



## CONTACT

Académie des Projets de Vie  
02 41 48 92 19  
contact@projetsdevie.com  
www.projetsdevie.com

## PUBLIC

Tout public majeur

## PRÉREQUIS

Aucun

## DURÉE - DATES

2 jours – 14 heures  
Inter : Dates des sessions visibles sur  
notre site internet  
Intra : Dates à convenir  
16 participants maximum

## TARIF (Montant net de TVA)

· En inter : 250 € par personne  
· En intra : 3 500 € + frais déplacements  
· Versement 30 % d'arrhes à la signature  
du devis

## MODALITÉS – DÉLAI D'ACCÈS

· Réponse sous 72 heures (jours ouvrés)  
suite prise de contact  
· Délai d'entrée en formation fixé selon le  
calendrier annuel des sessions  
· Devis et programme  
· Formation présentielle

## INTERVENANTE

Formatrice accréditée PSSM FRANCE

## ACCESSIBILITÉ

· Formation accessible aux personnes en  
situation de handicap  
· Nous contacter pour envisager l'accueil  
dans les meilleures conditions ou une  
orientation, si nécessaire, vers les  
structures spécialisées

# FORMATION : Premiers Secours en Santé Mentale PSSM

## Objectifs

Acquérir des connaissances de base concernant les troubles et les crises en santé mentale ainsi que leur repérage  
Développer des compétences relationnelles : écouter sans jugement, rassurer, adopter un comportement adapté pour apporter une aide  
Informer, renseigner sur les ressources disponibles, encourager à aller vers les professionnels adéquats et en cas de crise relayer au service le plus adapté  
Mieux faire face aux comportements agressifs  
Maîtriser un plan d'action qui peut être utilisé pour apporter un soutien immédiat sur des problèmes de santé mentale

## Contenu

### Module 1.1 Troubles psychiques

- Facteurs de risque, statistiques et conséquences
- Interventions
- Rétablissement

### Module 1.2 Premiers Secours en Santé Mentale

- Pourquoi PSSM ?
- Le plan d'action PSSM

### Module 2.1 Dépression

- Signes et symptômes
- Interventions

### Module 2.2 Le plan d'action PSSM pour la dépression

- Premiers Secours dans le cas d'idées et de comportements suicidaires.
- Premiers Secours dans la crise d'automutilation non-suicidaire (contenu alternatif)
- Premiers Secours pour la dépression

### Module 3.1 Troubles anxieux

- Signes et symptômes
- Interventions

### Module 3.2 Le plan d'action PSSM pour les troubles anxieux

- Premiers Secours dans la crise d'attaque de panique.
- Premiers Secours dans la crise après un événement traumatique (contenu alternatif)

### Module 4.1 Troubles psychotiques

- Signes et symptômes
- Interventions. Le plan d'action PSSM pour les troubles psychotiques
- Premiers Secours dans la crise psychotique sévère.

### Module 4.2 Trouble lié à l'utilisation de substances

- Signes, symptômes et Interventions. Le plan d'action PSSM pour le trouble lié à l'utilisation de substances
- Premiers Secours dans la crise liée à l'utilisation de substances.
- Premiers Secours dans les conduites agressives.
- Conclusion

## Méthodes mobilisées

Selon obligations réglementaires PSSM France

## Modalités d'évaluation et dispositifs de suivi

Questionnaire d'évaluation en fin de formation  
Feuille d'émargement  
Attestation de formation