

## PREMIERS SECOURS EN SANTÉ MENTALE (PSSM)

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

### OBJECTIFS

---

- Acquérir des connaissances de base concernant les troubles de la santé mentale
- Mieux appréhender les différents types de crises en santé mentale
- Développer des compétences relationnelles : écouter sans jugement, rassurer et donner une information adaptée
- Tester et s'approprier un plan d'action qui peut être utilisé pour apporter un soutien immédiat sur des problèmes de santé mentale

### PARTICIPANTS et PRE-REQUIS

---

Salariés volontaires d'entreprises adhérentes à l'AIST 21

Aucun prérequis

### PROGRAMME (conforme au référentiel accrédité MHFA – Mental Health First Aid)

---

- Introduction à la santé mentale et aux interventions
- Premiers secours en santé mentale
- Dépression et plan d'action PSSM associé
- Troubles anxieux et plan d'action PSSM associé
- Troubles psychotiques et plan d'action PSSM associé
- Trouble lié à l'utilisation de substances et plan d'action PSSM associé

### MOYENS PEDAGOGIQUES

---

Formation alternant théorie, études de cas pratiques issus de l'expérience professionnelle des participants et mises en situation avec des supports vidéos

### MODALITES D'OBTENTION DU CERTIFICAT

---

L'évaluation des acquis portera sur les connaissances assimilées par le stagiaire tout au long de la formation (quizz durant la formation et évaluation écrite en fin de formation)

**DUREE DE LA FORMATION : 2 jours** (consécutifs) soit **14 heures**

**LIEU** : en salle de formation AIST 21 (site de Dijon-Valmy) ou dans l'entreprise

**TAILLE DES GROUPES** : 8 à 12 personnes par groupe

**INTERVENANT** : Formateur accrédité PSSM France

**TARIF** :

→ Formation interentreprises : **500 € HT / personne** soit 600 € TTC

→ Formation intra-entreprise : **5 000 € HT / groupe** soit 6 000 € TTC

*Formation imputable sur le plan de formation professionnelle continue. Organisme de formation n° 26 21 00437 21 – référencé Datadock.*

*Toute inscription annulée moins de 60 jours ouvrables avant le début du stage et tout retard à la formation seront facturés à 100 % du coût unitaire (dépense non imputable au titre de la formation professionnelle continue).*

*L'AIST 21 ne saurait être tenue pour responsable de l'annulation d'un stage le jour même, du fait de l'absence d'autres stagiaires.*