

RéTS



LE RÉSEAU TERRITORIAL DE SENTINELLES
EN PRÉVENTION DU SUICIDE EN POITOU

RéTS Poitou

Lettre d'informations du Réseau Territorial de Sentinelles (Ré.T.S.)
en prévention du suicide en Poitou

NUMÉRO 6 • SEPTEMBRE 2023



SOMMAIRE

Les temps de
regroupement RéTS • P. 2

Focus sur le dispositif
Dites je suis là • P. 3

Focus sur une initiative
de prévention des risques
psychosociaux de la MSA
• P. 4

Mots croisés - La santé
mentale • P. 5

Contact • P. 5

L'ASEPT POITOU,

est heureuse de vous partager la **6^e édition** de sa Newsletter. Nous vous présentons ce mois-ci les informations relatives au second semestre 2023. Ce document étant à destination de nos partenaires et des sentinelles, nous vous invitons à nous contacter pour nous proposer de **traiter des sujets qui vous intéressent et/ou vous interrogent**.

Nous vous souhaitons une bonne lecture et restons à votre écoute. À bientôt!

Cette newsletter 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.



LES TEMPS DE REGROUPEMENT RÉTS



Vous les avez appréciés...

"Excellente prise de conscience"

"Merci pour votre implication et votre travail ! Félicitations !"

Vous les avez salués...

Vous les attendiez...

"Super ! À renouveler !"

Mars 2022

Tic... Tac... Tic... Tac...

Novembre 2022

ILS REVIENNENT EN OCTOBRE 2023 !!!

À vos agendas ! Cette année, nous organisons les temps de regroupement RÉTS lors des SISM, les Semaines d'Information sur la Santé Mentale. Nous vous invitons à vous joindre à nous le **16 octobre à Charroux** (86), le **17 octobre à Dangé-Saint-Romain** (86), le **18 octobre à Brioux-sur-Boutonne** (79) et le **19 octobre à Breuil-Chaussée** (79).

Au programme, un **temps consacré aux sentinelles de 14H00 à 17H00**, avec des **interventions** sur le thème de la santé mentale assurées par des experts du domaine et un **temps d'échanges** pendant lequel les participants pourront faire un retour d'expériences, partager leurs pratiques et questionnements et créer du lien entre pairs.

Dans un second temps nous ouvrirons les 4 événements au **grand public à partir de 17h15**. Nous vous proposons ici une **visite de stands** pour élargir vos connaissances des différents dispositifs en santé mentale.

À **18H00**, ce sera la **compagnie théâtrale Digamé** qui vous présentera son **théâtre forum** coconstruit avec des sentinelles pour mettre en scène des situations au plus près de la réalité de terrain. Ce mode de représentation permet de faire interagir les spectateurs, prendre conscience des différents aspects que revêt la santé mentale et de sensibiliser le plus grand nombre à la problématique.

Enfin, nous clôturerons ces temps forts autour d'un buffet, laissant le temps à chacun de discuter et échanger sur l'événement.

Retrouvez les **bulletins d'inscription** sur le site internet de l'ASEPT Poitou : www.asept-poitou.fr/reseau-territorial-de-sentinelles
Rubriques "[La vie du réseau à destination des sentinelles](#)" et "[La vie du réseau à destination du grand public](#)". Bulletins à retourner jusqu'au **9 octobre** à l'adresse :
✉ coordination.rets@asept-poitou.fr

FOCUS SUR LE DISPOSITIF DITES JE SUIS LÀ



Créé en 2020, **Dites Je Suis Là** est la **plateforme nationale de prévention du suicide pour le grand public**. Elle a pour vocation de permettre à tous d'agir face à un proche en situation de crise suicidaire. Ce dispositif présente les différents **signes d'alerte** du suicide, en exposant que les émotions, les pensées et les comportements peuvent changer et qu'il faut rester attentif face aux situations qui peuvent être davantage à risque. Dites Je Suis Là vous propose également une **démarche structurée en 6 étapes** pour vous accompagner au mieux :

1 Dites je suis là
En **encourageant l'expression** du mal-être et en montrant votre intérêt pour ce qui vous est dit.

2 Abordez les idées de suicide
En demandant de façon claire, si vous y êtes prêt : **"Penses-tu au suicide ?"** Cela n'augmente pas le risque de passage à l'acte.

3 Sécurisez l'environnement
En **demandant si la personne peut se mettre en danger** et comment. Voyez ensemble comment la mettre en sécurité.

4 Encouragez votre proche
Il ne s'agit **pas de trouver des solutions à tous ses problèmes** mais de souligner ses qualités et réussites et de recueillir ses besoins.

5 Faites appel à un professionnel
En **proposant un suivi** à votre proche. Un médecin traitant, un psychologue, une ligne d'écoute, un infirmier de Centre Médico-Psychologique...

6 Restez en contact
En **prenant des nouvelles et en restant à l'écoute**. Il a été démontré qu'entretenir le contact après une crise réduit le risque suicidaire.

L'association vous rappelle les **conditions adéquates** pour être en mesure de **venir en aide à votre proche en souffrance** :



Un lieu confortable et sécurisant



Le moment idéal et le temps nécessaire



Une disponibilité : Suis-je le bon interlocuteur ?



Un état d'esprit positif ou passer le relai

Dites Je Suis Là est donc une plateforme qui vous permet de vous documenter sur la problématique du suicide via de nombreux canaux : **page web, réseaux sociaux, podcasts, communiqués de presse...** Elle aborde notamment la prévention du suicide à destination des personnes LGBTI+ ou encore dans le monde agricole et propose des outils innovants tels que la carte "Restons en contact". Retrouvez de nombreuses ressources et informations complémentaires sur leur **site internet www.ditesjesuisla.fr** et sur leur **chaîne YouTube "Dites Je Suis Là"**. En parler peut tout changer.

UNE INITIATIVE DE PRÉVENTION DES RISQUES PSYCHOSOCIAUX DE LA MSA

Les réflexions autour de ce dispositif de prise de contact ont débuté fin 2021 suite à un recueil des besoins auprès du réseau des élus de la Gâtine (département des Deux-Sèvres). Les objectifs sont de repérer des situations de **risques psychosociaux** d'une part, et de faire de la **prévention** en faisant connaître les **droits et accompagnements** aux bénéficiaires de l'action d'autre part. Le dispositif cible les **actifs agricoles** du territoire de la Gâtine grâce à la collaboration des services "**Recouvrement / Contentieux**" et "**Action Sanitaire et Sociale (ASS) : pôle santé, pôle exploitant**" de la **MSA Poitou**, des **élus MSA du réseau de la Gâtine** et de l'**animatrice vie mutualiste**. L'objectif étant d'étendre, dans les prochaines années, l'action à l'ensemble du territoire couvert par la caisse MSA Poitou.

Comment ça fonctionne?



Repérage

- Par le **service recouvrement contentieux** via 3 critères :
 - Cotisations impayées
 - DRP (déclaration de revenus professionnels) non effectuée
 - Personne non suivie par les services MSA
- Par les **élus MSA** en dirigeant les assurés vers le service concerné



Contact

- Appel et/ou mail des assurés identifiés par le **service recouvrement contentieux**
- En l'absence de réponse, envoi d'une **carte postale** avec :
 - Un **mot personnalisé**
 - Un **flyer des sentinelles** du réseau des élus concernés
 - Le contact téléphonique de l'expéditeur
- En l'absence de réponse, envoi d'une **2nd carte postale**



Prévention

- **Orientation** des assurés vers le service **action sanitaire et sociale : pôle exploitants, pôle santé** par le service **recouvrement contentieux**
- Sensibilisation par les services MSA et les élus sur le terrain sur les **droits** des bénéficiaires et sur les **accompagnements** pouvant être mis en place au regard de leurs situations



Nous pensons à vous

et souhaitons pouvoir vous aider en cas de besoin.

Nous sommes à votre écoute et à votre service :

- Vos délégués MSA sentinelles (contact sur la plaquette ci-jointe)
- Votre MSA :

Bonjour M Dupont

Je suis Emmanuelle, salariée MSA. Je peux vous renseigner sur les accompagnements possibles concernant vos droits et démarches MSA.

N'hésitez pas à m'appeler, Je suis là pour vous.

Emmanuelle

Comment allez-vous?

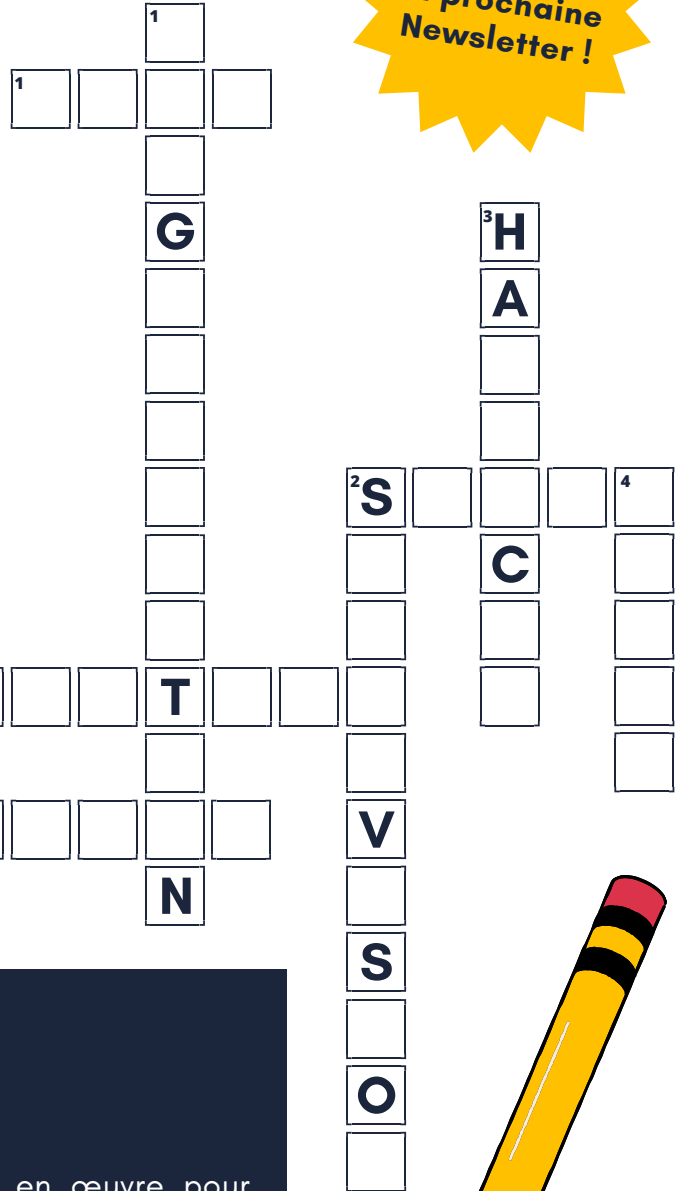


MOTS CROISÉS - LA SANTÉ MENTALE

Solution dans la prochaine Newsletter !

Vertical

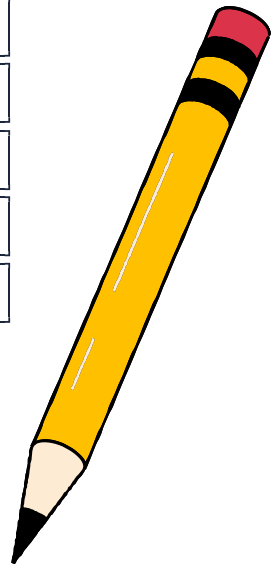
1. Attitudes, croyances ou comportements négatifs à l'égard d'une personne ou d'un groupe en raison de leur situation personnelle
2. Analyse de la pratique entre pairs et encadrée par des professionnels de santé
3. Regroupe les déficiences, limitations d'activités et restrictions de participation à la vie sociale suite à une altération substantielle, durable ou définitive
4. État de complet bien-être physique, mental et social, qui ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité



C'est la rentrée !

Horizontal

1. Réseau Territorial de Sentinelles
2. Ensemble cohérent d'actions et de pratiques mises en œuvre pour participer au rétablissement ou à l'entretien de la santé d'une personne
3. Capacité de s'identifier à autrui, de ressentir ce qu'il ressent, de se mettre à la place de l'autre
4. Processus d'acquisition de connaissances et compétences



CONTACT

Notre équipe reste à votre écoute pour tout complément d'informations



coordination.rets@asept-poitou.fr



37 rue du Touffenet
86 000 Poitiers