



SECOURISME

Premiers Secours Citoyen PSC
Sauveteur Secouriste du Travail SST
Urgences Petite Enfance UPE
Premiers Secours en Milieu Isolé PSMI
Premiers Secours Santé Mentale PSSM

INCENDIE - EVACUATION

Manipulation des Extincteurs
Evacuation Guide et Serre File
Equipier Première Intervention Incendie

HABILITATION ELECTRIQUE

B0 H0 HOV
BS BE Interventions Simples
BR BC B1 B2

PREVENTION DES RISQUES PHYSIQUES

Prévention des Risques liés
à l'Activité Physique PRAP
Industrie / Bureau / Commerce IBC
Sanitaire & Social 2S
Gestes & Postures
Bureau
Conduite
Industrie
Manutention
Personnel d'Entretien
Petite Enfance
PMR Personnes à Mobilité Réduite
Intervenant à Domicile

HARCELEMENT

Référent harcèlement sexuel et
agissements sexistes

HYGIENE ALIMENTAIRE

Hygiène & Sécurité Alimentaire
Hygiène Alimentaire en Restauration
Commerciale

DOCUMENT UNIQUE

Accompagnement à la Réalisation
Evaluation des Risques
Vérification et Mise à Jour

V04 - MAJ MAI 2026

FORMATION

PSSM – Premiers Secours en Santé Mentale



Public concerné :

Tout public.

La formation Premiers Secours en Santé Mentale est l'équivalent de la formation des «gestes de premiers secours», adaptée aux urgences physiques. La formation PSSM vous apprend à apporter une aide à une personne qui subit le début d'un trouble, une détérioration d'un trouble ou une phase de crise de santé mentale.

Le programme PSSM bénéficie de vingt années de travaux de recherche scientifique. Ainsi, les protocoles donnés aux participants se basent sur les meilleures pratiques reconnues par les experts en santé mentale.

Objectifs de la formation :

Identifier les signes et symptômes des principaux troubles de santé mentale.

Informé, renseigner sur les ressources disponibles, encourager à aller vers les professionnels adéquats et en cas de crise savoir relayer au service le plus adapté.

Développer des compétences relationnelles : écouter sans jugement, rassurer, adopter un comportement adapté pour apporter une aide.

Acquérir une méthode opérationnelle d'intervention adaptée.

Prérequis :

Aucun prérequis nécessaire pour suivre la formation, cependant le stagiaire doit être en capacité de lire, parler et écrire en français.

Programme :

Troubles de santé mentale émergents

États anxieux, psychoses, problèmes liés à la dépendance, baisses de moral...

Pédagogie Quiz sur les connaissances des participants.

Point sur les risques, statistiques et retentissements.

Typologie d'exercices ludiques (jeux de cartes/jeux de mots/graphiques...).

Les situations de crise en santé mentale

Pensées et comportements suicidaires, attaques de panique, événements traumatiques, effets sévères liés à l'abus de substances addictives (alcool, cannabis et autres substances psychoactives)...

Pédagogie Quiz sur les connaissances des participants.

Point sur les risques, statistiques et retentissements.

Typologie d'exercices ludiques (jeux de cartes/jeux de mots/graphiques...).

Application des 5 étapes du plan d'action PSSM avec la méthodologie spécifique «AERER».

Démonstrations/Vidéos.

Scénarios d'application en groupe.

Entraînement au plan d'action PSSM sur des situations de crise (typologie d'exercices structurés et structurants).

Toutes les notions abordées au cours des 2 journées seront appréhendées grâce à une approche éprouvée, sécurisée et sécurisante.

Les participants sont libres de leur degré d'implication.

Moyens et Méthodes pédagogiques :

Démarche pédagogique participative pour prendre confiance dans l'interaction avec des personnes en crise de santé mentale.

Apports théoriques liés aux situations vécues des participants, et débats à partir de supports vidéo.

Approche expérientielle avec mises en situation. (Participants volontaires).

+ de 50 % d'exercices pratiques.

Intervenant :

Formateur / Formatrice accrédité-e PSSM.

Durée :

2 jours (14h) en présentiel.

Evaluation et sanction de la formation :

Evaluation continue formative (présence, participation, fiche de suivi de validation).

Certificat de réalisation, Attestation PSSM et manuel délivrés à chaque participant.

Nota Bene :

Cette formation octroie le statut de secouriste PSSM, elle n'accrédite pas en qualité de formateur PSSM.