

Description du cours PSSM

La matière couverte par ce cours inclut:

- Des notions liées à la santé mentale, la maladie mentale et les problèmes de santé mentale
- Les signes et symptômes des problèmes courants de santé mentale et des situations de crise
- Les interventions efficaces et les traitements
- Comment offrir une aide initiale
- Comment guider la personne atteinte vers une aide professionnelle lui convenant

Les problèmes de santé mentale suivants sont abordés :

- Troubles de l'humeur
- Troubles de l'anxiété
- Psychoses
- Troubles liés à la toxicomanie

Les situations de crise suivantes sont abordées :

- Comportement suicidaire
- Réactions aux événements traumatisants
- Surdoses
- Crises de panique
- Épisodes de psychose



Pour de l'information sur le cours PSSM en Saskatchewan, contactez:

Agathe Gaulin - gestionnaire du projet

Vivre en santé de génération en génération

Téléphone: (306) 381-4399

agaulin@sasktel.net

Georgette Bru - coordinatrice

Téléphone: (306) 381-4482

en-mouvement@shaw.ca

Vivre en santé
de génération en génération



www.rsfs.ca



1 Canadien sur 3 éprouvera un problème lié à la santé mentale à un moment ou l'autre de sa vie.

Cours de Premiers Soins en Santé Mentale

Le cours de Premiers Soins en Santé Mentale (PSSM) confère les aptitudes nécessaires pour apporter rapidement une aide aux personnes en voie de développer un problème de santé mentale ou traversant une crise liée à la santé mentale.



Premiers Soins en Santé Mentale est chapeauté par la Commission de la santé mentale du Canada.
Pour plus d'information, consultez le site www.mentalhealthfirstaid.ca

Une initiative du
**Réseau Santé en français
de la Saskatchewan**
www.rsfs.ca



Que sont les premiers soins en santé mentale?

Tout comme les premiers soins physiques apportés aux personnes blessées physiquement, les premiers soins en santé mentale sont prodigués en attendant qu'un traitement approprié soit apporté à la personne ou jusqu'à ce que la crise soit passée.

La formation de premiers soins en santé mentale (PSSM) a été évaluée sous tous les angles. Les constats indiquent que la formation :

- Améliore la connaissance des problèmes de santé mentale de la part des participants.
- Atténue la stigmatisation.
- A un effet multiplicateur sur l'aide apportée à autrui.



Quels sont les objectifs du cours?

Le cours de Premiers Soins en Santé Mentale enseigne aux gens comment :

- reconnaître les signes et symptômes des problèmes de santé mentale et fournir l'aide requise afin de prévenir que le problème de santé mentale ne s'aggrave
- rassurer les personnes atteintes par un problème de santé mentale et favoriser le rétablissement vers une bonne santé mentale
- guider la personne vers l'assistance professionnelle appropriée

Le cours est d'une durée de 12 heures étalé sur plusieurs jours.

À qui s'adresse le cours?

Parmi les groupes ayant bénéficié du cours PSSM, mentionnons:

- les familles touchées par des problèmes de santé mentale
- les aînés
- les aidants naturels
- les bénévoles
- les intervenants communautaires

Votre instructrice:

Jacqueline Hounjet, M.Ed. est psychologue-consultante, originaire de la région de la Trinité. Elle œuvre dans les milieux de l'éducation et de la santé mentale.

