE REGARD  
SUR LA SANTÉ MENTALE !**



Une formation  
gratuite à  
destination des  
aidants !

## "DEVENEZ SECOURISTE EN PREMIERS SECOURS EN SANTÉ MENTALE"



**POUR LES AIDANTS DE 18 ANS OU PLUS, RÉSIDANT EN MAYENNE, ET ACCOMPAGNANT UN PROCHE ÂGÉ DE 60 ANS OU PLUS, EN PERTE D'AUTONOMIE.**



## UNE FORMATION GRATUITE POUR LES AIDANTS

- Dans le domaine de la santé mentale, **les premiers secours sont l'équivalent des gestes qui apportent une aide physique** à une personne en difficulté.
- Cette formation propose des **outils pratiques pour comprendre les troubles de santé mentale**, intervenir de manière appropriée et orienter les personnes vers les ressources adaptées.

Le Pôle Accueil, Aidants, Aidés (P3A) peut prendre en charge les personnes aidées pendant les 4 demi-journées de formation à partir de 13 h 30.

P3A

62 rue Davout à Laval

02 43 49 47 68

## FORMATION PSSM : OBJECTIFS VISÉS

- 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**.

## ISABELLE LEROY, FORMATRICE ACCRÉDITÉE PSSM



Isabelle LEROY,  
précédemment  
directrice d'établissement  
pour adultes en  
situation de handicap.

## UN PROGRAMME EN 4 DEMI-JOURNÉES

### DEMI-JOURNÉE 1

- Introduction à la santé mentale et aux interventions
- Introduction aux premiers secours en santé mentale

### DEMI-JOURNÉE 2

- Plan d'action pour la dépression
- Les troubles anxieux

### DEMI-JOURNÉE 3

- Plan d'action pour les troubles anxieux
- Les troubles psychotiques

### DEMI-JOURNÉE 4

- Plan d'action pour les troubles psychotiques
- Utilisation des substances et plan d'action



## MODALITÉS DE LA FORMATION

- Formation PSSM Standard, animée par une formatrice accréditée
- Durée : 14 h en présentiel, 4 demi-journées de 14 h à 17 h 30
- Groupe de 8 à 16 personnes maximum
- Participation gratuite avec remise d'un manuel des Premiers Secours en Santé Mentale
- Attestation individuelle et certificat de réalisation à la fin de la formation, par PSSM France.

