

Premiers secours en santé mentale

Teen

Apprendre aux adolescent·e·s à s'entraider

Les Premiers Secours en Santé Mentale Teen (PSSM Teen) apprennent aux adolescent·e·s à prodiguer des premiers secours en santé mentale à d'autres adolescent·e·s en souffrance psychique, jusqu'à ce qu'un·e adulte responsable et de confiance puisse prendre le relais.



Les cours PSSM Teen sont dispensés par des instructeur·trice·s accrédité·e·s par le Centre d'Information et de Prévention de la Ligue Luxembourgeoise d'Hygiène Mentale.

Pourquoi former des adolescent·e·s aux premiers secours en santé mentale ?



- Les problèmes de santé mentale sont fréquents chez les adolescent·e·s.
- Les troubles mentaux sont encore trop méconnus et stigmatisés.
- Les adolescent·e·s manquent souvent de confiance en leur capacité à venir en aide à quelqu'un qui va mal.
- Les adolescent·e·s se confient plus naturellement à des pairs qu'à des adultes.



Pendant les cours PSSM Teen, les adolescent·e·s apprennent à :

- détecter les principaux signaux d'alerte des problèmes de santé mentale,
- venir en aide à un·e adolescent·e en souffrance psychique ou en état de crise,
- rechercher de l'aide auprès d'un·e adulte·e de confiance.

Les cours PSSM Teen sont composés de trois cours de 100 minutes chacun. Ils sont dispensés uniquement dans les structures éducatives où au moins 20 % du personnel a déjà été formé aux premiers secours en santé mentale.

Remarque : ce programme n'est ni une thérapie, ni un groupe de soutien.



Plus d'informations sur :

www.pssm.lu

www.cepas.public.lu/pssm

Contact :

Centre d'Information et de Prévention - D'Ligue

75, rue de Mamer

L-8081 Bertrange

Tél : (+352) 45 55 33

info@prevention.lu



PSSM Teen est une initiative de la Ligue Luxembourgeoise d'Hygiène Mentale sous licence de Mental Health First Aid (MHFA) International, Australie, financée par l'Œuvre Nationale de Secours Grande-Duchesse Charlotte.

A l'initiative de :



Avec le soutien de :



Erste Hilfe für psychische Gesundheit *Teenu*

Jugendliche lernen sich gegenseitig zu unterstützen

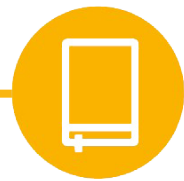
Erste Hilfe für psychische Gesundheit Teen (Premiers Secours en Santé Mentale Teen - PSSM Teen) ist ein Kurs, in dem Jugendliche dazu angeleitet werden, anderen Jugendlichen mit einem psychischen Gesundheitsproblem Erste Hilfe zu leisten, bis eine erwachsene Vertrauensperson übernehmen kann.



Die PSSM-Teen-Kurse werden von Instruktorinnen und Instruktoeren durchgeführt, die vom Centre d'Information et de Prévention der Ligue Luxembourgeoise d'Hygiène Mentale akkreditiert sind.

Warum werden Jugendliche in Erster Hilfe für psychische Gesundheit ausgebildet?

- Psychische Erkrankungen im Jugendalter sind häufig.
- Mangelnde Informationen und Stigmatisierung sind immer noch weit verbreitet.
- Jugendlichen fehlt oft das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten, jemandem zu helfen, dem es schlecht geht.
- Jugendliche vertrauen sich Gleichaltrigen eher an als Erwachsenen.



Im PSSM Teen-Kurs lernen Jugendliche wie sie:

- die häufigsten Anzeichen für psychische Gesundheitsprobleme bei Jugendlichen erkennen.
- anderen Jugendlichen mit psychischem Leidensdruck oder in einer Krise helfen.
- Hilfe bei einer erwachsenen Vertrauensperson suchen.

Der PSSM-Teen-Kurs besteht aus drei Unterrichtseinheiten von je 100 Minuten und wird nur in den Bildungsstrukturen durchgeführt, in denen bereits mindestens 20 % des Personals in Erster Hilfe für psychische Gesundheit geschult wurden.

Hinweis: Dieses Programm ist weder eine Therapie noch eine Selbsthilfegruppe.



Weitere Informationen unter:

www.pssm.lu

www.cepas.public.lu/pssm

Kontakt:

Centre d'Information et de Prévention - D'Ligue

75, rue de Mamer

L-8081 Bertrange

Tel: (+352) 45 55 33

info@prevention.lu

 premiers secours
en santé mentale
Luxembourg



PSSM Teen ist eine Initiative der Ligue Luxembourgeoise d'Hygiène Mentale unter der Lizenz von Mental Health First Aid (MHFA) International, Australien, finanziert durch das Nationale Hilfswerk Œuvre Nationale de Secours Grande-Duchesse Charlotte.

Auf Initiative von:



Mit der Unterstützung von:

