

## PREMIERS SECOURS EN SANTÉ MENTALE Module standard de PSSM France

### 🎯 OBJECTIFS DE LA FORMATION

Les Premiers secours en santé mentale constituent **l'aide qui est apportée à une personne qui subit le début d'un trouble de santé mentale, une détérioration d'un trouble de santé mentale ou qui est dans une phase de crise de santé mentale**. Les premiers secours sont donnés jusqu'à ce qu'une aide professionnelle puisse être apportée ou jusqu'à ce que la crise soit résolue. Ils sont l'équivalent en santé mentale, des gestes de premiers secours qui eux, apportent une aide physique à la personne en difficulté.

### 🎯 OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Acquérir des connaissances de base concernant les troubles de santé mentale
- Savoir détecter les premières manifestations ou l'aggravation de troubles psychiques
- Développer des compétences relationnelles pour entrer en contact et se comporter de façon adaptée
- Connaître les ressources pour orienter une personne ou l'aider à s'orienter vers les soins
- Acquérir une méthode et adopter les bons réflexes en cas de crise



Présentiel



14h (sur 2 journées consécutives ou non)



8 à 12 personnes



250 € net (manuel inclus) si financement personnel. **Facilités de paiement en 3 fois sans frais.**

280 € net (manuel inclus) si prise en charge (France Travail, FAF ... ).

**Différents financements possibles.**



Formation accessible aux personnes en situation de handicap (nous contacter).

#### PUBLIC

Tout public (être majeur)

#### LIEU

Maison de Santé de Biganos.

Possibilité de réaliser la formation en intra-entreprise sur demande.

#### PROFIL DU FORMATEUR

Formatrice accréditée Premiers Secours en Santé Mentale et intervenante en prévention des risques professionnels (IPRP référencée)

#### PRÉREQUIS PÉDAGOGIQUES

Aucun

#### NIVEAU DE SATISFACTION DES STAGIAIRES

9/10 (basé sur 68 stagiaires formés en 2025)



**Formatrice  
accréditée**  
Premiers Secours  
en Santé Mentale

## ☰ CONTENU

### Journée 1

- La Santé mentale en France et les troubles psychiques (définition, facteurs de risques, statistiques)
- Les interventions efficaces
- Le cadre des Premiers Secours en Santé Mentale et plan d'action AERER
- La dépression: signes, symptômes, interventions et plan d'action PSSM hors crise
- Le plan d'action PSSM pour la crise suicidaire
- Les troubles anxieux: signes, symptômes et interventions

### Journée 2

- Le plan d'action PSSM pour les troubles anxieux, les crises d'attaques de panique et après un événement traumatique
- Les troubles psychotiques: signes, symptômes, interventions et plan d'action PSSM (hors crise et en cas de crise psychotique sévère)
- Les troubles liés à l'utilisation de substances: signes, symptômes, interventions et plan d'action PSSM (hors crise et en cas de crise : intoxication, conduite agressive, urgence médicale)

## 🎓 MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- Apports théoriques, méthodologiques et pratiques
- Méthodes interactives et ludiques, échanges en sous-groupe
- Analyse de situations à partir de vidéos, cas pratiques et jeux de rôles
- **Le manuel de formation PSSM** est remis au bénéficiaire au début de la formation.
- Des ressources documentaires complémentaires sont mises à sa disposition pendant la formation.

## 📄 MODALITÉS D'ÉVALUATION ET DE SUIVI

Chaque apprenant signe une **feuille d'émargement** par demi-journée.

**L'évaluation des acquis** s'effectue tout au long de la formation, à partir d'exercices pratiques, de temps d'échange dans le groupe et d'un quiz en début et fin de formation.

**L'évaluation de la satisfaction générale** des participants s'effectue en fin de formation, via un questionnaire de satisfaction.

Chaque stagiaire reçoit un **certificat de réalisation** et une **attestation de secourisme en santé mentale**, **délivrés par PSSM France**.

## ☎ CONTACT

July ALLARD - 06.18.49.43.62 - [contact@mysenscoaching.com](mailto:contact@mysenscoaching.com)