

RESSOURCES SANTÉ MENTALE

territoire messin

édition 2019

Accompagner les personnes
en souffrance mentale

Annuaire interactif



disponible sur ordinateur et téléphone
www.sante-mentale-territoire-messin.fr

LES « PSYS »

Les psychothérapies regroupent des approches variées (psychanalytique, systémique, cognitivo-comportementale...).

Les « psys » avec diplômes

Le psychiatre est un médecin avec une spécialisation en psychiatrie. Il peut prescrire des médicaments. Parfois, il est psychothérapeute.

Le psychologue possède un diplôme universitaire. Il n'est pas médecin et ne peut pas prescrire de médicaments.

Les « psys » avec formations

Le psychothérapeute a suivi une formation en psychothérapie et est inscrit au registre national des psychothérapeutes. S'il n'est pas médecin, il ne peut pas prescrire de médicaments.

Le médecin traitant est l'interlocuteur privilégié pour orienter au mieux une personne en mal-être ou en recherche de conseils en santé mentale.

📍 Trouver un psychiatre :
<http://annuaire.sante.ameli.fr>

📋 Liste des psychothérapeutes en Moselle :
<https://goo.gl/CH9dLP>



CLSM TERRITOIRE MESSIN
Conseil local de santé mentale



PARCOURS DE SOINS / PRÉVENTION

En consultation

📍 Trouver un professionnel de santé : <http://annuaire.sante.ameli.fr>

Médecine de ville

- Le médecin traitant, le pédiatre (pivot des soins de 1^{er} recours, il coordonne le parcours du patient).
- Le médecin spécialiste (psychiatre, pédiatre ...).

Services de santé mentale de proximité

- Bureaux d'aide pour les étudiants (BAPE) : lieu d'accueil, d'écoute et de suivi psychologique qui s'adressent aux étudiants de 18 à 27 ans.
- Centres médico-psychologiques (CMP) : point central du dispositif de psychiatrie publique.
- Centre médico-psycho-pédagogique (CMPP) des PEP57. Établissement médico-social d'aide et de soins destiné aux jeunes de moins de 21 ans.
- Centre Pierre Janet : dispose d'un service de consultations psychothérapeutiques.
- Clinique Tivoli : accueil et stabilisation de patients atteints de troubles psychologiques transitoires.
- Centre de psychogériatrie : prise en charge médicale des personnes âgées de 60 ans et plus, présentant des troubles psychologiques et/ou psychiatriques liés au vieillissement.
- Hôpital de jour de psychiatrie infanto-juvénile : soins dispensés en journée, pour des durées variables.
- Maison des adolescents (MDA) : espace d'accueil, d'écoute, d'information, de consultation, de soins et d'orientation.

À l'hôpital

Secteur hospitalier public

Service de santé mentale

- Offre de soins en santé mentale de l'hôpital de Mercy - CHR Metz-Thionville.
- Service de psychiatrie de l'hôpital d'instruction des armées Legouest.

Hôpital psychiatrique

- Centre hospitalier de Jury.

Secteur hospitalier privé

Service de psychiatrie

- Hôpital Sainte-Blandine (Hôpitaux privés de Metz).

Établissement privé spécialisé en psychiatrie générale

- Maison de santé Sainte-Marguerite.

Dispositifs de coordination

- MAJA du Département de la Moselle. Coordination des aides et des soins dans le champ de l'autonomie (personnes âgées).
- Réseau de santé Metz arrondissement. Regroupements pluridisciplinaires de professionnels de santé dont la mission est de favoriser l'accès aux soins, la coordination, la continuité et l'interdisciplinarité des prises en charge sanitaires.

Soins/Prévention des addictions

📍 Trouver une structure (annuaire du réseau Lorrain d'addictologie) :
www.loraddict.org

Secteur médico-social

- Centres d'accueil et d'accompagnement à la réduction des risques des usagers de drogues (CAARUD) : accueil des usagers de drogues qui n'ont pas forcément le souhait d'arrêter leur consommation, mais qui se trouvent exposés à différents risques.
- Centre médical des addictions (CH Jury).
- Centres de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie (CSAPA) : prise en charge de la réduction des risques liés aux conduites addictives.
- Consultations jeunes consommateurs (CJC) : aide aux jeunes de 12 à 25 ans et à leur entourage.

Consultations hospitalières

Prise en charge globale grâce à une équipe pluridisciplinaire composée de médecins, infirmières, psychologues, assistants sociaux, etc.

- Clinique des addictions - CH Jury.
- L'équipe hospitalière de liaison et de soins en addictologie (ELSA) - hôpital de Mercy (CHR Metz-Thionville).
- Secteur hospitalier privé.

Associations d'entraide

- Groupes d'entraide néphalistes : ils s'inscrivent dans le modèle de l'abstinence et proposent des réunions de groupe à vocation thérapeutique.
- Groupes d'auto-support des usagers des drogues (ASUD) : ils ont développé une pratique quotidienne en direction des consommateurs de substance illicite.



Ressources santé mentale
territoire messin



15 : appel gratuit 24h/24, 7j/7.

Numéro du SAMU (service d'aide médicale urgente).

My15 : application de transmission instantanément au SAMU de la position exacte et des informations indispensables à une intervention médicale urgente (disponible sur AppleStore et Googleplay).

URGENCES MÉDICALES / SITUATIONS DE CRISE

Prise en charge de la détresse psychosociale ou psychiatrique

⇒ Trouver un médecin généraliste : <http://annuaire.sante.ameli.fr>

Pour être soutenu dans la gestion des situations de crise qui ne relèvent pas de l'urgence médicale grave :

- Le médecin traitant.
- Équipe soignante du Service de psychiatrie d'urgence et de liaison (SPUL) peut être contactée par les professionnels pour bénéficier de conseils sur la situation d'une personne en souffrance mentale. **03 87 55 31 11**

Médigarde lorraine
0 820 33 20 20

- Le soir
lundi au vendredi de 20h à 8h
- Le week-end
du samedi 12h au lundi 8h
- Les jours fériés

www.medigarde.fr

AIDES À DISTANCE

S.O.S Amitié
03 87 63 63 63 (24h/24, 7j/7)
service anonyme et gratuit
www.sos-amitie.com

S.O.S. Suicide phénix
01 40 44 46 45 (13h à 23h, 7j/7)
service anonyme et gratuit
<https://sos-suicide-phenix.org>

Suicide écoute
01 45 39 40 00 (24h/24, 7j/7)
service anonyme et gratuit
<https://suicideecoute.pads.fr>

Phare enfants-parents
01 43 46 00 62
lundi au vendredi, 10h à 17h (anonyme et gratuit)
<https://phare.pads.fr>

Fil santé jeunes
0 800 235 236
9h à 23h, 7j/7
service anonyme et gratuit
www.filsantejeunes.com

Tabac info service
3989
lundi au samedi, 8h à 20h
service gratuit
www.tabac-info-service.fr

Alcool info service
0 980 980 930
8h à 2h, 7j/7
anonyme et gratuit
www.alcool-info-service.fr

Drogues info service
0 800 231 313
anonyme et gratuit
8h à 2h, 7j/7
www.drogues-info-service.fr

Écoute cannabis
0 980 980 940
anonyme et gratuit
8h à 2h, 7j/7
www.drogues-info-service.fr

Joueur info service
0974751313
8h à 2h, 7j/7
anonyme et gratuit
www.joueurs-info-service.fr

S.O.S. dépression
anonyme et gratuit
lundi au samedi, 10h à 19h
0 892 70 12 38
www.sosdepression.org

Info dépression
en savoir plus pour en sortir
www.info-depression.fr

Stopblues, un site internet et une application sur téléphone pour aller mieux (disponible sur AppleStore et Googleplay)
Service anonyme et gratuit
www.stopblues.fr

ACCOMPAGNEMENT SOCIAL

Aides et soutien

Les associations contribuent à une meilleure connaissance de la maladie ou du handicap psychique et peuvent être une ressource pour les professionnels.

- UNAFAM : association d'aidants de personnes malades et/ou handicapées psychiques.
- Groupes d'entraide mutuelle (GEM) : associations d'usagers, malades psychiques. Elles ont pour particularité d'être administrées et gérées par les adhérents.

Action sociale

- Centres Moselle Solidarité (CMS du Département de la Moselle) : regroupent le service d'action sociale et le service de protection maternelle et infantile.
- Centre communal d'action sociale de Metz (CCAS) : établissement public chargé de mettre en œuvre la politique d'action sociale de la ville. Il met à disposition le guide de l'urgence sociale (disponible sur : <https://metz.fr>).
- Maison départementale des personnes handicapées (MDPH) de la Moselle : lieu unique d'accueil, d'information, de conseil et d'accompagnement.
- Point accueil écoute jeunes du CMSEA (PAEJ) : lieu d'accompagnement et de remobilisation sociale destiné aux jeunes de 18 à 25 ans, marginalisés ou en voie de marginalisation.

Emploi/formation

- Mission locale du Pays messin : accompagne l'insertion professionnelle et sociale des jeunes de 16 à 26 ans.
- Cap emploi de Moselle : organisme de placement spécialisé au service des personnes handicapées et des employeurs.

DROITS ET PROTECTION DES PERSONNES

Accès à la santé

- Centre d'examen de santé de l'Assurance maladie.
- Permanence d'accès aux soins de santé (PASS de l'hôpital de Mercy).
- Programme mobile d'accès aux droits, à la prévention et aux soins (Médecin du Monde).
- Centres Moselle Solidarité (CMS du Département de la Moselle).

Ouverture des droits

- Centre communal d'action sociale de Metz (CCAS).
- Maison départementale des personnes handicapées (MDPH).
- Services du Département de la Moselle.

Accès aux droits

- Points d'accès aux droits (PAD) : www.cdad-moselle.justice.fr
- Délégation départementale aux droits des Femmes et à l'égalité.

Victimes de violences

- Bébé en danger (Département de la Moselle) **0 800 003 456**
- Centre départemental d'information sur les droits des femmes et des familles (CIDFF de la Moselle).
- Informelles (AIEM) : dispositif d'aide aux femmes victimes de violences.

Pourquoi cette carte des ressources ?

Cet outil s'adresse aux professionnels, élus et bénévoles d'association. Il est destiné à faciliter le repérage des structures et services en santé mentale présents sur le territoire messin. Une information détaillée est disponible dans le guide santé mentale du territoire messin téléchargeable sur le site internet du CLSM.

Scolarité/Études

- Adaptation et scolarisation des élèves en situation de handicap (ASH) : dispositif de l'Éducation nationale qui favorise l'inclusion scolaire des enfants en situation de handicap.
- Le Centre régional des œuvres universitaires et scolaires (CROUS) accompagne les étudiants dans leurs projets et leur apporte un soutien pour améliorer leurs conditions de vie et de travail.

Prévention spécialisée

La prévention spécialisée est une forme d'action éducative en direction des jeunes en rupture ou en souffrance.

- Apsis Émergence. Action de prévention spécialisée en direction des jeunes et des familles en difficulté ou en rupture avec leur milieu.
- Équipe de prévention spécialisée du CMSEA. Action éducative visant à rompre l'isolement et restaurer le lien social pour les jeunes en risque de marginalisation.

Logement/Habitat

- Le 115 est la ligne téléphonique d'accueil et d'aide aux personnes sans-abri et en grande difficulté. Elle est joignable gratuitement, 24h/24, 7j/7.
- Direction départementale de la cohésion sociale (DDCS) : service de la Préfecture chargé de mettre en œuvre les politiques de l'État en faveur de l'accompagnement des personnes défavorisées vers l'hébergement et le logement, et pilote des actions de prévention des expulsions locatives en lien avec les autres acteurs publics.

Champs associatifs

- Réseau de solidarité des associations messines (RESAM). Il met à disposition son annuaire des associations messines : www.reseau-solidarite-metz.org

Principaux dispositifs des droits à la santé

Protection de la santé

- Protection universelle maladie (PUMA).
- Couverture universelle complémentaire (CMU-C).
- Aide au paiement d'une complémentaire santé (ACS).
- Aide médicale d'État (AME).

Mesures de protection

- Accompagnement judiciaire.
- Mandat de protection future.
- Sauvegarde de justice.
- Curatelle.
- Tutelle.

Droits des personnes

- 2 régimes d'hospitalisation en cas de troubles mentaux :
 - > Hospitalisation libre.
 - > Hospitalisation sous contrainte.
- 3 modalités d'admission en soins psychiatriques non consentis :
 - > Soins psychiatriques à la demande d'un tiers (SPDT) et/ou en cas d'urgence (SDTU).
 - > Soins psychiatriques sans tiers en cas de péril imminent (SPI).
 - > Soins psychiatriques à la demande d'un représentant de l'État (SPDRE).



Guide santé mentale disponible sur
www.sante-mentale-territoire-messin.fr