



Devenez secouriste en santé mentale avec l'APST37 !

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

Il y a une méthode.

Devenez secouriste en santé mentale.
2 jours de formations pour acquérir
les bons réflexes.

Audrey Guffroy



Chambray-lès-Tours, le 11 octobre 2024,

Chères adhérentes, Chers adhérents,

L'APST37 s'engage pleinement sur le sujet de la santé mentale en vous proposant une formation unique : **devenir secouriste en santé mentale** grâce à notre formatrice accréditée PSSM France, Audrey GUFFROY.

Pourquoi la formation Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM) est-elle **INDISPENSABLE ?**

La santé mentale, c'est l'affaire de tous. Saviez-vous que les problèmes de santé mentale, tels que la dépression et l'anxiété, touchent une personne sur quatre au cours de sa vie ? En entreprise, **22% des arrêts longs sont liés à des troubles psychologiques ou à une grande fatigue.** Ignorer la santé mentale, c'est négliger une part essentielle de notre bien-être collectif et individuel.

Que vous apporte la formation **PSSM?**

L'objectif de cette formation n'est pas de former des soignants ou des thérapeutes, mais de vous donner les clés pour mieux réagir face à une personne pour qui vous vous préoccupez.

Imaginez pouvoir :

- **mieux repérer** les signes et les symptômes des problèmes de santé mentale,
- **adopter** un comportement adapté,
- **orienter et encourager** une personne vers l'aide professionnelle appropriée,
- et, en **cas de crise**, **agir** pour relayer au service le plus adapté.

ACCESSIBLE À TOUS, sans prérequis !

Aucune compétence préalable n'est requise pour suivre cette formation. Cette formation de **14 heures**, répartie sur deux jours, est conçue pour être accessible à tous. À travers des exercices pratiques et des mises en situation, vous acquerez des compétences essentielles pour devenir un véritable soutien pour une personne dans le besoin.

Les bénéfices pour vous et VOTRE ENTREPRISE

- **Améliorer la prévention** et un meilleur repérage d'une personne en mal-être ou en souffrance
- **Accroître la connaissance collective** sur la santé mentale et les savoirs faire en cas de crise
- **Contribuer à déstigmatiser** les troubles psychiques, en les traitant avec la même importance que les problèmes physiques

Pourquoi choisir l'APST37 pour votre formation ?

En choisissant l'APST37, vous bénéficiez de l'expertise d'Audrey GUFFROY, formatrice accréditée par PSSM France, et d'une approche **pédagogique innovante et inclusive**. La formation est ouverte à tous nos adhérents, sans aucun prérequis.

Pour plus d'informations et pour obtenir un devis, n'hésitez pas à nous contacter à l'adresse suivant : seformer-santementale@apst37.fr

Accédez au programme complet de la formation : [ICI](#)

Devenir secouriste en santé mentale, c'est plus qu'une formation : c'est une mission. Vous pouvez jouer un rôle crucial dans la vie de ceux qui vous entourent, au sein de votre entreprise, de votre famille, et de votre communauté.

DATE FORMATION PSSM, ouverte à nos adhérents

25 et 26 novembre 2024

Nombre de places limitées à 14 participants.

Réservez votre place dès maintenant auprès d'Audrey !

en cliquant ici

Prenez soin de votre santé mentale comme vous prenez soin de votre santé physique. Rejoignez-nous pour faire la différence !

Nous restons à votre entière disposition pour tout complément d'information.

APST37

2 avenue du Professeur Alexandre Minkowski

37170 Chambray-Lès-Tours

02.47.37.66.76



..... *Ensemble pour la prévention*

Si vous ne souhaitez plus recevoir nos communications, [suivez ce lien](#)