

### DATES :

#### Session 1 :

Mercredi 14 et jeudi 15  
avril 2027

### HORAIRES :

De 09h00 à 12h30

Et de 13h30 à 17h00

**DUREE :** 2 journées, soit  
14 heures.

**PRIX :** 500 € / participant

### LIEU :

Ecole Supérieure de  
Praxis Sociale  
à Mulhouse

### INTERVENANT(E/S) :

#### Louise STORTZ

Formatrice accréditée  
par PSSM France.

ÉCOLE SUPÉRIEURE DE  
PRAXIS SOCIALE  
4, rue Schlumberger  
68200 MULHOUSE  
03 89 33 20 00  
[www.praxis.alsace](http://www.praxis.alsace)

Contact : Julie KUBLER  
fct@praxis.alsace  
Tel : 03 89 33 20 05

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 GÉNÉRAUX

- Acquérir des connaissances fondamentales sur la santé mentale, les troubles psychiques les plus fréquents et leurs manifestations.
- Identifier les situations de détresse psychique et les principales crises en santé mentale.
- Renforcer sa capacité à apporter un premier soutien adapté à une personne en difficulté psychique.

### OBJECTIFS OPÉRATIONNELS :

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

- Repérer les signes évocateurs d'un trouble ou d'une crise en santé mentale.
- Mettre en œuvre le plan d'action AERER dans une situation de soutien.
- Adopter une posture d'écoute bienveillante et non jugeante.
- Informer la personne sur les ressources d'aide disponibles et l'encourager à solliciter un accompagnement adapté.
- Réagir de manière appropriée face aux différentes situations de crise abordées durant la formation.

### PROGRAMME

La formation apprend comment 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 :

#### 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
- 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...)

### MODALITES PEDAGOGIQUES

---

La formation alternera entre apports théoriques et utilisation d'outils concrets. Méthodes participatives et réflexive. Documents pédagogiques mis à disposition des stagiaires. Cette formation est proposée en présentiel.

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

### PUBLIC VISE

---

Professionnels du travail social, de l'animation, de l'éducation.

**Taille du groupe :** minimum 8 participants – maximum 16 participants

### PRE-REQUIS / ACCESSIBILITE

---

Cette formation continue thématique ne demande pas de prérequis particuliers. Toutefois, les thématiques abordées (souffrance psychique, crises suicidaires, traumatismes, addictions, etc.) peuvent faire écho à des expériences personnelles ou professionnelles. Il est recommandé aux participants de s'assurer qu'ils disposent de la disponibilité émotionnelle nécessaire pour suivre la formation dans de bonnes conditions.

Il n'y a pas de processus de sélection.

Notre école et différents sites sont accessibles aux personnes à mobilité réduite. En ce qui concerne les autres types de handicap, nous sommes à l'écoute de votre projet et besoins. N'hésitez pas à nous contacter.

## EVALUATION

---

Temps de bilan, une évaluation de l'atteinte des objectifs et un questionnaire de satisfaction des stagiaires à l'issue de chaque formation.

Un certificat de réalisation et une attestation de formation seront remis aux participants à l'issue de la formation.

## INSCRIPTION

---

<https://forms.gle/47Db7zMWThtBPViE7> ou

