



**Premiers Secours  
en Santé Mentale  
France**

APPRENDRE À AIDER

**Aider quelqu'un qui ne  
va pas bien, ça s'apprend.**

**Devenez secouriste en santé mentale**



Ils peuvent être un membre de la famille, un ami, mais aussi un collègue ou encore une personne côtoyée dans le cadre des loisirs... Nous avons tous un rôle à jouer en tant que secouriste en santé mentale !

## Une formation citoyenne pour acquérir une méthode

- Mieux repérer les troubles en santé mentale
- Adopter un comportement adapté
- Informer sur les ressources disponibles
- Encourager à aller vers les professionnels adéquats
- En cas de crise, relayer au service le plus adapté

*« Étonnant par la globalité des thèmes. Des informations permettant une opérationnalité efficace et adaptée »*



/ Témoignage de secouriste

Cette formation développe une méthode pour apprendre à aider, à laquelle **plus de cinq millions de personnes se sont déjà formées dans le monde**. En France, le programme se déploie depuis 2019.



**14 heures**



**Pas de pré-requis**



**Tout public (adultes)**



**98,1%**

des participants recommandent la formation de secouristes PSSM

## Deux formations de secouristes en santé mentale

Les premiers secours en santé mentale constituent l'aide 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 dispensés 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 physiques.

**Module standard :** des connaissances généralistes sur les troubles psychiques les plus courants (troubles dépressifs, anxieux, psychotiques, liés à l'utilisation de substances) et l'acquisition d'un plan d'action simple et concret pour aider en cas de crise et hors crise.

**Module jeunes :** à destination des adultes en contact avec des adolescents, avec un focus sur le développement de l'adolescent, les troubles du comportement alimentaire, les automutilations non-suicidaires et les troubles addictifs « comportementaux » (dont cyberdépendance).



**Une pédagogie active avec des mises en situation, des vidéos et des témoignages.**



**Un manuel des premiers secours en santé mentale remis à chaque secouriste formé.**



## Un programme international

- Prouvé scientifiquement et réactualisé depuis 20 ans
- 5 millions de personnes formées dans le monde
- Diffusé dans 25 pays

Le processus d'évaluation scientifique prend une place importante à toutes les étapes du programme Mental Health First Aid (MHFA), de sa construction à l'évaluation de son impact. De nombreuses études documentent l'efficacité du programme MHFA. Plus de 100 études ont été publiées dans les revues scientifiques. Elles révèlent que les nouveaux secouristes se sentent plus en capacité d'assister une personne et ils déclarent avoir effectivement dispensé des premiers secours en santé mentale et ce dans des délais très courts.

**Objectif : 750 000 secouristes formés d'ici 2030.**

Déjà 25 000 secouristes en santé mentale formés en France en juin 2022 : vous aussi, apprenez à aider !



Premiers Secours  
en Santé Mentale  
France

formateur  
accrédité

#### LE CONCEPTEUR DU PROGRAMME



#### LES CO-FONDATEURS



#### NOS PRINCIPAUX SOUTIENS FINANCIERS



Plus d'infos sur  
[pssmfrance.fr](http://pssmfrance.fr)



## Contact

### Premiers Secours en Santé Mentale France

Jardins d'entreprises - Bât. A  
213, rue de Gerland  
69007 Lyon  
info@pssmfrance.fr  
04 37 47 90 84

