



## La formation PSSM

### La formation en Premier Secours en Santé Mentale

☀️ Apprenez à sauver des vies en  
prenant soin de l'esprit ! ☀️

La formation en Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM) consiste à enseigner les compétences pour reconnaître les signes de détresse mentale chez les individus, à écouter activement leurs préoccupations, à fournir un soutien initial et à orienter vers une aide professionnelle si nécessaire.

Les premiers secours sont l'équivalent en santé mentale, des gestes de premier secours qui apportent une aide physique à une personne en difficulté.

Cette formation améliore également les compétences en communication et favorise l'empathie envers les personnes en détresse mentale.

### Lieu & durée

les 23 et 24 novembre 2023

2 jours de formation soit 14h

à Noisy-Le-Grand (93) en présentiel

### Public cible

Ouvert à tous, aucun pré-requis

### Tarif

Tarif entreprise : 420 € HT/ 504 TTC

## Anne, Coach professionnelle pétillante & mentor

De formation ingénieur, pendant plus de 20 ans, Anne a travaillé à la fois dans des grands groupes et de plus petites structures dans l'édition logicielle en tant que manager, Elle a su accompagner ces entreprises dans leurs développements B2B et/ou B2C.

En 2021, Anne devient coach professionnelle certifiée pour mettre à votre service tous ses talents avec agilité, flexibilité, créativité et passion.

En 2023, Anne est accréditée formatrice en premiers secours en santé mentale.





# La formation Premiers Secours en Santé Mentale



## Les objectifs pédagogiques

### Améliorer la détection et l'intervention précoce

- Acquérir des connaissances de base concernant les troubles et les crises en santé mentale ainsi que leur repérage.
- Développer des compétences relationnelles : écouter sans jugement, rassurer, adopter un comportement adapté pour apporter une aide.
- Informer, renseigner sur les ressources disponibles, encourager à aller vers les professionnels adéquats et en cas de crise relayer au service le plus adapté.
- Mieux faire face aux comportements agressifs.
- Maîtriser un plan d'action qui peut être utilisé pour apporter un soutien immédiat sur des problèmes de santé mentale

## Les outils pédagogiques

### Une démarche pédagogique participative

Le manuel PSSM France remis à chaque secouriste en santé mentale à l'issue des formations.

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

Échanges sur les expériences et des mises en situation

Les éléments forts :

- Prendre confiance dans l'interaction avec des personnes éprouvant un problème (voire 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.

## La certification

*Le truc en +*

La certification est délivrée par PSSM France.

La formatrice évalue la progression pédagogique tout au long de la formation.

## Le parcours d'inscription



**Formatrice accréditée**  
**Approche interactive et pratique**  
**Certification reconnue**  
**Devenez un maillon crucial dans la chaîne de la santé mentale !**

## Contact

Anne BIHOUEÉ

+33 (0)6 07 69 83 41

anne@yuzup.coach

<https://www.yuzup.coach>



**Formatrice accréditée**

PREMIERS SECOURS  
EN SANTÉ MENTALE FRANCE