

CATALOGUE DE FORMATION

MAJ : 10/04/2026

SOMMAIRE

PREMIERS SECOURS EN SANTE MENTALE – Module STANDARD – Page 2

PREMIERS SECOURS EN SANTE MENTALE – Module JEUNES – Page 5

INDICATEURS DE RESULTATS 2025 (taux de satisfaction stagiaire, nombre de stagiaires, taux de retour des enquêtes, ...) - Page 8

Les Conditions Générales de Ventes sont consultables sur le site internet de l'Organisme de Formation SYNAPSE www.synapse-cae.fr – Centre de formation

Premiers Secours en Santé Mentale - Module STANDARD

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.

OBJECTIFS :	Opérationnels	Pédagogiques
Au terme de la formation, le stagiaire sera capable de :	<ul style="list-style-type: none"> • 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 	<ul style="list-style-type: none"> • 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
PUBLIC	Tout public majeur	
NOMBRE DE PARTICIPANTS	Minimum : 8 Maximum : 16	
CONTEXTE	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 premier secours qui apportent une aide physique à une personne en difficulté	
CONTENU DETAILLE	<p>JOUR 1 – Matin (3,5heures) Introduction et aperçu des sessions <i>Session 1.1 – Introduction à la santé mentale et aux interventions</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Santé mentale en France (facteurs de risque – statistiques – conséquences) • Interventions efficaces <p><i>Session 1.2 – Introduction aux Premiers Secours en Santé Mentale</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Cadre des premiers secours en santé mentale • Le plan d'action AERER • Présentation de la dépression • Signes et symptômes • Interventions efficaces <p>JOUR 1 – Après-midi (3,5 heures) <i>Session 2.1 – Le plan d'action pour la dépression</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Rappel de la dépression • Action 1 pour la dépression • Crise suicidaire : Présentation - Assister <p><i>Session 2.2 – Les troubles anxieux</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Présentation des troubles anxieux • Signes et symptômes • Interventions efficaces 	

	<p>JOUR 2 – Matin (3,5 heures) <i>Session 3.1 - Le plan d'action pour les troubles anxieux</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Rappel des troubles anxieux • Action 1 pour les troubles anxieux (hors crise) • Crise d'attaque de panique : Présentation - Assister • Crise après un événement traumatique : Présentation - Assister • PSSM pour les troubles anxieux (suite) <p><i>Session 3.2 – Les troubles psychotiques</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Présentation des troubles psychotiques • Signes et symptômes • Interventions efficaces <p>JOUR 2 – Après-midi (3,5 heures) <i>Session 4.1 – Le plan d'action pour les troubles psychotiques</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Rappel des troubles psychotiques • Action 1 pour les troubles psychotiques • Crise psychotique sévère : Présentation - Assister • Premiers Secours pour les troubles psychotiques (suite) <p><i>Session 4.2 – L'utilisation des substances et le plan d'action</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • 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 • AERER pour l'utilisation des substances (suite) <p><i>Clôture de la formation : retour sur les attentes, aspects administratifs (post-test, questionnaire de satisfaction)</i></p>	
RESSOURCES PEDAGOGIQUES	<p>Apports théoriques, études, exercices pratiques, vidéos témoignages de personnes concernées, mises en situation, jeux de rôle. Diaporama et manuel du secouriste</p>	
ADAPTABILITÉ ET ACCESSIBILITÉ	<p>Rendre nos formations accessibles au plus grand nombre fait partie de nos priorités. Notre équipe est sensible à l'accessibilité des personnes en situation de handicap, nous sommes à votre écoute pour identifier les aménagements ou les aides humaines adaptés à votre situation. N'hésitez à contacter notre référent handicap : Jérôme BERTRAND 06.14.49.47.40 contact@synapse-cae.fr Adaptabilité en fonction des capacités d'accueil et d'encadrement (Cf. Analyse de besoins et entretien préliminaire) Une visite de site pourra être organisée au préalable pour vérifier l'adéquation et la mise à disposition du matériel et des ressources nécessaires</p>	
DATE	SUR DEMANDE	
ACCES	<p>DELAIS 3 semaines</p>	<p>MODALITES Sur inscription Intra ou inter</p>
DUREE	<p>En jours : 2 jours consécutifs ou non, 4 demi-journées En heures : 14 heures</p>	
HORAIRES	Matin : 9h-12h30	

	Après-midi : 13h30-17h	
PREREQUIS	Pas de prérequis	
LIEU	<input type="checkbox"/> Intra : sur site - Accessibilité PMR selon la capacité d'accueil de l'entreprise concernée <input type="checkbox"/> Inter : Auvergne Rhône Alpes	
MODALITES	Présentiel	
EVALUATION	MODALITES <input type="checkbox"/> Évaluation des prérequis x Évaluation en début de formation <input type="checkbox"/> Évaluation en cours de formation x Évaluation finale lors de la clôture	
VALIDATION	Sanctionnée par une certification : <input type="checkbox"/> oui x non (CQP) Par blocs de compétences : <input type="checkbox"/> oui x non Équivalence de niveau <input type="checkbox"/> Attestation de fin de formation x Document de synthèse (CBC) <input type="checkbox"/>	
PRENOM NOM DU FORMATEUR	Hugo HOUPERT	
REFERENCE, COMPETENCES DU FORMATEUR	Accrédité par PSSM France	
CONTACT, INFORMATIONS	contact@hugosolutions.fr 06.74.33.04.89	
TARIFS* *Consultez nos CGV, article 4, pour les situations de formation particulières	236,77 € HT Montant de la TVA : 43,23 € 280€ TTC Tarifs intra sur demande	<input type="checkbox"/> Forfait jour <input type="checkbox"/> Forfait ½ journée <input type="checkbox"/> Forfait heure <input type="checkbox"/> Forfait heure stagiaire X Forfait global formation par personne
FINANCEMENT POSSIBLE	x Oui : OPCO, fonds solidaire (pssmfrance.fr) <input type="checkbox"/> Non	
DEMARCHE QUALITE DE LA FORMATION	Evaluation de la qualité de la formation à « chaud » Evaluation en ligne de la satisfaction du stagiaire	
TYPES SUPPORTS FOURNIS AU STAGIAIRE	Manuel du secouriste en santé mentale	

Premiers Secours en Santé Mentale - Module JEUNES

La formation apprend comment fournir un soutien initial aux jeunes (11-25 ans) qui subissent le début de troubles de santé mentale, la détérioration de troubles psychiques existants ou des crises de santé mentale.

OBJECTIFS :	Opérationnels	Pédagogiques
Au terme de la formation, le stagiaire sera capable de :	<ul style="list-style-type: none"> • Prendre confiance dans l'interaction avec des jeunes éprouvant un problème de santé mentale ou en crise de santé mentale • Revoir ses représentations concernant la santé mentale • Renforcer l'aide apportée aux jeunes en crise ou éprouvant un problème de santé mentale 	<ul style="list-style-type: none"> • 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
PUBLIC	Tout public majeur	
NOMBRE DE PARTICIPANTS	Minimum : 8 Maximum : 16	
CONTEXTE	<p>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 premier secours qui apportent une aide physique à une personne en difficulté.</p> <p>Le module Jeunes a été spécialement développé pour les adultes vivant ou travaillant avec des adolescents (collège et lycée) et jeunes majeurs.</p>	
CONTENU DETAILLE	<p>Jour 1 – Matin (3,5 heures) Introduction et aperçu des sessions <i>Session 1.1 Introduction aux PSSM, troubles psychiques et développement de l'adolescent</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Le développement de l'adolescent et l'impact des troubles psychiques sur ce développement • Problèmes de santé mentale chez les jeunes : prévalence et impact <p><i>Session 1.2 Le plan d'action AERER et la dépression</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Le rôle de secouriste • Le plan d'action AERER • Importance de l'intervention précoce • La dépression, signes et symptômes et interventions efficaces <p>Jour 1 – Après-midi (3,5 heures) <i>Session 2.1 Dépression 2ème partie</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Assister la crise suicidaire 	

	<ul style="list-style-type: none"> • Mieux comprendre les automutilations non suicidaires • Mise en situation du plan AERER <p><i>Session 2.2 Troubles anxieux 1ère partie</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Signes et symptômes de l'anxiété • Les différents troubles anxieux et leur prévalence • Les interventions efficaces <p>Jour 2 – Matin (3.5 heures)</p> <p><i>Session 3.1 Troubles anxieux 2ème partie</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Importance de l'intervention précoce pour les troubles anxieux • Intervenir après un évènement traumatique et une attaque de panique • Mise en situation du plan AERER pour les troubles anxieux <p><i>Session 3.2 Les troubles des conduites alimentaires chez les jeunes</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Signes et symptômes des TCA • Les différents types de TCA • Les interventions efficaces • Appliquer le plan d'action AERER aux TCA • Evaluer et aider les urgences médicales liées aux TCA <p>Jour 2 – Après-midi (3,5 heures)</p> <p><i>Session 4.1 Les troubles psychotiques</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Signes et symptômes des troubles psychotiques • Les traitements efficaces des troubles psychotiques • L'importance de l'intervention précoce • Appliquer le plan d'action AERER pour les troubles psychotiques <p><i>Session 4.2 Les troubles liés à l'utilisation de substances</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Les signes de l'abus de substances • Les facteurs de risque d'abus de substances • Les traitements efficaces • Appliquer le plan d'action AERER au mésusage de substances <p><i>Clôture de la formation : retour sur les attentes, aspects administratifs (post-test, questionnaire de satisfaction...)</i></p>		
RESSOURCES PEDAGOGIQUES	Apports théoriques, études, exercices pratiques, vidéos témoignages de personnes concernées, mises en situation, jeux de rôle. Diaporama et manuel du secouriste		
ADAPTABILITÉ ET ACCESSIBILITÉ	Rendre nos formations accessibles au plus grand nombre fait partie de nos priorités. Notre équipe est sensible à l'accessibilité des personnes en situation de handicap, nous sommes à votre écoute pour identifier les aménagements ou les aides humaines adaptés à votre situation. N'hésitez à contacter notre référent handicap : Jérôme BERTRAND 06.14.49.47.40 contact@synapse-cae.fr Adaptabilité en fonction des capacités d'accueil et d'encadrement (Cf. Analyse de besoins et entretien préliminaire) Une visite de site pourra être organisée au préalable pour vérifier l'adéquation et la mise à disposition du matériel et des ressources nécessaires		
DATE	SUR DEMANDE		
ACCES	<table border="1"> <tr> <td>DELAIS 3 semaines</td> <td>MODALITES Sur inscription Intra ou inter</td> </tr> </table>	DELAIS 3 semaines	MODALITES Sur inscription Intra ou inter
DELAIS 3 semaines	MODALITES Sur inscription Intra ou inter		
DUREE	En jours : 2 jours consécutifs ou non, 4 demi-journées		

	En heures : 14 heures	
HORAIRES	Matin : 9h-12h30 Après-midi : 13h30-17h	
PREREQUIS	Pas de prérequis	
LIEU	<input type="checkbox"/> Intra : sur site - Accessibilité PMR selon la capacité d'accueil de l'entreprise concernée <input type="checkbox"/> Inter : Auvergne Rhône Alpes	
MODALITES	Présentiel	
EVALUATION	MODALITES <input type="checkbox"/> Évaluation des prérequis x Évaluation en début de formation <input type="checkbox"/> Évaluation en cours de formation x Évaluation finale lors de la clôture	
VALIDATION	Sanctionnée par une certification : <input type="checkbox"/> oui x non (CQP) Par blocs de compétences : <input type="checkbox"/> oui x non Équivalence de niveau <input type="checkbox"/> Attestation de fin de formation x Document de synthèse (CBC) <input type="checkbox"/>	
PRENOM NOM DU FORMATEUR	Hugo HOUPERT	
REFERENCE, COMPETENCES DU FORMATEUR	Accrédité par PSSM France	
CONTACT, INFORMATIONS	contact@hugosolutions.fr 06.74.33.04.89	
TARIFS* *Consultez nos CGV, article 4, pour les situations de formation particulières	236,77 € HT Montant de la TVA : 43,23 € 280€ TTC Tarifs intra sur demande	<input type="checkbox"/> Forfait jour <input type="checkbox"/> Forfait ½ journée <input type="checkbox"/> Forfait heure <input type="checkbox"/> Forfait heure stagiaire X Forfait global formation par personne
FINANCEMENT POSSIBLE	x Oui : OPCO, fonds solidaire (pssmfrance.fr) <input type="checkbox"/> Non	
DEMARCHE QUALITE DE LA FORMATION	Evaluation de la qualité de la formation à « chaud » Evaluation en ligne de la satisfaction du stagiaire	

**TYPES SUPPORTS
FOURNIS AU
STAGIAIRE**

Manuel du secouriste en santé mentale

INDICATEURS DE RESULTATS 2025

Nombre de personnes ayant suivi la formation PSSM Standard en 2025 : **124**

Nombre de personnes ayant répondu au questionnaire de satisfaction : **76 soit 61,3 %**

« Le contenu était clair et facile à comprendre » : **89,5% sont très satisfaits, 9,2% satisfaits**

« L'animation du formateur a facilité la participation » : **97,4% sont très satisfaits, 2,60% satisfaits**

« Recommanderiez-vous cette formation à d'autres personnes » : **OUI à 97,4%**

Nombre de personnes ayant suivi la formation PSSM Jeunes en 2025 : **26**

Nombre de personnes ayant répondu au questionnaire de satisfaction : **10 soit 38,4%**

« Le contenu était clair et facile à comprendre » : **80% sont très satisfaits, 20% satisfaits**

« L'animation du formateur a facilité la participation » : **90% sont très satisfaits**

« Recommanderiez-vous cette formation à d'autres personnes » : **OUI à 100%**