

## MATINALE RH

# Santé mentale au travail

---



Le Centre de Gestion, *un appui au quotidien pour la gestion des ressources humaines*

- ✓ La santé mentale
- ✓ La notion de trouble psychique
- ✓ Les origines des PSSM
- ✓ La formation PSSM France
- ✓ Le plan d'actions AÉRER
- ✓ La circulaire du 23 février 2022
- ✓ L'appui du CDG 63
- ✓ La labellisation « Grande Cause Nationale »

---

## MATINALE RH

### Programme

---

# Matinale RH – Santé mentale

## La santé mentale

---



La santé mentale s'étend sur un continuum avec une bonne santé mentale d'un côté et une santé mentale fragile de l'autre...

*« Un esprit sain dans un corps sain »*

# Matinale RH - Santé mentale

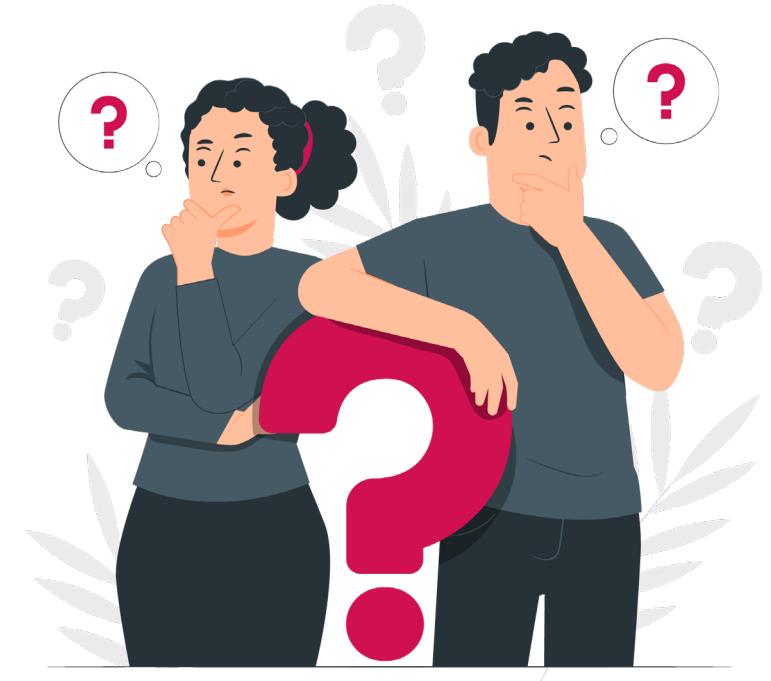
## La notion de trouble psychique

Un trouble psychique est une pathologie qui :

- ✓ Entraîne des changements majeurs de la pensée, des émotions et des comportements ;
- ✓ Altère le fonctionnement dans la vie quotidienne ;
- ✓ Perdure dans le temps.

DISCUSSION

*Connaissez-vous d'autres termes employés pour dire "trouble psychique" ?*



# Matinale RH - Santé mentale

## Les origines des PSSM

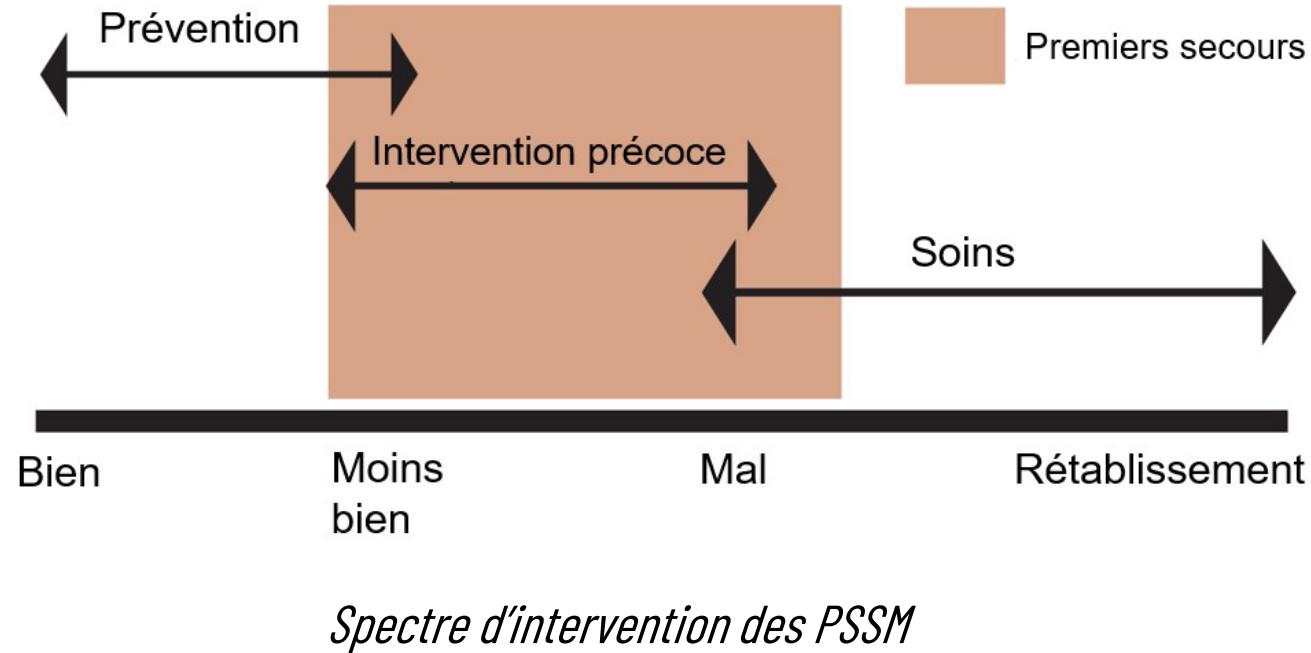


Le programme des PSSM trouve ses origines en Australie dans les années 2000 avant d'arriver en France en 2019 sous l'intitulé « Premiers Secours en Santé Mentale France ».

**L'idée était d'élargir le principe des premiers secours physiques pour les troubles psychiques...**

# Matinale RH - Santé mentale

## La formation PSSM France ©



La formation PSSM France vise à répondre aux objectifs suivants :

- ✓ **Démystifier** les problèmes de santé mentale et en saisir l'ampleur ;
- ✓ **Augmenter les savoirs** autour de la santé mentale ;
- ✓ **Apprendre à réagir** dès les premiers signes ou en état de crise.

# Matinale RH – Santé mentale

## Le plan d'actions AÉRER

**A**pprocher la personne, évaluer et assister en cas de crise

**É**couter activement et sans jugement

**R**éconforter et informer

**E**ncourager à aller vers des professionnels

**R**enseigner sur les autres ressources disponibles

# Matinale RH - Santé mentale

## La circulaire du 23 février 2022

Cette circulaire précise les objectifs visés et les modalités de déploiement du dispositif de formation aux PSSM dans la fonction publique en 3 niveaux :

- ✓ **Sensibilisation des agents publics** ;
- ✓ **Formation de secouristes** ;
- ✓ **Formation de formateurs**.



# Matinale RH – Santé mentale

## L'appui du CDG 63

---

Le CDG 63 n'est pas enregistré auprès de la DREETS en qualité d'organisme de formation et ne dispose donc pas de numéro de déclaration d'activité.

**Le CNFPT reste l'interlocuteur privilégié des collectivités territoriales en matière de formation.**



# Matinale RH - Santé mentale

## L'appui du CDG 63 (suite)

Le CDG 63 a établi un panel de fiches repères sur le thème de la santé mentale.

**Celles-ci sont librement téléchargeables et consultables dans la rubrique « *Hygiène et sécurité au travail* » du site internet du CDG 63.**



The image shows a panel of mental health awareness cards from CDG 63. At the top, a red banner reads "PREMIERS SECOURS EN SANTÉ MENTALE" and "Pourquoi se former ?". Below this, a card titled "SANTÉ MENTALE" with a red exclamation mark says "SAVOIR REPÉRER LES 10 SIGNES D'ALERTE". It lists ten signs with icons: 1. Humeurs inhabituelles (tristes, colères, irritable, sans éclat clair), 2. Isolément social (rapport, retrait des interactions habituelles), 3. Troubles de la concentration (difficulté à se focaliser, aussi fréquentes), 4. Troubles d'appétit (pertes d'appétit, anorexie), 5. Pensées négatives (sentiment de vitalité, pessimisme, perte d'espoir), 6. Troubles du sommeil (insomnie, réveils nocturnes, fatigue au réveil), 7. Perte d'intérêt (disparition du plaisir pour les activités habituelles), 8. Santé globale, santé mentale (la santé globale repose sur la santé mentale. Cette dernière influence le corps, les relations et la qualité de vie. Équilibre émotionnel, gestion du stress et capacité relationnelle conditionnent le bien-être global), 9. Bien-être avec ses fragilités (une personne en bonne santé mentale traverse aussi des moments de fragilité,樵弱, déni ou de découragement. Ces fluctuations appartiennent à la vie courante et ne traduisent pas systématiquement un trouble psychologique), 10. Un état en mouvement (la santé mentale évolue en permanence. Adolescence, maternité, deuil, transition professionnelle ou ménopause marquent des périodes de forte sensibilité. L'attention quotidienne de cet équilibre permet de renforcer la résilience au fil du temps). To the right, a card titled "LA SANTÉ MENTALE CONCERNE TOUT LE MONDE. ON PEUT TOUTES ET TOUS AGIR !" lists objectives: être averti, aider une personne en situation psychologique, intervenir dans la crise ou dépression, une urgence invisible mais fréquente (1 personne sur 4 est concernée chaque année), pourquoi c'est utile (lutter contre les stigmas, repérer les signes), and une démarche responsable et solidaire (stress, bien-être, engagement partagé). A CDG 63 logo is in the bottom right corner.

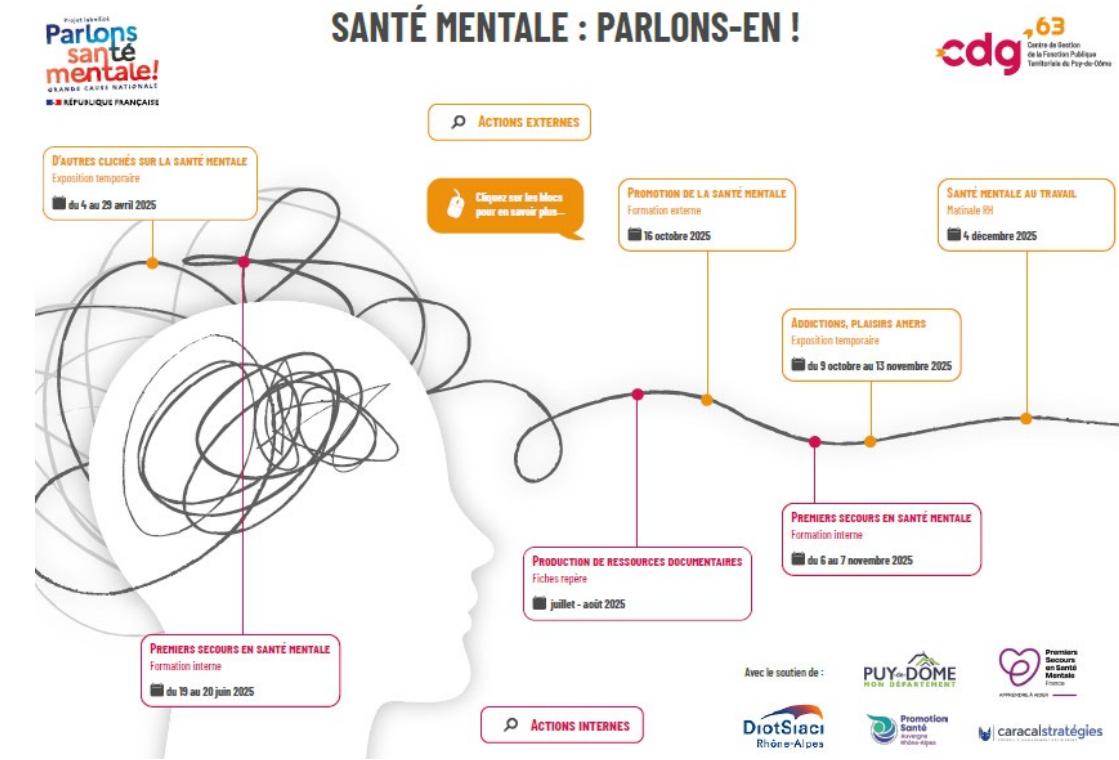
LA SANTÉ MENTALE NOUS CONCERNE TOUTES ET TOUS :  
LA PRÉSERVER, C'EST CONSTRUIRE UN AVENIR PLUS HUMAIN ET SOLIDAIRE.

# Matinale RH - Santé mentale

## La labellisation « Grande Cause Nationale »

La santé mentale est érigée en 2025 grande cause nationale sous l'appellation « *Parlons santé mentale !* ».

**Dans ce cadre, les collectivités et établissements publics, engagé.s en faveur de la santé mentale, peuvent candidater pour obtenir un label visant à valoriser leurs actions de prévention et/ou d'accompagnement des personnes concernées...**



*Fresque de la santé mentale*

# CONTACT

---



Anthony MARILLER

Conseiller prévention / ACFI

[anthony.mariller@cdg63.fr](mailto:anthony.mariller@cdg63.fr)



**Formateur  
accrédité**

Premiers Secours  
en Santé Mentale



# Merci pour votre attention

Ensemble, soutenons les métiers  
Publics territoriaux !



📍 7 rue Condorcet CS 70007  
63 063 Clermont-Ferrand Cedex 1  
📞 04 73 28 59 80  
✉️ [accueil@cdg63.fr](mailto:accueil@cdg63.fr)  
🌐 [cdg63.fr](http://cdg63.fr)

*Ouverture au public  
du lundi au vendredi  
de 8h30 à 12h  
et de 13h30 à 16h30.*