



# Lettre d'infos du RETS POITOU

Le Réseau Territorial de Sentinelles (R.é.T.S) en prévention du suicide en Poitou



Deux-Sèvres



Poitou



Vienne

L'ASEPT POITOU est heureuse de vous partager sa deuxième Newsletter à destination des sentinelles formées en POITOU à la détection du mal être et à la prévention du suicide.

Celle-ci était souhaitée par l'ensemble des sentinelles formées en 2021 ayant participé aux premiers temps de regroupement et d'échange organisés en mars 2022 dans le cadre de l'animation du RETS Poitou.

Elle a pour objectifs de vous communiquer des informations et actualités en lien avec la promotion de la santé mentale et vous sera transmise chaque trimestre.

Elle a vocation à répondre à vos besoins et attentes alors n'hésitez pas à nous partager vos remarques afin d'être au plus près de vos préoccupations.

Elle est réalisée grâce aux financements des CPAM de la Vienne et des Deux-Sèvres, de la MSA Poitou (membres fondateurs de l'ASEPT POITOU), de l'ARS Nouvelle-Aquitaine et de la CFPPA des Deux-Sèvres.

**Nous vous souhaitons une bonne lecture et restons à votre écoute !**

**À très bientôt !**

## SOMMAIRE

Présentation .....	<b>p.1</b>
Dispositif « Mon Psy » .....	<b>p.2</b>
« J'en parle à » campagne 100% digitale à destination des jeunes.....	<b>p.2</b>
L'entretien post-natal précoce .....	<b>p.3</b>
Les événements RETS à ne pas manquer .....	<b>p.4</b>
Contactez-nous.....	<b>p.4</b>

### CONFÉRENCE DES FINANCEURS DE LA PRÉVENTION DE LA PERTE D'AUTONOMIE EN DEUX-SÈVRES



Coordination territoriale des Deux-Sèvres  
Prévention du suicide et promotion de la santé mentale



Coordination territoriale de la Vienne  
Prévention du suicide et promotion de la santé mentale

# DISPOSITIF « MON PSY » ET « J'EN PARLE À » CAMPAGNE 100% DIGITALE À DESTINATION DES JEUNES

## DISPOSITIF « MON PSY »

Après une phase expérimentale déployée sur 4 départements pilotes, le dispositif « **MonPsy** » est entré en vigueur le 5 avril 2022 sur l'ensemble du territoire français.

Désormais, il est possible de bénéficier d'un accompagnement psychologique dès l'âge de 3 ans, avec une prise en charge partielle de l'Assurance Maladie. Le médecin traitant peut prescrire jusqu'à 8 séances maximum par an, en rédigeant un « courrier d'adressage » auprès d'un psychologue partenaire

- **Liste des psychologues partenaires** sur <https://monpsy.sante.gouv.fr/annuaire>

La première consultation consiste en un entretien d'évaluation, pour lequel le patient devra régler la somme de 40 euros. Les consultations suivantes feront l'objet de séances de suivi où le patient devra avancer 30 euros à chaque séance. Aucun dépassement d'honoraire ne peut être appliqué.

L'Assurance Maladie prend en charge 60% des frais pour chaque séance, le reste peut être pris en charge par la mutuelle ou la complémentaire santé.

**Pour consulter la vidéo en ligne, glissez votre curseur sur l'image :**



**MonPsy,  
comment ça marche ?**

en partenariat avec



## « J'EN PARLE À » CAMPAGNE 100% DIGITALE À DESTINATION DES JEUNES

A l'ère du COVID-19 et des mesures mises en place pour y faire face, il a été constaté une dégradation de la santé mentale de la population, y compris chez les adolescents.

Afin de libérer la parole des jeunes âgés entre 11 et 17 ans, Santé Publique France et le Ministère des Solidarités et de la Santé avaient lancé la campagne spécifique 100% digitale « **J'en parle à** », en juin 2021. L'un des objectifs de cette campagne était d'être au plus proche de leur principal mode de communication, en les incitant à solliciter le dispositif d'aide à distance « **Fil Santé Jeunes** ».

Fil Santé Jeune est un service anonyme et gratuit à destination des jeunes de 12 à 25 ans, qui propose une ligne d'écoute ainsi qu'un site internet mettant à disposition de l'information, un forum, un tchat, et une orientation vers des structures d'aide.

**NB :** La campagne « J'en parle à » s'inscrit dans la continuité de la campagne « **En parler, c'est déjà se soigner** », à destination des plus de 18 ans lancée en avril 2021.

**Pour en savoir plus :**

<https://www.santepubliquefrance.fr/presse/2021/s-ante-mentale-des-adolescents-une-campagne-entierement-digitale-pour-les-inciter-a-en-parler>

# L'ENTRETIEN POST-NATAL PRÉCOCE ET PARTICIPATION DE L'ASEPT POITOU À LA JOURNÉE DU 10/09/22

## L'ENTRETIEN POST-NATAL PRÉCOCE

Depuis le 1<sup>er</sup> juillet 2022, les femmes venant d'accoucher doivent réaliser un **entretien post-natal précoce obligatoire** auprès d'un professionnel de santé. L'objectif de cet entretien, qui s'effectue entre la 4<sup>ème</sup> et 8<sup>ème</sup> semaine suivant la naissance de l'enfant, est de prévenir et repérer rapidement les signes de mal-être, notamment ceux de la dépression post-partum (DPP). Totalement pris en charge par l'Assurance Maladie, cette mesure figure dans la loi de financement de la Sécurité Sociale 2022.

En effet, un sondage réalisé en 2021 par **OpinionWay** nous informe que 30% des mères et 18% des pères déclarent avoir connu un épisode dépressif à la suite de la naissance de leur enfant. Parmi eux, seuls 5% disent avoir été diagnostiqué par un professionnel de santé.

### Qu'est-ce que la DPP ?

Plus grave et tardive que le **baby-blues**, qui est une déprime passagère survenant dans les premiers jours après l'accouchement, la dépression post-partum est une maladie qui se manifeste généralement entre la 6<sup>ème</sup> semaine et les 12 mois qui suivent la naissance du bébé.

On la reconnaît grâce à différents symptômes, qui s'installent pendant au moins deux semaines :

- Sensation de manque d'énergie,
- Difficultés à s'occuper de son bébé,
- Incapacité à réaliser les tâches du quotidien,
- Perte de plaisir,
- Tristesse sans raison apparente, larmes,
- Pensées négatives,
- Difficultés à dormir,
- Changement d'appétit.

Si vous reconnaissez un ou plusieurs symptômes qui vous concerne ou qui concerne un membre de votre entourage, vous pouvez prendre appui auprès d'un professionnel de santé (médecin traitant, sage-femme) ou d'une structure adaptée (**PMI, LAEP**).

Un accompagnement et une prise en charge par un professionnel de santé sont nécessaires afin d'éviter des conséquences pour la santé du parent et de l'enfant.

**Pour en savoir plus, glissez votre curseur sur l'image :**



### Focus : Journée mondiale de prévention du suicide

C'est le 10 septembre dernier que s'est tenue la Journée mondiale de Prévention du suicide à Poitiers.

L'occasion pour l'artiste Piko Paseos de divulguer son œuvre auprès des passants à 10h09 (*comme pour l'ensemble des villes participantes en France*) et de mettre en lumière le portrait des répondants du 3114 et des professionnels qui, chaque jour, répondent à la détresse de celles et ceux qui ont des pensées suicidaires.

L'ASEPT Poitou a souhaité se mobiliser sur cette journée pour contribuer à cette sensibilisation en communiquant, avec les partenaires présents, sur les dispositifs d'aide et d'écoute existants pour accompagner le public en détresse et les actions déployées par le RéTS.

# LES ÉVÉNEMENTS DU RÉTS À NE PAS MANQUER

## À noter dans vos agendas :

- ✓ Les membres du RÉTS Poitou vous attendent nombreux pour notre prochain événement qui aura lieu le **29 novembre à Parthenay** et le **30 novembre à Smarves**. Au programme :
  - À partir de 14h : **Conférence-débat** sur le concept de la santé mentale, *coanimé par PSYCOM et les coordinatrices du RÉTS* et présentation de la **démarche « COM'IN »**, par l'*I'REPS Nouvelle-Aquitaine* (ouvert aux sentinelles du RÉTS exclusivement).
  - À partir de 17h15 : **Débat-théâtral** organisé par la Compagnie DIGAMÉ (ouvert au Grand Public).

**Un Bulletin d'inscription vous sera prochainement envoyé par mail. N'hésitez pas à communiquer cet événement autour de vous !**

- ✓ Le RÉTS Poitou organise deux **temps de supervision** à destination des sentinelles d'ici la fin d'année 2022 :
  - **Le mardi 4 octobre à Poitiers (Salle du Centre social - Centre Hospitalier Henri Laborit) (CHHL) de 18h30 à 20h30.**
  - **Le mardi 11 octobre à Parthenay (Salle A – Centre Ernest Pérochon) de 18h30 à 20h30.**

Sur inscription préalable auprès de l'ASEPT Poitou, ces temps seront animés par le Dr CHAVAGNAT, psychiatre au CHHL et Mr BLOSSIER, cadre de santé au CHHL et membre de la Coordination territoriale de la prévention du suicide de la Vienne.

## Les objectifs attendus sont :

- Pallier à l'isolement des sentinelles formées *dans le cadre de l'exercice de leurs missions*
- Renforcer l'interconnaissance ainsi que la montée en compétences de chacune d'elle dans le champ de la santé mentale.

En partant des situations qu'elles rencontrent, les sentinelles pourront échanger sur leurs difficultés, les ressources et les solutions alternatives possibles à appliquer à la situation, avec les professionnels spécialisés dans la prévention du risque suicidaire.



## Nous avons besoin de vous :

Pour permettre la création d'un spectacle unique, la Compagnie théâtrale DIGAMÉ et le RÉTS Poitou souhaitent recueillir le témoignage de professionnels, sentinelles, impliqués dans le champ de la santé mentale.

Un temps d'échange aura lieu **le jeudi 17 novembre à 14h en visioconférence.**

N'hésitez pas à contacter les coordinatrices du RÉTS par mail pour y participer : [coordination.rets@asept-poitou.fr](mailto:coordination.rets@asept-poitou.fr)

Pour nous contacter :

**Le RÉTS Poitou**

**05.49.44.56.32**

Ou par mail à [coordination.rets@asept-poitou.fr](mailto:coordination.rets@asept-poitou.fr)

37 rue du Touffenet  
86 000 Poitiers

**Si vous ne souhaitez plus recevoir la Newsletter du RÉTS n'hésitez pas à nous en informer !**