

# Premiers Secours en Santé Mentale

## Objectifs

Apprendre à 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.

## Pré-requis

Aucun pré-requis nécessaire

## Contenu

J1 : Acquérir des connaissances de base concernant les troubles de santé mentale

Mieux appréhender les différents types de crises en santé mentale

- Introduction et aperçu des sessions
- Santé mentale en France (facteurs de risque - statistiques - conséquences), Interventions efficaces
- 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 ; Le plan d'action pour la dépression ; Rappel de la dépression, Action 1 pour la dépression, Crise suicidaire : Présentation - Assister
- Les troubles anxieux : Présentation des troubles anxieux, Signes et symptômes, Interventions.

J2 : Développer des compétences relationnelles : écouter sans jugement, rassurer et donner de l'information adaptée

Mieux faire face aux comportements agressifs.

- Le plan d'action pour les troubles anxieux : Rappel des troubles anxieux, Le plan d'action PSSM, attaques de paniques et chocs post-traumatique, Action 1 pour les troubles anxieux (hors crise), Crise d'attaque de panique, Crise après un événement traumatique.
- Les troubles psychotiques : PSSM pour les troubles anxieux (suite), Présentation des troubles psychotiques, Le plan d'action pour les troubles psychotiques; Rappel des troubles psychotiques; Crise psychotique sévère; Premiers Secours pour les troubles psychotiques.
- 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, Urgence médicale, PSSM.

Clôture de la Formation.

Méthodes et moyens pédagogiques : 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.

Fin de la formation, un temps sera réservé à la mesure de la satisfaction des stagiaires et à une évaluation des acquis.

Un certificat de réalisation et un support de formation seront remis à chaque stagiaire à l'issue de la formation

## Dates, lieux et intervenants

**13 nov 2025**

09:30 - 17:30 (7hrs)

Maison Paysanne de l'Aude, 1 Av Salvador Allende

Intervenante : Florence LENOBLE, formatrice accréditée PSSM France

**14 nov 2025**

09:30 - 17:30 (7hrs)

11300 Limoux

Animation : Cloé DUCOS, Nature et Progrès Aude.

## Co-organisateur(s)



Pour notre santé et celle de la Terre

## Financier(s)



## Bulletin d'inscription

## Infos complémentaires



**Durée de la formation** 2 jour(s)

**Date limite d'inscription** 08/07/2025

## Tarifs

Frais pédagogiques : 532 €. Formation prise en charge pour les stagiaires éligibles VIVEA (dans la limite de l'enveloppe disponible). Non éligible VIVEA, nous contacter

## Plus de renseignements

Marie Coupet, responsable de stage.

mcoupet@mp11.fr

Maison Paysanne Aude

11 300 Limoux

Tel. 07 55 67 96 43

N° d'organisme de formation :

76110169011

**Taux de satisfaction** : général de l'OF MP11 2024 : 94.7%

Formation de secourisme habilitée.



**Modalités d'accès** : Formation accessible pour les personnes à mobilité réduite. Pour les autres types de handicap, merci de nous contacter.

[Conditions générales de formation](#)

Nom et Prénom : .....

Courriel : .....

Téléphone : .....

Pour s'inscrire : merci de contacter le responsable de stage par téléphone, mail ou de renvoyer ce bulletin (ou mentions identiques sur papier libre), et éventuellement votre chèque. Toute inscription fait l'objet d'une confirmation écrite.