



Qui sommes-nous ?

Tout le monde doit pouvoir avoir accès à un soutien psychologique dès qu'un besoin d'aide se fait sentir. Le pas à franchir pour être aidé devrait être le plus petit possible et, idéalement, posé le plus tôt possible. PsyBru facilite cela à Bruxelles grâce aux psychologues conventionnés par l'INAMI.

De plus, afin de soutenir les psychologues de première ligne et les travailleurs de la première ligne, le projet PsyBru vous propose des **formations** sur différentes thématiques.

Ces formations sont **gratuites** et se dérouleront en présentiel et/ou à distance. Elles seront animées par des professionnels de la santé.

Suite au succès des cycles de formation de 2023, nous proposons dans ce catalogue une nouvelle programmation de certaines formations qui avaient eu lieu.

Pour l'année 2024, le déploiement de futurs cycles de sensibilisations et formations tant en français qu'en néerlandais sont en cours de réflexion, dont l'avancement vous sera communiqué par la suite.

Contact: Marianna BIANCHINI, m.bianchini@psybru.be



Formations – Sensibilisations



Comment s'inscrire ?

Les inscriptions se font via ce lien : <https://se84vmar5ow.typeform.com/to/yx9EyfCE>. Merci de ne vous inscrire qu'aux formations auxquelles vous n'avez pas encore pu participer.

Les places aux formations étant limitées, veuillez noter que vous recevrez un e-mail de confirmation d'inscription après le 8 janvier 2024.

N.B.: les formations portant la mention "GROUPE" se déroulent sur plusieurs séances. Vous choisissez alors le groupe avec les dates qui vous conviennent le mieux.

Sensibilisation à la prévention du suicide

comprendre, repérer, orienter

Le Centre de prévention du suicide vous propose une sensibilisation avec l'objectif de mieux **comprendre les comportements et le processus suicidaire**. Cette sensibilisation vous préparera aussi à prendre en charge et relayer adéquatement les personnes ayant des idées suicidaires.

Le contenu s'articulera autour des points suivants : la situation du suicide en Belgique, démystifier le tabou autour du suicide, le processus de la crise suicidaire, repérer les signes d'idées suicidaires, les facteurs de protection, l'évaluation du risque suicidaire, les attitudes indiquées, les attitudes contre-indiquées, comment relayer et travailler avec d'autres professionnels.

À l'issue de cette séance, vous pourrez mieux vous positionner face à une personne ayant des idées suicidaires, de comprendre le processus du suicide, de repérer les signes, d'évaluer la gravité de la crise et d'orienter correctement vers les bons relais.

Cette sensibilisation répond aux besoins spécifiques de votre groupe de participants, en tenant compte de la réalité de votre cadre de travail et des publics que vous rencontrez.

Planning

Online :

- le 1 février et le 8 février de 12h à 14h
- OU
- le 19 février et le 26 février de 12h à 14h

OU

En présentiel :

- 16 février de 9h à 13h

ONLINE
OU
PRÉSENTIEL

au CPS,
Rue Gachard 88, 1050

Contact : formations@preventionsuicide.be
Animation : Alice ALDIN, Souhayla EL MAACH,
Christel GREVENDAL

Harcèlement

Pour faciliter l'intégration des outils proposés durant cet atelier, celui-ci se basera principalement sur des exercices pratiques, des cercles de paroles et des jeux de rôle.

- Sur base d'une petite vidéo, les ingrédients et indicateurs menant au harcèlement seront relevés par le groupe.
- Les participants seront invités à analyser une situation vécue à travers 3 postures du triangle dramatique de St. Karpman (figure d'analyse transactionnelle). Les ingrédients menant au harcèlement seront relevés.
- Analyse des 4 étapes restauratives à instaurer sur base d'un jeu de rôle et des quatre étapes restauratives.
- Découvrir et analyser des ressources, des outils et des dispositifs pour prévenir et prendre en charge le (cyber) harcèlement selon la situation vécue.
- Identifier les partenaires et services externes spécialisés.

Planning

- Groupe : cycle en 3 dates
- les vendredis 9/02, 16/02, 23/02 : de 14h à 17h30

PRÉSENTIEL

7, rue du Grand Hospice
à 1000 Bruxelles

Contact : fiorella.germeau@gmail.com
Animation : Fiorella GERMEAU, Joëlle TIMMERMANS,
Laurent RENIER

Gestion de crise et d'urgences psychiatriques

Le projet de sensibilisation « gestion de crise et d'urgences psychiatriques » doit permettre aux travailleurs qui suivent cette sensibilisation d'aborder de façon plus sereine les éventuelles crises auxquelles ils pourraient faire face.

Après une introduction large sur le contexte sociétal et épidémiologique des urgences psychiatriques et des crises psychiques, nous reverrons les principales maladies mentales qui alimentent le flux des urgences psychiatriques mais également les contextes propices aux développement de crises psychiques. Un point particulier sera donné sur le lien entre crise et consommation de substances, licites ou pas.

Une deuxième grande partie sera de pouvoir repérer les modalités de prises en charge et d'orientation de ces problématiques. D'abord en précisant les outils essentiels et la mise en place d'un cadre structurant et rassurant tant pour le travailleur que pour l'usager. Une attention particulière dans le contexte actuel sera donnée aux indications d'intensification du travail ambulatoire, de l'utilisation des équipes mobiles de crise ainsi que des critères d'hospitalisation. Les conditions d'une orientation vers une salle d'urgences psychiatriques seront aussi précisées tout comme une introduction au traitement médicamenteux.

Enfin, nous discuterons des modalités de privation de liberté en vue de soins (mise en observation) en précisant les critères de la loi mais également les alternatives possibles. Deux heures seront également consacrées à la problématique complexe de l'idéation suicidaire. A travers des exemples cliniques, nous tenterons de rendre compte de la créativité des prises en charge de crise et de la nécessaire collaboration qui se noue entre professionnels au cours de celles-ci.

Planning

- Groupe : cycle en 3 dates
- Jeudi 18 janvier 13-16h30
- Mardi 6 février 15-18h
- Jeudi 8 février 12h30-16h

Contact : Gérald Deschietere
Animation : Gérald Deschietere,
Charlotte Mauchien, Damien Cabay

**PRÉSENTIEL
OU
ONLINE**
à déterminer

Introduction aux problématiques de santé mentale et de psychiatrie du sujet âgé

Le projet de sensibilisation « Introduction aux problématiques de santé mentale et de psychiatrie du sujet âgé » doit permettre aux travailleurs de développer leurs compétences dans l'accueil des patients âgés.

A travers une introduction qui donnera quelques éléments épidémiologiques, nous aborderons la question de l'âgisme et entamerons une réflexion éthique sur les enjeux cliniques liés à l'âge.

Nous envisagerons ensuite les particularités cliniques des troubles psychiques et psychiatriques à l'âge avancé : épisode dépressif majeur, troubles anxieux, symptômes psychologiques et comportementaux apparaissant dans le cadre de troubles neurocognitifs, crises existentielles... Nous aurons également un temps pour reprendre la sémologie et l'étiologie de l'épisode confusionnel. Une attention sera donnée sur les grandes nosographies des troubles neurocognitifs ainsi que sur les particularité de la médication à l'âge avancé.

Nous aborderons également les questions spécifiques de cet âge concernant les problématiques suicidaires mais aussi celles liées aux demandes d'euthanasie et à la consommation de substance illicite. L'approche psychothérapeutique des personnes âgées sera également abordée.

Enfin nous donnerons un aperçu des lieux de soins dédiés spécifiquement aux personnes âgées ainsi que les questions sociales et juridiques qui se posent, notamment la question de l'administration des biens et de la personne.

Planning

- Groupe : cycle en 3 dates
- Vendredi 14 février de 15 à 18h
- Lundi 19 février de 14h30 à 17h30
- Mercredi 21 février de 16h à 19h30

Contact : Gérald Deschietere
Animation : Gérald Deschietere,
Aurélié Hanssens, Sophie Bernard

**PRÉSENTIEL
OU
ONLINE**
à déterminer

Red flags dans le suivi d'une situation complexe en santé mentale

Approche globale et intersectorielle – de la prévention à l'accompagnement

Au départ d'une mise en situation authentique, complexe et évolutive autour d'un mésusage de psychotropes, nous analyserons ensemble différents red flags auxquels le médecin généraliste devrait être attentif en termes de santé mentale.

Nous partirons de cette situation pour amener quelques clés théoriques et outils mobilisables pendant la consultation ainsi que des pistes thérapeutiques.

Dans un second temps, nous organiserons une séance au niveau local pour présenter aux participants les différentes ressources activables au niveau du réseau de soins sur base de fiches d'aide à la pratique.

[Accréditation demandée pour les médecins]

ONLINE

Planning

- Le mercredi 10/01 de 19h30 à 21h30

Contact : wecare4psy@gmail.com
Animation : Anne-Marie Offermans (DMG ULB),
Lou Richelle (DMG ULB), Raphaëlle Meewis (Resad)

Troubles des comportements alimentaires

La formation sur les troubles des conduites alimentaires a pour objectif de clarifier les aspects et d'envisager les comportements à adopter face à une personne présentant des signes de troubles alimentaires.

Une approche pluridisciplinaire adaptée au contexte de travail des participants sera mise en place, afin que chacun, à son niveau, puisse intégrer les principes de bases, prévenir et détecter le trouble, intégrer la famille et les proches et orienter vers les professionnels adaptés au besoin.

La formation a une structure de 3 fois 2 heures. Au programme, nous verrons :

- Définition de chaque trouble alimentaire dans leurs spécificités : anorexie, boulimie, hyperphagie, atypiques.
- Prévention et intervention
- Propositions de soins
- Orientation
- Outils possibles à proposer à la personne en souffrance et/ou à son entourage
- Vignettes cliniques et mises en situation

ONLINE

Planning

- Groupe : cycle en 3 dates
- Les lundis 15/01, 29/01 et 12/02 de 10h à 12h

Contact : giulia.giacomelli.pro@gmail.com
Animation : Giulia Giacomelli

Animation de groupe

Pour faciliter l'intégration des outils proposés durant cet atelier, celui-ci se basera principalement sur l'expérientiel avec le groupe des participants réunis, la mise en œuvre d'exercices pratiques et de mises en situation.

- Définir les 3 dimensions de l'animation de groupe : corporelle, cognitive et socio-affective et alterner les 3 modes : individuelle, interpersonnelle et groupale. Analyser la posture de l'animateur et ses principes. Réfléchir à comment créer la confiance dans le groupe, la sécurité personnelle et l'implication de chacun ? Explorer comment poser le cadre et définir des règles de vie de groupe.
- Structurer les animations de groupe en 7 temps : - organisation du temps d'ouverture - de fermeture de séance, - introduction d'activités liées à son contenu et - de la théorie liée au sujet, - mise en place d'un temps de débriefing et de réflexion par les participants, - d'un temps d'intégration, - mise en œuvre d'un défi pour la séance suivante. Définir les ingrédients nécessaires à chaque temps pour une animation de groupe réussie.
- Expérimenter différents cercles ou groupe de paroles en les vivant et/ou les animant soi-même. Réfléchir à comment faciliter les prises de conscience personnelles et renforcer les découvertes collectives.
- Echanger sur nos pratiques d'animation & de co-animation et sur les attitudes à éviter et à privilégier.
- Améliorer sa pratique dès aujourd'hui et développer de nouvelles ressources et la mise en place de moments - de recentrage, - de retour au calme, - de gestion de conflits et de régulation de la dynamique de groupe, - de travaux en sous-groupe où chacun est actif, - de feedback/retour de la part des animateurs, - etc.
- Auto-évaluer les apprentissages et progrès et définir les éléments indispensables pour clôturer le cycle d'animation de groupe et la fin de la relation de groupe.

Cet atelier se déroulera en présentiel afin de renforcer la dimension intégrative et l'expérimentation d'animations de groupe.

Planning

- Groupe : cycle en 3 dates
- les vendredis 9/02, 16/02, 23/02 : de 9h30 à 13h30

PRÉSENTIEL

7, rue du Grand Hospice
à 1000 Bruxelles

Contact : fiorella.germeau@gmail.com
Animation : Fiorella GERMEAU, Joëlle TIMMERMANS,
Laurent RENIER