

Les Premiers secours en santé mentale proposés à Toulouse



Les Premiers secours en santé mentale proposés à Toulouse

Et dans les départements voisins tels que le Gers...

Les Premiers Secours en santé mentale (PSSM) s'adressent à tout public souhaitant apporter de l'aide à une personne montrant les premiers signes d'un trouble de santé mentale, d'une aggravation ou d'une crise. PSSM est l'équivalent en santé mentale des premiers secours physiques appliqués sur les lieux d'un accident. Le programme International Mental Health First Aid, originaire d'Australie, vient d'être traduit pour la France, et l'on compte 3 millions de secouristes formés dans le monde.

Si la crise sanitaire actuelle exacerbe les besoins, les PSSM étaient déjà une des 25 «mesures phares» de santé publique affichée par le gouvernement pour la période 2019-2022, dans la prévention de la santé chez les étudiants. L'association Solidarité Réhabilitation s'engage ! Créée en juillet 2019, l'antenne Occitanie de cette association née à Marseille il y a 20 ans, a pour vocation de venir en aide aux personnes souffrant de troubles psychiques ainsi qu'à leurs proches sur la partie Midi Pyrénées de la nouvelle région. Elle promeut l'accès aux thérapies efficaces en vue du rétablissement.

Face à un constat terrible : en santé mentale, le diagnostic est posé avec une moyenne de 10 ans de retard. 10 années pendant lesquelles les symptômes s'aggravent... Troubles anxieux, dépression, troubles psychotiques, bipolarité, utilisation de substances, choc traumatique...

L'association voit par ces Premiers Secours en Santé Mentale, le moyen d'aider à une prise en charge précoce pour un retour plus rapide à la bonne santé. Cinq membres de Solidarité Réhabilitation Occitanie sont donc devenus « Formateur » et proposent à partir d'avril 2021 un stage de secourisme chaque mois, et des stages à la demande sur la région toulousaine et les départements voisins.

Toute personne peut devenir secouriste d'un ami, d'un collègue de travail, d'un camarade étudiant. La formation est également recommandée pour les associations qui accueillent du public et pour tous les métiers en contact avec un public. Elle permet de comprendre les différents handicaps psychiques et d'adapter son attitude dans ces situations.

Le rayon d'action de l'association est la Haute-Garonne, et ses départements voisins dont le Gers. Les prochaines dates seront les 19 et 20 avril, 29 et 30 mai, 14 et 15 juin. Plus de renseignement ou pour s'inscrire, sur le site de l'association <https://solidarite-rehabilitation-occitanie.org/> 06.77.53.05.28

L'association Solidarité Réhabilitation Occitanie est située à Toulouse : 59 chemin du Loup, 31 100 Toulouse

Contact : Claire Nicolas 06 95 08 51 51