

# 1.5 PREMIERS SECOURS EN SANTÉ MENTALE

Prochaine session inter-entreprise : 13 et 14 février 2025

## Public visé

Cette formation s'adresse à tous les membres d'une organisation, quelque soit leur rôle : Dirigeants, managers, responsables RH, cadres intermédiaires, collaborateurs

## Prérequis

Aucun.

## Objectifs

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

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

## Contenu et déroulement de la formation :

### Programme détaillé :

#### JOUR 1

##### MODULE 1 : INTRODUCTION À LA SANTÉ MENTALE ET AUX INTERVENTIONS

- Santé mentale en France
- Facteurs de risque – statistiques – conséquences
- Interventions efficaces
- 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 et symptômes
- Interventions

##### MODULE 2 : LES TROUBLES DÉPRESSIFS ET ANXIEUX

- Le plan d'action pour la dépression
- Rappel de la dépression
- Agir en cas de crise pour la dépression
- Crise suicidaire : Présentation – Assister
- Les troubles anxieux
- Présentation des troubles anxieux
- Signes et symptômes
- Interventions

#### JOUR 2

##### MODULE 3 : LES TROUBLES ANXIEUX ET PSYCHOLOGIQUES

- Le plan d'action pour les troubles anxieux
- Rappel des troubles anxieux
- Le plan d'action PSSM
- Action 1 pour les troubles anxieux (hors crise)
- Crise d'attaque de panique : Présentation – Assister
- Crise après un événement traumatique : Présentation – Assister
- Les troubles psychotiques
- PSSM pour les troubles anxieux (suite)
- Présentation des troubles psychotiques
- Signes et symptômes
- Interventions

##### MODULE 4 : LES TROUBLES PSYCHOTIQUES ET LES TROUBLES LIÉS AUX SUBSTANCES

- 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
- L'utilisation des substances et le plan d'action
- Présentation des troubles liés à l'utilisation de substances
- Action 1 pour l'utilisation de substances
- Crise liée à l'utilisation de substances
- Crise d'agressivité
- PSSM pour l'utilisation des substances

## Lieu de la formation

En présentiel, au Hub (pas de frais de déplacement) ou dans votre structure (frais de déplacements en sus à la charge du client)

Hub Aix les Bains Riviera des Alpes  
45 rue Jacques Cellier, 73100 Grésy-sur-Aix

## Durée et horaires

La formation se déroule sur 2 journées de 7h. Soit 14h de formation selon les horaires suivants :  
9h00 - 12h30 / 14h00 - 17h30

Modalités et délais d'accès: En intra-entreprise, le délai d'accessibilité à la formation varie selon les disponibilités de nos formateurs (comptez environ 15 jours ouvrés).

## Tarif

**360€ HT par participant**  
+ 30€ livret PSSM par participant

Ce tarif comprend l'intervention d'un formateur, sur **2 journées** soit **14h de formation** pour un groupe allant de **minimum 8** à maximum 16 stagiaires.

Tarif intra-entreprise : sur devis. [Nous contacter](#)

## Méthodes pédagogiques, techniques et évaluations

### Méthodes pédagogiques et techniques :

Écoute active et bienveillance, manuels personnels de secourisme en santé mentale, pédagogie active (participation stimulée, stagiaires impliqués dans leurs apprentissages), présentation de données probantes, vignettes et travail sur situations concrètes, manipulation de contenu, encouragement aux réflexions dans le collectif, jeux de rôle

### Méthodes d'évaluations :

Auto-évaluations des connaissances, évaluation formative au cours du stage PSSM (quizz), évaluation de la qualité du contenu et du formateur ou la formatrice auprès de PSSM France (nécessaire à la délivrance des attestations de secourisme)

## La formatrice intervenante

Corinne BOURGEOIS est formatrice accréditée aux Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM) et Facilitatrice en Intelligence Collective. Elle possède une expertise en gestion de projets complexes et coordonne également la Chaire BEST (Bien-être, Santé Mentale et Territoire) à la Fondation de l'Université Savoie Mont Blanc.



Corinne Bourgeois

Corinne BOURGEOIS est dotée de compétences solides en animation de groupes et en pilotage d'initiatives stratégiques. Elle accompagne les organisations dans l'adoption de pratiques managériales collaboratives et durables, visant à atteindre des objectifs complexes au sein des équipes. Elle pilote également des projets innovants destinés à améliorer le bien-être et la santé mentale sur le territoire, en partenariat avec divers acteurs du secteur.

Cette formation vous intéresse ?  
Contactez notre équipe !



**Tyfaine LUC**

06 79 65 02 49

tluc@aixlesbains-rivieradesalpes.com