

PREMIERS SECOURS EN SANTÉ MENTALE

# CALENDRIER DES SESSIONS 2026

Déploiement national du 12 octobre au 31 décembre 2026

12 villes, 42 sessions de deux jours

Présentiel – Distanciel (par session de 2h)



# SOMMAIRE



## PARTIE 1 — COMPRENDRE LE PSSM

---

- 01** Qu'est-ce que le PSSM ?
- 02** Qu'est-ce qu'une action collective?
- 03** Le plan d'action AERER
- 04** Deux modules : Adulte et Jeunes
- 05** Ce que cela change dans une organisation

## PARTIE 2 — LE CALENDRIER 2026

---

- 06** Le déploiement en chiffres
- 07** La semaine type
- 08** Vue d'ensemble, villes et semaines
- 09-10** Dates détaillées, semaine par semaine
- 11** Sessions à distance et inscription
- 12** Nos partenaires clés

# QU'EST-CE QUE LE PSSM ?

Les premiers secours en santé mentale sont à la souffrance psychique ce que les gestes de premiers secours sont à l'accident physique.

La formation apprend à repérer les signes précoces d'un trouble qui apparaît ou qui s'aggrave, à intervenir face à une crise, et à accompagner la personne jusqu'à ce qu'un professionnel prenne le relais ou que la situation se dénoue.

Le programme est porté en France par l'association PSSM France, qui a adapté le dispositif international Mental Health First Aid. Il ne fait de personne un soignant : il donne les repères et la confiance nécessaires pour tenir le premier moment, celui où le collègue, le proche ou l'élève est encore seul.

- Connaître les troubles les plus fréquents et savoir les repérer.
- Écouter sans juger, rassurer, informer.
- Orienter vers les professionnels et les ressources adaptées.

## LE FORMAT

# 14 h

sur 2 journées, ou 7 sessions de 2h à distance

# 8 – 16

participants par session

## Aucun prérequis

formateurs accrédités par PSSM France, manuel remis à chaque participant

# QU'EST-CE QU'UNE ACTION COLLECTIVE ?

Les actions collectives Atlas sont des formations désignées comme prioritaires par les partenaires sociaux de votre branche professionnelle.

Chaque année, votre entreprise adhérente dispose d'un volume de dossiers financés par Atlas pour former ses salariés. AJC Ingénierie figure parmi les organismes retenus par Atlas pour animer ces parcours.

- Formation intégralement financée, dans la limite des fonds mutualisés et des critères de prise en charge.
- Un organisme sélectionné par Atlas pour la qualité de ses formations.
- Une inscription allégée : nous montons le dossier avec vous.

## QU'EST-CE QUE L'OPCO ATLAS ?

Atlas est l'Opérateur de Compétences (OPCO) dédié aux entreprises et salariés des services financiers et du conseil (banque, assurance, finance, expertise comptable, numérique et ingénierie).

Son rôle est d'accompagner le développement des compétences, de faciliter l'accès à la formation professionnelle et de soutenir l'alternance.

En proposant des solutions adaptées aux réalités du marché, Atlas aide les entreprises à anticiper la mutation de leurs métiers et à répondre à leurs nouveaux besoins en qualifications.

**Atlas accorde également une place importante aux enjeux de Responsabilité Sociétale des Entreprises (RSE). À travers ses actions, l'OPCO encourage les entreprises à intégrer les dimensions sociales, environnementales et éthiques dans leurs pratiques et leurs projets.**

### 03 — COMPRENDRE LE PSSM

# LE PLAN D'ACTION AERER

Cinq gestes appris en formation, travaillés en mises en situation et en jeux de rôle.

**A**

**Approcher**

**É**

**Écouter**

**R**

**Réconforter**

**E**

**Encourager**

**R**

**Renseigner**

Le programme couvre la dépression et la crise suicidaire, les troubles anxieux, les troubles psychotiques et les conduites addictives — avec, pour chacun, les signes à repérer et la conduite à tenir.

# DEUX MODULES DÉPLOYÉS EN 2026

MODULE STANDARD

## PSSM Adulte

Pour venir en aide à un adulte : un collègue, un proche, un client. C'est le module de référence, celui que déploient les entreprises et les collectivités.

|               |                                 |
|---------------|---------------------------------|
| Présentiel    | lundi et mardi, 2 jours pleins  |
| Distanciel    | 7 sessions de 2h à distance     |
| Sessions 2026 | 18 en présentiel · 7 à distance |

MODULE JEUNES

## PSSM Jeunes

Pour les adultes qui entourent des adolescents et des jeunes majeurs : parents, enseignants, encadrants, éducateurs. Le module intègre les spécificités de l'adolescence.

|               |                                   |
|---------------|-----------------------------------|
| Présentiel    | jeudi et vendredi, 2 jours pleins |
| Distanciel    | Néant                             |
| Sessions 2026 | 18 en présentiel                  |

1 semaine = 2 sessions

# CE QUE CELA CHANGE DANS UNE ORGANISATION

## REPÉRER PLUS TÔT

### Des signaux vus avant la rupture

Un arrêt long, un désengagement, un accident : la plupart s'annoncent.

Des secouristes formés dans l'équipe raccourcissent le délai entre le premier signe et la prise en charge.

## DÉDRAMATISER

### Un sujet qui cesse d'être tabou

La formation donne un vocabulaire commun et fait tomber les représentations.

Les salariés osent parler, et ceux qui écoutent savent quoi faire de ce qu'ils entendent.

## SÉCURISER LES AIDANTS

### Des managers qui ne s'improvisent plus

Le plan d'action donne un cadre clair, y compris sur ce qui n'est pas de leur ressort.

Moins d'évitement, moins de maladresses, et une limite nette avec le soin.

Le secouriste en santé mentale n'est ni un thérapeute ni un référent RPS : il assure le premier lien, puis passe la main.

06 — LE CALENDRIER 2026

# LE DÉPLOIEMENT EN CHIFFRES

Du 12 octobre au 31 décembre 2026 — hors mercredis et vacances scolaires.

12

villes couvertes en présentiel

42

sessions de 2 jours  
programmées

84

jours de formation animés

18

Sessions Adulte en présentiel

18

sessions PSSM Jeunes

6

sessions Adulte à distance

# LA SEMAINE TYPE

| LUNDI                            | MARDI                            | MERCREDI                            | JEUDI                            | VENDREDI                         |
|----------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| <b>PSSM Adulte</b><br>jour 1 / 2 | <b>PSSM Adulte</b><br>jour 2 / 2 | Aucune session<br>jour laissé libre | <b>PSSM Jeunes</b><br>jour 1 / 2 | <b>PSSM Jeunes</b><br>jour 2 / 2 |

## Grandes villes

Paris, Lyon et Lille reviennent trois fois sur le trimestre, à raison d'environ deux passages par mois.

## Distanciel national

Six sessions Adulte en demi-journées, ouvertes à tout le territoire.



# OCTOBRE ET NOVEMBRE

Semaines 42 à 47

| SEMAINE            | VILLE ET RÉGION                      | PSSM ADULTE            | PSSM JEUNES            |
|--------------------|--------------------------------------|------------------------|------------------------|
| S. 42 12 – 16 oct. | Paris — Ivry-sur-Seine Île-de-France | lun. 12 + mar. 13 oct. | jeu. 15 + ven. 16 oct. |
| S. 42 12 – 16 oct. | Lyon Auvergne-Rhône-Alpes            | lun. 12 + mar. 13 oct. | jeu. 15 + ven. 16 oct. |
| S. 42 12 – 16 oct. | Lille Hauts-de-France                | lun. 12 + mar. 13 oct. | jeu. 15 + ven. 16 oct. |
| S. 45 2 – 6 nov.   | Paris — Ivry-sur-Seine Île-de-France | lun. 2 + mar. 3 nov.   | jeu. 5 + ven. 6 nov.   |
| S. 45 2 – 6 nov.   | Rennes Bretagne                      | lun. 2 + mar. 3 nov.   | jeu. 5 + ven. 6 nov.   |
| S. 46 9 – 13 nov.  | Lyon Auvergne-Rhône-Alpes            | lun. 9 + mar. 10 nov.  | jeu. 12 + ven. 13 nov. |
| S. 46 9 – 13 nov.  | Nantes Pays de la Loire              | lun. 9 + mar. 10 nov.  | jeu. 12 + ven. 13 nov. |
| S. 47 16 – 20 nov. | Lille Hauts-de-France                | lun. 16 + mar. 17 nov. | jeu. 19 + ven. 20 nov. |
| S. 47 16 – 20 nov. | Bordeaux Nouvelle-Aquitaine          | lun. 16 + mar. 17 nov. | jeu. 19 + ven. 20 nov. |

Chaque session dure 2 jours, soit 14 heures. Les mercredis restent libres.

Sessions 1 à 18

| SEMAINE                | VILLE ET RÉGION                      | PSSM ADULTE                | PSSM JEUNES            |
|------------------------|--------------------------------------|----------------------------|------------------------|
| S. 48 23 – 27 nov.     | Strasbourg Grand Est                 | lun. 23 + mar. 24 nov.     | jeu. 26 + ven. 27 nov. |
| S. 48 23 – 27 nov.     | Toulouse Occitanie                   | lun. 23 + mar. 24 nov.     | jeu. 26 + ven. 27 nov. |
| S. 49 30 nov. – 4 déc. | Marseille Provence-Alpes-Côte d'Azur | lun. 30 nov. + mar. 1 déc. | jeu. 3 + ven. 4 déc.   |
| S. 49 30 nov. – 4 déc. | Dijon Bourgogne-Franche-Comté        | lun. 30 nov. + mar. 1 déc. | jeu. 3 + ven. 4 déc.   |
| S. 50 7 – 11 déc.      | Paris — Ivry-sur-Seine Île-de-France | lun. 7 + mar. 8 déc.       | jeu. 10 + ven. 11 déc. |
| S. 50 7 – 11 déc.      | Lille Hauts-de-France                | lun. 7 + mar. 8 déc.       | jeu. 10 + ven. 11 déc. |
| S. 50 7 – 11 déc.      | Rouen Normandie                      | lun. 7 + mar. 8 déc.       | jeu. 10 + ven. 11 déc. |
| S. 51 14 – 18 déc.     | Lyon Auvergne-Rhône-Alpes            | lun. 14 + mar. 15 déc.     | jeu. 17 + ven. 18 déc. |
| S. 51 14 – 18 déc.     | Brest Bretagne                       | lun. 14 + mar. 15 déc.     | jeu. 17 + ven. 18 déc. |

# LES SESSIONS À DISTANCE

|           | LUNDI     |           | JEUDI     |           |
|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
|           | 10h – 12h | 14h – 16h | 10h – 12h | 14h – 16h |
| Semaine 1 | Session 1 | Session 1 | Session 1 | Session 1 |
| Semaine 2 | Session 1 | Session 1 | Session 1 | Session 2 |
| Semaine 3 | Session 2 | Session 2 | Session 2 | Session 2 |
| Semaine 4 | Session 2 | Session 2 | —         | —         |

## SESSION 1

du 28 sept.  
au 8 oct.

## SESSION 2

du 8 oct.  
au 19 oct.

## SESSION 3

du 26 oct.  
au 5 nov.

## SESSION 4

du 5 nov.  
au 16 nov.

## SESSION 5

du 23 nov.  
au 3 déc.

## SESSION 6

du 3 déc.  
au 14 déc.

## SESSION 7

du 4 janv.  
au 14 janv.

# NOS PARTENAIRES CLÉS



+ 50 autres

# Vous souhaitez inscrire vos équipes ?

Nous vous accompagnons du choix de la session au montage administratif du dossier.

**01**

Vous choisissez la ville, le module et la semaine.

**02**

Nous confirmons les places et vous transmettons la convention.

**03**

Vos participants reçoivent leur convocation et le manuel PSSM.

## CONTACT

[formation@ajc-ingenierie.fr](mailto:formation@ajc-ingenierie.fr)  
01 75 43 86 72

## ADRESSE

161 avenue de Verdun  
94200 Ivry-sur-Seine

**WWW.AJC-INGENIERIE.FR**