PROGRAMME DE FORMATION

Premiers Secours en Santé Mentale

Module Standard en milieu professionnel · Formation intra-entreprise

V4 du 29/09/2026

Présentation

Les Premiers Secours en Santé Mentale constituent l'aide apportée à une personne qui subit le début d'un trouble de santé mentale, la détérioration d'un trouble existant ou une crise de santé mentale, jusqu'à ce qu'une aide professionnelle puisse être apportée ou que la crise soit résolue. Ils sont l'équivalent, en santé mentale, des gestes de premiers secours physiques.

Cette formation suit le **Module Standard en milieu professionnel** de PSSM France, construit avec l'Assurance Maladie – Risques professionnels. Elle conserve les fondamentaux du programme national et les ancre dans le travail : cadre légal, acteurs mobilisables dans l'entreprise, rôle et limites du secouriste, mises en situation professionnelles. Le secouriste repère, écoute et oriente : il n'est ni soignant, ni manager, et ne remplace pas la politique de prévention de l'entreprise. Formation animée par Françoise Bourgouin, formatrice accréditée par PSSM France.

Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- **Identifier** les principaux troubles de santé mentale : dépression, troubles anxieux, troubles liés à l'usage de substances, troubles psychotiques
- **Repérer** les signes d'une crise : crise suicidaire, attaque de panique, crise psychotique, crise d'agressivité
- **Mettre en œuvre** le plan d'action AERER et **adopter** une posture d'écoute active, sans jugement et sécurisante
- **Orienter** la personne vers les ressources et aides professionnelles adaptées
- **Situer** son rôle de secouriste dans l'entreprise, dans le respect de ses limites, et mobiliser les acteurs internes et externes

Public, prérequis et organisation

PUBLIC Salariés volontaires de l'entreprise, à partir de 18 ans	**PRÉREQUIS** Aucun	**DURÉE** 14 heures : 2 jours ou 4 demi-journées dans la même quinzaine
MODALITÉS PÉDAGOGIQUES Intra-entreprise, en présentiel, dans vos locaux	**EFFECTIF** 8 à 16 participants (exigence PSSM France)	**RECONNAISSANCE** Formation non certifiante : ne prépare pas à la certification RS7212. Certificat de secouriste en santé mentale délivré par PSSM France.

Contenu détaillé

DEMI-JOURNÉE 1	DEMI-JOURNÉE 2
• Santé mentale en France : facteurs de risque, statistiques, conséquences • Interventions efficaces • Cadre des premiers secours et plan d'action AERER • Dépression : signes, symptômes, interventions	• Plan d'action pour la dépression • Crise suicidaire : présentation, assister • Troubles anxieux : signes, symptômes, interventions

DEMI-JOURNÉE 3	DEMI-JOURNÉE 4
• **Le secourisme en santé mentale en milieu professionnel** : santé mentale au travail, facteurs de risques psychosociaux (repères INRS), acteurs mobilisables, cadre légal, rôle et limites du secouriste • Plan d'action pour les troubles anxieux : attaque de panique, crise après un événement traumatique • Troubles liés à l'usage de substances : signes, symptômes, interventions	• Plan d'action pour les substances : intoxication, crise d'agressivité, urgence médicale • Troubles psychotiques : signes, symptômes, interventions • Plan d'action : crise psychotique sévère • Rétablissement et maintien dans l'emploi • Clôture : retour sur les attentes, post-test, questionnaire de satisfaction

Méthodes pédagogiques et évaluation

MÉTHODES	ÉVALUATION ET SANCTION
• Pédagogie active et participative • Apports structurés, études de cas, jeux de rôle • Mises en situation professionnelles, traitées avec les ressources de l'entreprise • Manuel officiel PSSM France remis à chacun	• Quiz d'auto-positionnement et recueil des attentes • Validation progressive des acquis en exercices • Post-test et questionnaire de satisfaction à chaud • Attestation de fin de formation (COCOT') et certificat de secouriste (PSSM France)

Organisation et délais d'accès

Formation organisée **uniquement en intra-entreprise, sur demande**. Étapes : échange de cadrage (objectifs, volontariat, ressources internes), devis, convention, programme transmis aux participants en amont, convocation au plus tard à J-7. **Délai d'accès :** 3 à 6 semaines en moyenne entre la demande et la session, selon les disponibilités. Moins de 8 personnes à former : orientation vers une session inter-entreprises chez un organisme partenaire.

Modalités de financement

- Non éligible au CPF. Plan de développement des compétences de l'entreprise, prise en charge possible par l'OPCO
- **Entreprises de moins de 50 salariés** : subvention de l'Assurance Maladie – Risques professionnels à hauteur de 70 %, sous conditions (détail sur ameli.fr, « Subvention Formation »)
- Tarif sur devis. Exonéré de TVA — article 261-4-4° a du CGI

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Formation accessible : signalez toute situation particulière lors de la demande, pour étudier les adaptations nécessaires (supports, organisation, rythme). Référente handicap : Françoise Bourgouin — contact@co-cot.fr. Pour en savoir plus : co-cot.fr/accessibilite-handicap

Indicateurs de résultats

Les indicateurs de résultats de la formation (sessions animées, stagiaires formés, satisfaction), leur période de référence et leur méthode de calcul sont publiés et tenus à jour sur le site, rubrique « Les chiffres » : co-cot.fr/formation-pssm-troyes