



Conseil, formations SQVT
Uptimum85@gmail.com
06 75 27 32 70

PARCOURS DE FORMATION : PREMIERS SECOURS EN SANTE MENTALE	PRESENTIEL INTRA OU INTER	DUREE : 2 JOURS SOIT 14 HEURES	TARIF EXONERE DE TVA (article 293B du CGI) : 250 € / PERSONNE
--	--------------------------------------	---	--

OBJECTIFS DE FORMATION : Cette formation s’inscrit avant tout dans une démarche citoyenne
Elle permet de former des secouristes capables de repérer les troubles en santé mentale (notamment les plus fréquents : troubles dépressifs, anxieux, psychotiques ou liés à l’utilisation de substances).
Elle permet aussi d’adopter des comportements adaptés à chaque situation en appliquant une méthode : écouter, rassurer, informer sur les ressources disponibles, agir en cas de crise

Formation dispensée par Anita BARATHON-GUIBERT, Consultante - formatrice SQVT (*santé et qualité de vie au travail*)

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES	CONTENU
<ul style="list-style-type: none">• Acquérir les notions de base concernant les troubles de santé mentale• Mieux appréhender les différents types de crise en santé mentale• Connaître les différents professionnels et les ressources utiles à chaque trouble• Développer des compétences relationnelles (écouter sans jugement, rassurer et donner une information adaptée)• Adopter une posture sécurisante pour soi et pour l’autre	<ul style="list-style-type: none">• Définir la santé mentale et aborder les différents troubles psychiques• Apprendre 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.• Les plans d’action à adopter pour les différents troubles psychiques

EI UPTIMUM - Conseil, formation – Anita BARATHON-GUIBERT- 1 rue de Nantes -
85620 ROCHESERVIERE - Tél 06 75 27 32 70 – N° de Siret : 53419910400041 –
NAF 7022Z- Certificat QUALIOPi N° 540001
Déclaration d’activité NDA N° 52 85 02586 85 enregistrée auprès du Préfet de Région de Pays de la Loire
Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l’Etat -



Conseil, formations SQVT
Uptimum85@gmail.com
06 75 27 32 70

PUBLIC CONCERNE : Avoir pour projet de connaître et d'améliorer la santé mentale

PRE-REQUIS : toutes personnes volontaires et appelées à participer à une action de sensibilisation. Avoir 18 ans et plus.



Personne en situation de handicap : Notre organisme peut vous offrir des possibilités d'adaptation et/ou de compensations spécifiques si elles sont nécessaires à l'amélioration de vos apprentissages sur cette formation. Contacter le référent handicap : Anita BARATHON-GUIBERT au 0675273270 ou uptimum85@gmail.com.

- **Moyens pédagogiques** : Méthodes participatives et actives
 - **Moyens techniques** : salle équipée (tables, chaises, vidéoprojecteur et paper board)
 - **Modalités d'évaluation des compétences** : exercices pratiques, mises en situation, débriefes, questionnaires d'évaluation (début et fin de formation)
 - **Modalités d'accès** : contacter Anita BARATHON-GUIBERT au 0675273270 ou uptimum85@gmail.com.
 - **Délai d'accès** : Minimum 30 jours pour la mise en œuvre, action inter ou intra entreprise, initiée par l'employeur ou le salarié, soit avec l'accord de l'employeur, soit à l'initiative du salarié.
 - **Organisation** : dates et lieu à convenir, en fonction des besoins et des disponibilités.
 - **Nombre de participants / session** : 8 mini, 16 maxi.
- UPTIMUM ne dispose pas de locaux d'accueil de public. Lorsqu'il est convenu qu'UPTIMUM a en charge la fourniture de la salle de formation, elle s'engage à fournir une salle conforme à la réglementation en vigueur en matière de sécurité et d'accessibilité. Lorsque le lieu et la salle de formation sont mis à disposition par le client, celui-ci s'engage à mettre à fournir une salle conforme à la réglementation en vigueur en matière de sécurité et d'accessibilité.
- **INDICATEURS DE SATISFACTION 2025** : taux de recommandation 100 %, note de satisfaction globale 9/10

MAJ 30/03/2026

EI UPTIMUM - Conseil, formation – Anita BARATHON-GUIBERT- 1 rue de Nantes -
85620 ROCHESEVIERE - Tél 06 75 27 32 70 – N° de Siret : 53419910400041 –
NAF 7022Z- Certificat QUALIOPi N° 540001
Déclaration d'activité NDA N° 52 85 02586 85 enregistrée auprès du Préfet de Région de Pays de la Loire
Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat -