



Santé publique

Découvrir le secourisme en santé mentale

Les mercredi 8 et jeudi 9 octobre 2025, de 9 h à 17 h, au 29 rue de la Rouillère, à Laval, le CÉAS de la Mayenne organise une session de formation aux Premiers secours en santé mentale (PSSM) destinée aux professionnels et aux bénévoles. En France, plus de 225 000 personnes se sont déjà initiées à cette méthode pratique pour soutenir des personnes en situation de souffrance psychique.



**Premiers
Secours
en Santé
Mentale**
France

APPRENDRE À AIDER

Pourquoi suivre cette formation ?

Au même titre que la formation aux gestes de premiers secours, dont elle est directement inspirée, la formation aux premiers secours en santé mentale consiste à apporter une aide immédiate jusqu'à ce qu'un professionnel intervienne ou que la situation soit maîtrisée.

Animée par une formatrice accréditée PSSM France, cette formation de deux jours est conçue pour s'adapter tant à la vie quotidienne qu'au cadre professionnel. Elle permet à chaque participant d'acquérir des compétences pratiques pour repérer les signes de détresse, intervenir de manière appropriée et orienter les personnes vers les ressources adaptées. Autrement dit, les futurs secouristes contribueront à prévenir les troubles en santé mentale et à lutter contre la stigmatisation.

Le programme de formation est structuré autour de quatre objectifs principaux, qui ne nécessitent aucun prérequis :

- ✓ Acquérir des savoirs de base concernant les troubles de santé mentale ;
- ✓ Mieux appréhender les différents types de crise en santé mentale ;
- ✓ Développer des compétences relationnelles (écouter sans jugement, rassurer et donner une information adaptée) ;
- ✓ Mieux faire face aux comportements agressifs.

Le programme de la formation comprend des enseignements théoriques et des exercices pratiques (travaux en sous-groupes, mises en situation, vidéos). Il repose sur une démarche pédagogique participative pour permettre aux participants d'acquérir de la confiance lors d'interactions avec des personnes présentant des troubles mentaux ou en situation de crise de santé mentale.

Inscrivez-vous dès maintenant !

Cette formation est ouverte à toute personne de 18 ans ou plus souhaitant développer ses compétences en santé mentale.

D'une durée de 14 heures en présentiel, la formation se déroule avec un groupe de 8 à 16 participants par session. À l'issue de celle-ci, une attestation individuelle ainsi qu'un certificat de réalisation, délivrés par PSSM France, sont remis aux participants.

Le coût est de 250 euros par participant pour les deux journées de formation, incluant la remise du *Manuel des premiers secours en santé mentale*, ainsi que les deux déjeuners. **À titre**

exceptionnel, les adhérents du CÉAS de la Mayenne bénéficient d'un tarif à 175 euros.



750 000

secouristes en santé mentale
formés d'ici 2030...

Pourquoi pas vous ?

Les informations relatives à l'inscription et aux modalités pratiques sont disponibles à l'adresse suivante : <https://framaforms.org/inscription-a-la-formation-premiers-secours-en-sante-mentale-pssm-du-ceas-de-la-mayenne-1741011234>



Associations

Programme de formation sur trois ans pour les bénévoles mayennais Second semestre : sécuriser la gouvernance des associations

Le CÉAS de la Mayenne, le Comité départemental olympique et sportif (Cdos 53) et la Ligue de l'enseignement – labellisés Guid'Asso Accompagnement généraliste – peuvent faire bénéficier les associations d'un accompagnement personnalisé, qu'il s'agisse, par exemple, de gestion administrative, de développement de projets ou de recherche de financement. En outre, dès ce second semestre 2025, ils organisent des formations gratuites à destination des responsables associatifs du département. Ces formations s'inscrivent dans un programme pluriannuel (2025-2027) offrant aux bénévoles associatifs l'opportunité de renforcer leurs compétences.

La première formation propose aux responsables bénévoles d'aborder la sécurisation de la vie associative, en particulier la gouvernance, par une relecture et des propositions d'actualisation des statuts, éventuellement du règlement intérieur. En tant que documents de référence pour les associations, les statuts peuvent s'avérer être en contradiction avec les pratiques mêmes des associations ou comporter des dispositions non-conformes à la réglementation. Leur actualisation permet ainsi de préciser l'objet, les moyens d'action et la gouvernance de l'association.

Cette formation se déroule sur deux soirées. Entre les deux séances, le CÉAS de la Mayenne réalisera une relecture des statuts de chaque association présente (sous réserve de transmettre un exemplaire).

Des sessions accessibles dans l'ensemble du territoire mayennais

Les sessions auront lieu à différentes dates et dans divers lieux à travers tout le département de la Mayenne. Trois premières sessions sont programmées les :

- ✓ **Mardis 30 septembre et 14 octobre**, de 20 h à 22 h, à la Maison des associations, 17 rue de Rastatt, à Laval ;
- ✓ **Mardis 4 et 18 novembre**, de 20 h à 22 h, à l'Espace Boris-Vian, Grande-Rue, à Craon ;
- ✓ **Jeudis 13 et 27 novembre**, de 20 h à 22 h, à l'Espace Meslinois, 24 rue de la Gare, à Meslay-du-Maine.

Plusieurs responsables bénévoles d'une même association peuvent s'inscrire ensemble à une session. La participation à cette première formation, organisée sur deux soirées, n'oblige pas de participer aux formations prévues en 2026 et 2027.

Places limitées

Bénévoles associatifs
Fonctionnement et statuts associatifs
Mardis 30 septembre et 14 octobre 2025
de 20 h à 22 h
Maison des associations, 17 rue de Rastatt, à Laval

Objectifs

- ✓ **Sécuriser la vie associative**, et en particulier la gouvernance, par une relecture des statuts, leur actualisation, et éventuellement celles d'un règlement intérieur.
- ✓ **Mettre les statuts en conformité** avec les pratiques de l'association et la réglementation.
- ✓ **Susciter une réflexion** sur l'objet et les moyens d'action de l'association.

Plaquette disponible

Inscriptions en ligne

<https://formations-benevoles-paysdelaloire.org/formation/fonctionnement-et-statuts-associatifs/>

ou

ou

CÉAS de la Mayenne
02 43 66 94 34
secretariat@ceas53.org

Modalités d'inscription

Les informations relatives aux modalités pratiques sont disponibles aux adresses suivantes :

- Inscriptions à Laval : <https://formations-benevoles-paysdelaloire.org/formation/fonctionnement-et-statuts-associatifs/>
- Inscriptions à Craon : <https://formations-benevoles-paysdelaloire.org/formation/fonctionnement-et-statuts-associatifs-2>
- Inscriptions à Meslay-du-Maine : <https://formations-benevoles-paysdelaloire.org/formation/fonctionnement-et-statuts-associatifs-3/>

Possibilité également de s'inscrire directement auprès du CÉAS en précisant le nom de l'association.

Aider à la réalisation de supports pédagogiques

L'association La Vigie – Mémorial des Déportés de la Mayenne, située à Mayenne, propose une offre de service civique d'une durée de six mois, à partir du 8 septembre. Cette mission s'adresse aux jeunes âgés de 16 à 25 ans (jusqu'à 30 ans pour les personnes en situation de handicap). Le ou la volontaire contribuera à la mise en place d'actions et à la création d'outils afin de favoriser la transmission de la mémoire et de lutter contre les discriminations.

Toutes les informations concernant l'offre et les modalités d'accès sont disponibles à l'adresse suivante :

<https://www.service-civique.gouv.fr/trouver-ma-mission/aider-a-la-realisation-de-supports-pedagogiques-pour-le-memorial-1-1-1-1-1-1-3-688a18415079c57cd4537f93>

Contact

Jocelyne Doumeau, présidente
La Vigie – Mémorial des Déportés de la Mayenne
23 rue Ambroise-de-Loré, 53100 Mayenne
Tél. 02 43 08 87 35



Analyse sociodémographique de la Mayenne
N° 2 - Août 2025
(version actualisée)

Une évolution « silencieuse » entre 1999 et 2022
Un ralentissement de la population de 80 ans ou plus

Recenser une analyse démographique sur les personnes âgées est complexe. Tout d'abord, l'âge est un critère qui pose problème pour qualifier une personne : on ne sait pas à quel âge elle devient une personne « âgée » ? Ces questions ne sont pas anodines dans la mesure où les personnes âgées, et plus généralement le vieillissement de la population, sont habituellement perçues comme étant un « problème ».

Par convention, en démographie, on retient les « 65 ans ou plus », ou bien les « 60-74 ans » et les « 75 ans ou plus ». Cela correspond globalement, d'une part à l'âge de la retraite (60 ans) d'autre part à la norme pénale de la dépendance (75 ans). En outre, cela permettrait d'avoir des classes d'âge d'ampleur égale (environ 15 ans) et une lecture plus aisée.

Cependant, l'âge retient maintenant, comme l'indiquent les « 60-74 ans » et les « 65 ans ou plus », la question du vieillissement de la population et plus encore la question de l'espérance de vie, donc celle de la santé.

La Mayenne est un département qui reste plutôt « jeune »

Il est d'usage de mettre en perspective les 65 ans ou plus et les moins de 20 ans. Quand les premiers deviennent plus nombreux que les seconds – ce qui n'est pas encore le cas dans le département – on parle de « vieillissement », ou plus simplement de « vieillissement ».

C'est oublier un peu vite que les 65 ans ou plus ne constituent pas une catégorie homogène. Une catégorie très large, regroupant des personnes âgées de moins de 65 ans jusqu'à plus de 100 ans. Les personnes âgées de 65 ans ou plus ne constituent pas une catégorie homogène. Une catégorie très large, regroupant des personnes âgées de moins de 65 ans jusqu'à plus de 100 ans. Les personnes âgées de 65 ans ou plus ne constituent pas une catégorie homogène. Une catégorie très large, regroupant des personnes âgées de moins de 65 ans jusqu'à plus de 100 ans.

Formations 25 civiques et citoyennes 26

Catalogue

PRÉFÈTE DE LA MAYENNE
Philippe BOURGEOIS

de la Mayenne

la ligue de l'enseignement

la ligue de l'enseignement

Analyse sociodémographique de la Mayenne
N° 2 - Août 2025
(version actualisée)

Gain d'environ 2 160 emplois entre 2016 et 2022
Mayenne : poids de l'agriculture et de l'industrie

L'Insee réalise son approche de l'emploi et de la population active sur la tranche d'âge des 15 à 64 ans. Le recensement présente l'incapacité de fournir des données qui remontent à plus de 10 ans, donc en décalage avec la conjoncture du moment. Cependant, il a l'avantage de permettre une analyse exhaustive des actifs résidents dans le département (sans « au lieu de résidence ») et permet de travailler sur les Mayennais, soit en dehors, soit étant chômeurs et une analyse des évolutions dans le département (par conséquent, « au lieu de travail »).

Tout en prenant en compte divers critères tels, par exemple, le groupe socioprofessionnel, le secteur d'activité ou le statut professionnel, cette observation peut également servir d'approche intra-départementale et d'une mise en perspective avec d'autres territoires.

Dans les analyses comparatives par rapport aux années précédentes, se rappeler que depuis 2004, le recensement prend mieux en compte les actifs ayant un emploi, même occasionnel ou de courte durée, et qui sont par ailleurs étudiants, retraités ou chômeurs. Une part des évolutions, depuis 1999, peut être liée à ce changement.

Au cinquième rang national pour le taux d'emploi

En 2022, l'Insee a recensé, en Mayenne, 180 300 personnes âgées de 15 à 64 ans, dont 129 018 actifs, et parmi eux 128 369 actifs ayant un emploi et 15 649 chômeurs.

La Mayenne se caractérise par son taux d'emploi (71,3 %) qui est en hausse par rapport à la population totale de 180 300 soit un taux de 71,3 %.

Le département occupe le cinquième rang national, juste derrière la Haute-Savoie (74,2 %), la Saône (72,2 %), l'Ain (72,0 %), les Hauts-de-Seine (71,9 %), et juste avant le Cantal (71,2 %). Pour la France hexagonale, le taux est de 69,6 %.

Ce taux d'emploi (71,3 %) est en hausse par rapport à la population totale de 180 300 soit un taux de 71,3 %.

Les Pays de la Loire et 8,9 % en France hexagonale.

Le taux part des élèves, étudiants et Mayennais non-résidents est de 8,4 %, contre 9,7 % dans les Pays de la Loire et 10,1 % en France hexagonale.

La pensée hebdomadaire

« Il est vraiment temps d'en finir avec la quasi-impossibilité faite aux demandeurs d'asile de travailler. Cette mesure, instaurée sous le gouvernement d'Édith Cresson en 1991, pouvait se justifier à l'époque par l'idée d'un répit réparateur après le parcours migratoire. Mais aujourd'hui, elle crée plus de problèmes qu'elle n'en résout. Le travail est le meilleur levier d'insertion ; l'inactivité forcée érode les compétences, comme celles de ces codeurs informatiques syriens qui finissent à travailler au noir dans le bâtiment. Au final, tout le monde y perd : l'individu, mais aussi la collectivité, qui aurait intérêt à ce que les nouveaux venus occupent des emplois qualifiés, gagnent bien leur vie et cotisent beaucoup. Les cantonner aux « emplois dont personne ne veut » est une mauvaise idée. »

Najat Vallaud-Belkacem, présidente de France terre d'asile, « Le phénomène migratoire est à la fois inéluctable et général » (propos recueillis par Pascal Riché, *Le Monde* du 10 juillet 2025).