

À VOS CÔTÉS POUR VOTRE SANTÉ, AUSSI MENTALE !



Parce que la santé au travail n'est pas que physique, vos représentants CFE-CGC se sont formés aux PSSM dès 2024 pour encore mieux vous accompagner.

La santé mentale est un enjeu majeur de notre quotidien professionnel. Pour ne plus être spectateurs face à la détresse, vos élus CFE-CGC ont été certifiés **Secouristes en Santé Mentale**.

C'EST QUOI UN SECOURISTE PSSM ?

Le secouriste en santé mentale est le **premier maillon de la chaîne de soutien** au sein de l'entreprise. À l'image du secourisme physique (SST), notre rôle est d'apporter une **aide initiale** à un collègue en difficulté jusqu'à ce qu'une aide professionnelle puisse être mobilisée.

CONCRÈTEMENT, COMMENT POUVONS-NOUS VOUS AIDER ?

Grâce à une formation rigoureuse, nous avons acquis des compétences clés pour :

- **Repérer les signes** précoces de troubles (dépression, troubles anxieux, burn-out).
- **Écouter sans jugement**, rassurer et apporter une information adaptée.
- **Agir face aux crises** : attaques de panique, crises suicidaires, chocs post-traumatiques ou comportements agressifs.
- **Appliquer le plan d'action AERER** : une méthode structurée pour intervenir de manière efficace et sécurisante.

NOTRE ENGAGEMENT : AGIR AVANT QU'IL NE SOIT TROP TARD

Notre objectif en tant que syndicalistes CFE-CGC est de **renforcer l'aide de proximité** au sein de notre entreprise, en utilisant ces outils pour :

1. **Briser le tabou** de la santé mentale en entreprise.
2. **Vous orienter** vers les professionnels ou structures de soins adaptés.
3. **Prendre confiance** dans l'interaction pour que personne ne reste seul face à sa souffrance.





VOS ELUS CFE-CGC FORMÉS

PREMIERS SECOURS
EN SANTÉ MENTALE FRANCE

NE RESTEZ PAS SEUL FACE À VOS DIFFICULTÉS :

Besoin de parler ? Un doute sur votre état ou celui d'un collègue ?

Contactez vos délégués CFE-CGC formés PSSM

Site de SOCHAUX



Richard MELIS



Anne HUGUENIN



Olivier FAIVRE



Marilyn PERNOT



Bernard WATERLOT



Jean-François BOUVAIS



Matthieu NINOT



Philippe MONARD



Olivier LAURENT

Site de BESSONCOURT



Claire PRUDHOMME

Site de BELCHAMP



Rémi DUVAL



Stéphane DUBOC



Laurent OECHSEL



Jean-Bernard FRANC



**LA CFE-CGC RESTE VIGILANTE
ET MOBILISÉE**