



# Heds FR

Haute école de santé Fribourg  
Hochschule für Gesundheit Freiburg



JOURNÉE DE FORMATION

PREMIER SECOURS  
EN SANTE MENTALE

Date : 8 février 2024

**Hes**·SO

[www.heds-fr.ch](http://www.heds-fr.ch)

# PREMIER SECOURS EN SANTE MENTALE

Nous pouvons au cours de notre existence être confrontés à des personnes en situation de vulnérabilité psychique, par exemple : dans des situations de dépression, de fortes anxiétés, de potentiels risques suicidaires ou d'événements potentiellement traumatique. Pour les personnes témoins de ces situations, il n'est pas toujours si simple de savoir comment réagir. Ce cours vous permettra d'assumer une réponse de premiers secours auprès des personnes atteintes dans leur santé mentale ou vivant un événement potentiellement traumatique.

---

## Public cible

Tout public.

---

## Contenu

- Quelques notions des maladies psychiques les plus fréquentes : troubles anxieux, troubles de l'humeur, le spectre de la psychose (Association et al., 2015)
- Des recommandations selon le concept de premiers secours en santé mentale (Fondation Pro Mente Sana, Zürich, 2022; Mental Health First Aid Guidelines | Mental Health First Aid, 2023; RGN & Shields, 2021)
- Des recommandations en lien avec les événements potentiellement traumatique (Brillon, 2020).

---

## Méthode

Apports théoriques et exercices pratiques.

---

## Intervenante

Domingas Ribeiro, Maître d'enseignement HES, [domingas.ribeiro@hefr.ch](mailto:domingas.ribeiro@hefr.ch)

---

## Informations pratiques

- Date / Horaire : 08 février 2024 / 09h00–17h00
- Délai d'inscription : 12 janvier 2024
- Prix : CHF 250.00

La participation à la journée donne droit à une attestation de formation continue délivrée par la HEDS-FR. Lieu des cours, conditions et inscriptions :

<http://www.heds-fr.ch/journees>

**Haute école de santé Fribourg**  
Secrétariat de la Formation continue  
Route des Arsenaux 16a  
1700 Fribourg / Freiburg  
[formationcontinue.heds@hefr.ch](mailto:formationcontinue.heds@hefr.ch)

