



Site internet

**Formation à la santé et à la sécurité au travail**  
Au service des organisations de santé au travail,  
des entreprises, des personnes et des territoires.

Version 02-2025

# Premiers Secours en Santé Mentale

## Module standard

**Pré requis :** Aucun, tout public à partir de 18 ans.

**Durée :** 14 heures. (2 jours)

**Nombre de participants :** 8 à 16 participants

**Lieux :** *Intra entreprise ou salle disponible sur nos sites accessibilité PMR*

SPST 19-24 : 22 Rue Bessot à MALEMORT

AMCO-BTP - 6 Allée Duke Ellington à LIMOGES

SPST 19-24 : 185 Route de Lyon à PERIGUEUX

**Prix :** A partir\* de 250,00 € HT/participant

**Prix forfait groupe :** A partir\* de 3 000 € HT/groupe de 12 à 16 participants  
+ 30 € / livret PSSM

\*En fonction de la zone de déplacement.

**Intervenant :** Formateur accrédité par PSSM France

### Objectifs :

- Acquérir des connaissances de base concernant les troubles de santé mentale
- Mieux appréhender les différents types de crises en santé mentale
- Développer des compétences relationnelles : écouter sans jugement, rassurer et communiquer de l'information adaptée
- Mieux faire face aux comportements agressifs

### PROGRAMME :

La formation apprend comment fournir un soutien initial aux personnes qui subissent le début de troubles de santé mentale, la détérioration de troubles existants de santé mentale, ou des crises de santé mentale.



**Formation à la santé et à la sécurité au travail**  
Au service des organisations de santé au travail,  
des entreprises, des personnes et des territoires.

## DEMI-JOURNÉE 1

### Introduction et aperçu des sessions

#### Session 1.1 – Introduction à la santé mentale et aux interventions

- Santé mentale en France (facteurs de risque – statistiques – conséquences)
- Interventions efficaces

#### Session 1.2 – Introduction aux Premiers Secours en Santé Mentale

- Premiers Secours en Santé Mentale  
Cadre des premiers secours en santé mentale  
Le plan d'action AERER
- Présentation de la dépression
  - > Signes, symptômes
  - > Interventions

## DEMI-JOURNÉE 2

#### Session 2.1 – Le plan d'action pour la dépression

- Rappel de la dépression
- Action 1 pour la dépression
- Crise suicidaire : Présentation – Assister

#### Session 2.2 – Les troubles anxieux

- Présentation des troubles anxieux
  - > Signes, symptômes
  - > Interventions

## DEMI-JOURNÉE 3

#### Session 3.1 - Le plan d'action pour les troubles anxieux

- Rappel des troubles anxieux
- Le plan d'action PSSM pour les troubles anxieux, attaques de paniques et chocs post-traumatique  
Action 1 pour les troubles anxieux (hors crise)  
Crise d'attaque de panique : Présentation - Assister  
Crise après un événement traumatique : Présentation – Assister

#### Session 3.2 – Les troubles psychotiques

- PSSM pour les troubles anxieux (suite)
- Présentation des troubles psychotiques  
Signes et symptômes  
Interventions



Site internet

**Formation à la santé et à la sécurité au travail**  
Au service des organisations de santé au travail,  
des entreprises, des personnes et des territoires.

## DEMI-JOURNÉE 4

### Session 4.1 – Le plan d’action pour les troubles psychotiques

- Rappel des troubles psychotiques
- Action 1 pour les troubles psychotiques
- Crise psychotique sévère : Présentation - Assister
- Premiers Secours pour les troubles psychotiques (suite)

### Session 4.2 – L’utilisation des substances et le plan d’action

- Présentation des troubles liés à l’utilisation de substances
  - > Signes, symptômes
  - > Interventions
- Action 1 pour l’utilisation de substances
- Crise liée à l’utilisation de substances
- Crise d’agressivité
- Urgence médicale
- PSSM pour l’utilisation des substances (suite)

### METHODES PEDAGOGIQUES :

Une démarche pédagogique participative pour :

- Prendre confiance dans l’interaction avec des personnes éprouvant un problème de santé mentale ou en crise de santé mentale
- Revoir ses représentations concernant la santé mentale
- Renforcer l’aide apportée aux personnes en crise ou éprouvant un problème de santé mentale.

Une pédagogie active avec des mises en situation, des vidéos et des témoignages.

Un manuel des premiers secours en santé mentale remis à chaque secouriste formé.

### MODALITES D’EVALUATION :

Mises en situation.

Questionnaire de satisfaction.

**Recyclage : non**

### **Pour tous renseignements et/ou inscription, contactez le service Formation STL :**

- Par téléphone : **05.55.20.75.30**
- Par mail : [formation@stlim.org](mailto:formation@stlim.org)