# PROGRAMME DE LA FORMATION

# « PREMIERS SECOURS EN SANTE MENTALE »

## Module Standard

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

### OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Acquérir des connaissances de base concernant les troubles de santé mentale
- Mieux appréhender les différents types de crises en santé mentale
- Développer des compétences relationnelles : écouter sans jugement, rassurer et donner de l'information adaptée
- Adopter une posture sécurisante pour soi et pour l'autre

### ÉLÉMENTS FORTS

Une 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



### CONTENU DÉTAILLÉ DE LA FORMATION

La formation apprend comment fournir un soutien initial aux personnes qui subissent le début

OF Fanny CAMINADE - SIRET 83848739500017
25 Bis route de Font Romeu, 66760 Angoustrine
NDA 76660242466 : Organisme de formation Datadocké et enregistré auprès de la préfecture Occitanie (cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat)
CONTACT : 06.73.81.80.28 fannycaminade.formations@gmail.com
**https://fannycaminade-formations.fr**

de troubles de santé mentale, la détérioration de troubles existants de santé mentale, ou des crises de santé mentale :

**DEMI-JOURNÉE 1**

**Introduction et aperçu des sessions**

**Session 1.1 – Introduction à la santé mentale et aux interventions**

• Santé mentale en France (facteurs de risque – statistiques – conséquences)
• Interventions efficaces

**Session 1.2 – 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

**DEMI-JOURNÉE 2**

**Session 2.1 – Le plan d'action pour la dépression**

• Rappel de la dépression
• Action 1 pour la dépression
• Crise suicidaire : Présentation - Assister

**Session 2.2 – Les troubles anxieux**

• Présentation des troubles anxieux
> Signes et symptômes
> Interventions

**DEMI-JOURNÉE 3**

**Session 3.1 - Le plan d'action pour les troubles anxieux**

• Rappel des troubles anxieux
• Le plan d'action PSSM pour les troubles anxieux, attaques de paniques et chocs post-traumatique
> Action 1 pour les troubles anxieux (hors crise)
> Crise d'attaque de panique : Présentation - Assister
> Crise après un événement traumatique : Présentation - Assister

**Session 3.2 – Les troubles psychotiques**

• PSSM pour les troubles anxieux (suite)
• Présentation des troubles psychotiques
> Signes et symptômes
> Interventions

**DEMI-JOURNÉE 4**

**Session 4.1 – Le plan d'action pour les troubles psychotiques**

• Rappel des troubles psychotiques
• Action 1 pour les troubles psychotiques
• Crise psychotique sévère : Présentation - Assister



OF Fanny CAMINADE - SIRET 83848739500017
25 Bis route de Font Romeu, 66760 Angoustrine
NDA 76660242466 : Organisme de formation Datadocké et enregistré auprès de la préfecture Occitanie (cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat)
CONTACT : 06.73.81.80.28 fannycaminade.formations@gmail.com
**https://fannycaminade-formations.fr**

• Premiers Secours pour les troubles psychotiques (suite)

**Session 4.2 – 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
• Crise d'agressivité
• Urgence médicale
• PSSM pour l'utilisation des substances (suite)

Clôture de la formation : retour sur les attentes, aspects administratifs (post-test, questionnaire de satisfaction, téléchargement des attestations de formation et de secouriste en santé mentale)

## CONDITIONS D'ACCÈS

**PUBLIC**
Tout public à partir de 18 ans

**PRÉ-REQUIS**
Pas de pré-requis

**PROFIL FORMATRICE**
Formatrice accréditée par PSSM France

**DURÉE**
14 heures (2 jours)

**HORAIRES**
9h-12h30 et 13h30-17h

**IL N'EST PAS POSSIBLE DE MOBILISER LES HEURES DE VOTRE CPF POUR SUIVRE CETTE FORMATION.**

**D'autres solutions de financement sont possibles, en fonction de votre situation. Pour plus d'informations, contactez Fanny Caminade au 06 73 81 80 28 ou par mail : fannycaminade.formations@gmail.com**

*La formation aux Premiers secours en santé mentale (PSSM) est un programme dont les droits d'exploitation sont détenus par PSSM France, unique détenteur de la licence MHFA® International sur le territoire national. À ce titre, l'utilisation de la marque et le déploiement des contenus sont strictement encadrés par l'association. Pour plus d'informations, rendez-vous sur le site officiel : www.pssmfrance.fr*

Formatrice accréditée
Premiers Secours en Santé Mentale



OF Fanny CAMINADE - SIRET 83848739500017
25 Bis route de Font Romeu, 66760 Angoustrine
NDA 76660242466 : Organisme de formation Datadocké et enregistré auprès de la préfecture Occitanie (cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat)
CONTACT : 06.73.81.80.28 fannycaminade.formations@gmail.com
**https://fannycaminade-formations.fr**