



NOS FORMATIONS

FORMATION PSSM PREMIERS SECOURS EN SANTÉ MENTALE

Acquérir les compétences nécessaires pour apporter un soutien initial à une personne qui traverse une crise de santé mentale.

VOUS SERIEZ EN MESURE DE :

- ✓ Repérer les signes de troubles psychiques
- ✓ Adopter un comportement adapté
- ✓ Écouter sans jugement et rassurer
- ✓ Orienter vers les ressources appropriées
- ✓ Agir pour aider en cas de crise

“ Un geste peut
changer une vie.
Formez-vous pour
faire la différence. ”



TOUT PUBLIC
À partir de 18 ans



DURÉE
14 heures
(2 journées de 7h)
De 9h à 17h



EN ENTREPRISE
Groupe de 8 à 16 participants
(Intra-entreprise)



TARIFS

270 € HT par personne
ou 2 400 € HT pour un groupe
de 8 à 16 personnes en intra-entreprise



Amanda ROBINET
Directrice



06 85 67 64 04



www.himae.fr



FORMATION PSSM PREMIERS SECOURS EN SANTÉ MENTALE

Apporter un soutien initial à une personne en souffrance psychique



OBJECTIFS DE LA FORMATION

- ✓ Acquérir des connaissances de base sur les troubles de santé mentale.
- ✓ Développer des compétences relationnelles pour apporter un soutien initial.
- ✓ Mieux faire face aux comportements difficiles et aux crises.
- ✓ Orienter la personne vers les ressources appropriées.



CONTEXTE & ENJEUX

1 personne sur 4 sera concernée par un trouble psychique au cours de sa vie.

Savoir réagir peut faire toute la différence.
Les Premiers Secours en Santé Mentale permettent à chacun d'agir de manière bienveillante et efficace auprès d'une personne en détresse psychique.



PUBLIC

Tout public
À partir de 18 ans



PRÉREQUIS

Parler français à l'oral
Être âgé de plus de 18 ans



ACCESSIBILITÉ

Formation accessible à tous.
Aménagement possible selon les besoins.
Nous contacter : Amanda ROBINET



MÉTHODES D'ÉVALUATION

- Quiz des connaissances avant et après la formation
- Bilan participant en fin de formation
- Certificat de secouriste en santé mentale délivré par PSSM France



PROGRAMME DE LA FORMATION

1

INTRODUCTION À LA SANTÉ MENTALE

- Comprendre la santé mentale
- Les premiers secours en santé mentale : qui, quand, pourquoi ?
- Le plan d'action PSSM

2

REPÉRER LES TROUBLES PSYCHIQUES

- Les principaux troubles psychiques
- Les signes et symptômes
- Facteurs de risque et ressources

3

APPROCHER ET ÉCOUTER

- Entrer en contact
- Écouter sans jugement
- Rassurer et donner de l'information

4

APPORTER UNE AIDE ADAPTÉE

- Soutenir dans la crise
- Encourager à aller vers les professionnels
- Soutenir dans l'autonomie

5

INFORMER ET ORIENTER

- Les ressources professionnelles et associatives
- Organiser le relais
- Prendre soin de soi

6

BILAN ET ÉVALUATION

- Retour sur les apprentissages
- Évaluation des acquis
- Bilan de la formation



MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Apports théoriques
- Mises en situation
- Exercices pratiques
- Pédagogie active et participative
- Échanges et partages d'expérience



MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Supports pédagogiques (livret PSSM remis à chaque participant)
- Vidéos et témoignages
- Jeux de rôle
- Cas pratiques



BÉNÉFICES SALARIÉS

- Mieux comprendre les troubles psychiques
- Savoir réagir avec bienveillance
- Renforcer la confiance en soi
- Contribuer à un environnement plus sain et plus solidaire



BÉNÉFICES ENTREPRISE

- Amélioration de la qualité de vie au travail
- Réduction de l'absentéisme et des risques psychosociaux
- Renforcement de la cohésion d'équipe
- Démarche RSE valorisée



SAS IMAE FORMATION – Capital social : 25 000 €
SIRET : 101 252 327 00017 – N° TVA : FR08 103135 22227
Déclaration d'activité 44550067855
auprès du préfet de région Grand Est
Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'État.

06 85 67 64 04

www.himae.fr

2 bis avenue du Luxembourg
55100 VERDUN