

Catalogue de formations

Centre Ressource d'Aide Psychologique en Mer (CRAPEM)

L'idée d'un centre spécialisé dans la prise en charge des psychotraumatismes des gens de mer émerge en 2013 avec une première rencontre avec le Service de Santé des Gens de Mer (SSGM). Une rencontre avec les acteurs du milieu maritime pointe le manque dans les réponses en termes de soins psychiques d'urgence : difficultés dans la mobilisation de la Cellule d'Urgence Medico-Psychologique (CUMP) en fonction des régions ou départements et des événements de mer ne répondant pas aux critères CUMP, difficultés des orientations vers les Centres Médico-Psychologiques (délais d'attente, stéréotype de la psychiatrie) et nous amène à élaborer une réponse spécifique pour les gens de mer en cas d'évènement de mer. Le début des consultations se fait en mars 2020.

L'apparition de la Crise COVID-19 va profondément modifier notre approche avec la mise au premier plan de crises suicidaires, de décompensations anxieuses, de « burnout » en lien avec les difficultés de débarquement. Cette évolution clinique nous a amené à renforcer des liens avec les unités de soins des gens de mer (CCMM, CROSS), à nous adapter à des prises en charge avec « les moyens du bord » et à élargir nos interventions à toutes formes de souffrance psychiques lors des embarquements.

C'est pour répondre à ces questions et répondre à la souffrance de ces femmes et de ces hommes que le CRAPEM a vu le jour avec missions principales :

- Evaluation et prise en charge de l'urgence médicopsychologique des gens de mer
- Mission de consultations de suivi et d'accompagnements
- Mission de coordination
- Mission de Formation et de Recherche

Le CRAPEM bénéficie d'un financement tripartite :

- Agence Régionale de Santé
- ENIM
- Ministère de la Mer



Centre Ressource
Psychotraumatisme
des gens de mer



MINISTÈRE
CHARGÉ DE LA MER
ET DE LA PÊCHE

*Liberté
Égalité
Fraternité*



SOMMAIRE

Formations proposées :

- ⚓ SENSIBILISATION AU SECOURS PSYCHIQUES
- ⚓ LES CRISES PSYCHIQUES : REPERER POUR MIEUX ACCOMPAGNER ET ORIENTER
(Personnel naviguant)
- ⚓ LES CRISES PSYCHIQUES : REPERER POUR MIEUX ACCOMPAGNER ET ORIENTER
(Personnel sédentaire)
- ⚓ INITIATION AU SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE
- ⚓ VIOLENCES SEXISTES ET SEXUELLES

SENSIBILISATION AU SECOURS PSYCHIQUES

Formateurs :

1 soignant du CRAPEM

Durée :

Entre 1h et 1 demi-journée en fonction de la situation et du public

Lieu :

Saint-Nazaire – Parc d'Heinlex
OU
à bord pour un équipage ou une bordée

Prix :

Gratuit

Public concerné :

Ouvert à tous,

A la demande, selon conditions et selon la disponibilité de l'équipe

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Cette formation vise à développer une compréhension des différents mécanismes d'expression de la souffrance psychique.

A la fin de la formation, la participant sera en mesure de repérer les signes d'alerte de la souffrance psychique et de connaître ses propres limites afin de se protéger.

Cette formation s'inscrit dans le plan des missions du CRAPEM.

PROGRAMME

- ⚓ Travail sur la notion de souffrance psychique
- ⚓ Repérer les personnes en souffrance et pouvoir aller vers elles
- ⚓ Connaître ses propres limites et savoir se préserver
- ⚓ Prendre soin de sa santé psychique
- ⚓ Echanger autour de situations vécues



Contact : formation.crapem@ch-saintnazaire.fr



LES CRISES PSYCHIQUES : REPERER POUR MIEUX ACCOMPAGNER ET ORIENTER

Personnel naviguant

Formateurs :

2 soignants du CRAPEM

Durée :

2 jours

Lieu :

Saint-Nazaire – Parc
d'Heinlex

Prix :

Gratuit

Public concerné :

Référents des soins à
bord



OBJECTIFS DE LA FORMATION

Cette formation vise à développer une compréhension à la fois théorique et pratique de l'évaluation et l'orientation en cas de crises psychiques ou de conflits interpersonnels.

A la fin de la formation, le participant sera en mesure de repérer et d'orienter une personne en situation de crises psychique ; de s'adapter à une situation de conflit ; d'appréhender les limites des échanges ou d'adapter les outils de communication en cas de conflit ou de stress dépassé.

Cette formation s'inscrit dans le plan des missions du CRAPEM.

PROGRAMME

- ⚓ Organisation de la psychiatrie en France et présentation du CRAPEM
- ⚓ Travail sur les idées reçues autour du suicide et du psychotraumatisme
- ⚓ Travail sur la notion des crises psychiques (suicidaire, traumatique, burn out, stress dépassé)
- ⚓ Repérer les différents types de crises
- ⚓ Repérer les signes de souffrances psychiques chez un individu, et prévenir le risque de passage à l'acte suicidaire
- ⚓ Orienter les personnes repérées vers les ressources appropriées
- ⚓ Connaître ses propres limites et savoir se préserver
- ⚓ Repérer les mécanismes de défense générateurs de conflits
- ⚓ Connaître les enjeux de la culture de métier
- ⚓ Travail autour de la pharmacologie en lien avec les dotations médicales à bord
- ⚓ Mises en situation en petits groupes au cours de la journée
Les mises en situation ne seront pas jouées devant le groupe

Contact : formation.crapem@ch-saintnazaire.fr



LES CRISES PSYCHIQUES : REPERER POUR MIEUX ACCOMPAGNER ET ORIENTER

Personnel sédentaire

Formateurs :

2 soignants du CRAPEM

Durée :

2 jours

Lieu :

Saint-Nazaire – Parc
d'Heinlex

Prix :

Gratuit

Public concerné :

Personnel non
naviguant

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Cette formation vise à développer des compétences dans l'évaluation et la prise en charge d'urgence ou de crises psychologiques.

A la fin de la formation, le participant sera en mesure de repérer, d'évaluer et de prendre en charge des situations de crises psychologiques.

Cette formation s'inscrit dans le plan des missions du CRAPEM.

PROGRAMME

- ⚓ Travail sur la notion de crise psychique : crise psychosociale, crise psychotraumatique et psychopathologique
- ⚓ Repérer les différents types de crises
- ⚓ Repérer les signes de souffrances psychiques chez un individu, et prévenir le risque de passage à l'acte suicidaire
- ⚓ Evaluer les signes cliniques d'un choc traumatique, d'une dissociation, d'un état de stress dépassé chez les autres ou soi-même
- ⚓ Accompagner et orienter la personne en souffrance vers les ressources adaptées
- ⚓ Connaître ses propres limites et savoir se préserver.
- ⚓ Organisation de la psychiatrie en France et présentation du CRAPEM
- ⚓ Travail autour du secret professionnel et médical
- ⚓ Retour d'expérience, possibilité de venir à la formation avec une situation rencontrée afin de pouvoir échanger en groupe

Contact : formation.crapem@ch-saintnazaire.fr



INITIATION AU SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

Formateurs :

2 soignants du CRAPEM

Durée :

1 jour

Lieu :

Saint-Nazaire – Parc
d'Heinlex

Prix :

Gratuit

Public concerné :

Ouvert à tous,
maximum 12 personnes



OBJECTIFS DE LA FORMATION

Cette formation vise à développer la perception des différents signaux d'alerte d'une crise psychique et de donner des clefs pour aider et soutenir une personne en crise à travers un **apport théorique bref** ainsi que des **mise en situations** et **jeux de rôle**, en sous-groupes.

Cette formation s'inscrit dans le plan des missions du CRAPEM.

PROGRAMME

- ⚓ Notion de santé mentale
- ⚓ Repérer les signes de souffrance psychologique et leur différent degrés de gravité/ urgence
- ⚓ La crise d'angoisse
- ⚓ La crise suicidaire
- ⚓ La crise psycho traumatique
- ⚓ Prendre en charge une personne intoxiquée

Contact : formation.crapem@ch-saintnazaire.fr



VIOLENCES SEXISTES ET SEXUELLES (VSS)

Formateurs :

1 soignant du CRAPEM

1 responsable du SSM

Durée :

2 jours

Lieu :

Saint-Nazaire – Parc
d'Heinlex

Prix :

Gratuit

Public concerné :

Référents RPS (Risques
Psychosociaux)



OBJECTIFS DE LA FORMATION

Cette formation vise à identifier les violences sexistes et sexuelles (VSS) qui peuvent survenir ainsi qu'en comprendre les conséquences.

A la fin de la formation, le participant sera en mesure de reconnaître les VSS et d'orienter les victimes vers le bon interlocuteur ou organisme.

Cette formation s'inscrit dans le plan des missions du CRAPEM.

PROGRAMME

- ⚓ Approche théorique et juridique
- ⚓ Initiation au recueil de la parole
- ⚓ Retour d'expérience et échange autour des difficultés
- ⚓ Présentation des principaux acteurs de prévention
- ⚓ Présentation d'éléments théoriques sur la psychopathologie du point de vue des écoutes et des écoutants
- ⚓ Mise en situation à l'aide de jeux de rôle
- ⚓ Clôture des échanges et évaluation

Formation co-construite en partenariat avec le Service Social Maritime.

Pour toute information complémentaire, vous pouvez aussi contacter le SSM à info@ssm-mer.fr.

Contact : formation.crapem@ch-saintnazaire.fr



STRESS, DÉPRESSION, ISOLEMENT...

Ne vous laissez pas submerger



Suite à un événement de mer, des difficultés personnelles, un sentiment d'épuisement...

NE RESTEZ PAS SEUL.

La souffrance psychique n'est ni une fragilité, ni une fatalité.

Marins, Familles, Secouristes, Sédentaires du milieu maritime, pour vous, vos proches, un besoin, un conseil... n'hésitez pas : appelez.



Centre Ressource d'Aide Psychologique En Mer
crapem@ch-saintnazaire.fr