

Formation 1er secours en santé mentale



3 et 4 juin 2026



9h30 à 12h30 - 13h30 à 17h30



8 rue de Vincennes - 35700 Rennes

Prix de la
formation
250 euros



Objectifs

- Acquérir des connaissances 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 de l'information adaptée
- Mieux faire face aux comportements agressifs

Compétences visées

Une démarche pédagogique participative pour :

- Prendre confiance dans l'interaction avec des personnes éprouvant un problème de santé mentale ou en crise de santé mentale
- Revoir ses représentations concernant la santé mentale
- Renforcer l'aide apportée aux personnes en crise ou éprouvant un problème de santé mentale.

Format

- Apports théoriques
- Ateliers pratiques

Formateur

Florence MARTINET,

Coach professionnelle certifiée et formatrice, spécialisée dans la santé mentale, la prévention de l'épuisement professionnel et la gestion du stress. Professeur de yoga.

Organisateur : ESC 35

formationsophrorennes@gmail.com
06.22.98.24.42

