



# Christine Magat

**SANTÉ MENTALE :  
EN PARLER C'EST  
DEJA UN PAS DE  
GAGNE**

A handwritten signature in black ink, located in the bottom right corner of the page. The signature is stylized and appears to be the name 'Christine Magat'. It is positioned over a large, solid yellow circle that overlaps the bottom right corner of the page.

# FORMATION

# PSSM

## Premiers Secours en Santé Mentale

### OBJECTIFS

- Acquérir des connaissances de base concernant les troubles de santé mentale (signaux faibles et forts)
- Mieux appréhender les différents types de crises en santé mentale
- Développer des compétences relationnelles : écouter sans jugement, rassurer et donner de l'information adaptée, apprendre à agir efficacement
- Mieux faire face aux comportements agressifs

**Cette formation vous accompagne dans le développement d'une culture de santé mentale et vous partage une méthodologie pour savoir comment réagir face à une personne semblant développer un trouble de santé mentale.**

### Public

Tout public  
Aucun pre requis

### Lieu

A définir

### Durée

2 jours soit 14 heures

# FORMATION

# PSSM

## CONTENU PEDAGOGIQUE JOURNEE 1

### **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

### **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

## CONTENU PEDAGOGIQUE JOURNEE 2

### **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

### **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...)

## FORMATION

# Atelier d'information et de sensibilisation sur la santé mentale

## OBJECTIFS

Ouvrir le débat sur la thématique de la santé mentale  
Destigmatiser et éviter les discriminations  
S'acculturer sur la question de la santé mentale et des troubles de santé mentale

### **Public**

Collaborateur et  
Manager

### **Lieu**

Distanciel

### **Durée**

1 à 3 heures

# FORMATRICE CHRISTINE MAGAT

Psychologue

Victimologue: accompagne des cellules  
d'écoute

Formatrice accréditée PSSM

Formatrice gestion du stress, accompagnement au  
changement,, intelligence émotionnelle.....

Maitre praticienne en PNL, consultation en cabinet

Membre du réseau APESA



## METHODE ET MOYENS PEDAGOGIQUES

Identification préalable des besoins et travail sur les attentes  
spécifiques des stagiaires.

Apports théoriques enrichis de nombreux exercices, mises en  
situation pratique et jeux de rôles, travail sur scenari, vidéo,  
quizz.

## SANCTION

Evaluation à chaud

Bilan en ligne

Délivrance d'un certificat de secouriste en santé mentale  
pour la formation PSSM

Christine MAGAT

christ.magat@gmail.com 07 54 81 79 59

Siren 529 380 586 000 30

Déclaration auprès de la Drets sous le numéro 93060837306

Nous off

• Plannir

• Recher

• Promot

• Campa

• Diffusio

• Achat c

• Comm