

 <p>RÉPUBLIQUE FRANÇAISE Liberté Égalité Fraternité</p> <p>ars Agence Régionale de Santé Île-de-France</p>	<p align="center">RECOMMANDATIONS REGIONALES</p> <p align="center">COVID 19</p>	<p>Création : Date : 26/03/2020</p>
		<p>Validation technique par la direction métier (DSP) Date : 12/11/2020</p>
		<p>Approbation Cellule doctrines : Date : 14/11/2020</p>
		<p>Validation CRAPS Date : 16/11/2020</p>
<p>COVID-19</p> <p>034</p>	<p align="center">Actions en faveur de la santé mentale</p> <p align="center"><i>Phase de rebond</i></p>	<p>Version : 3</p>
		<p>Type de diffusion : Partenaires externes Site Internet ARS</p>
<p>Toutes les doctrines régionales sont consultables sur : https://www.iledefrance.ars.sante.fr/coronavirus-covid-19-information-aux-professionnels-de-sante</p>		

Préambule :

Dans le contexte de la crise sanitaire générée par l'épidémie à Sars-Cov-2 (COVID-19), un volet d'actions santé mentale et psychiatrie a été mis en place. Il s'agit, d'une part, d'adapter l'offre aux conditions particulières liées notamment au dispositif de distanciation sociale et aux mesures barrière nécessaires pour freiner l'épidémie et, d'autre part, de développer des réponses aux besoins apparus en matière de prévention et de prise en charge médico-psychologique.

Ce volet d'actions se déroule essentiellement autour de quatre axes d'intervention en santé mentale :

1. Prévention téléphonique et en ligne
2. Réponses à des populations spécifiques
3. Adaptation de l'offre
4. Mobilisation des Conseils Locaux de Santé Mentale (CLSM) et Contrat Locaux de Santé (CLS)

Ces actions seront sujettes à modifications dans le temps, en fonction de l'évolution des connaissances sur le COVID-19, de la stratégie nationale et des orientations régionales.

1. Objet du document

Le document s'adresse aux structures, établissements et professionnels de santé et de la prévention intervenant en santé mentale et psychiatrie sur la région. Il vise à apporter des informations sur l'ensemble du dispositif en santé mentale déployé au niveau régional.

2. Prévention téléphonique et en ligne

L'objectif visé est de prévenir l'apparition de troubles psychologiques, voire l'apparition d'une décompensation d'une pathologie mentale préexistante en lien avec l'épidémie et le dispositif de confinement, en proposant des actions de prévention facilement accessibles et adaptées aux besoins identifiés.

Les avantages de cette modalité d'intervention consistent, d'une part, à une large couverture grâce à la facilité d'accès pour le public et, d'autre part, au fait que la transmission rapide du virus entre les personnes entrave les interventions psychologiques traditionnelles individuelles et collectives. En revanche, la prestation de services de santé mentale téléphonique et en ligne est sûre.

Deux types d'intervention sont développés :

- a) la promotion et/ou la mise en place de réponses téléphoniques personnalisées par des professionnels de santé mentale ;
- b) la promotion de messages d'éducation et de prévention en santé mentale.

a) La promotion et/ou la mise en place de réponses téléphoniques personnalisées par des professionnels de santé mentale

Il s'agit d'une offre **d'information et d'écoute téléphonique** par des professionnels expérimentés auprès de groupes de population spécifiques. Une possibilité d'orientation vers des soins est prévue par chaque dispositif. Six grands types de dispositif existent selon le public auquel ils s'adressent : la population générale dans laquelle des souffrances sont perçues ; les familles endeuillées par l'épidémie COVID-19; les familles de résidents et les personnels des EHPAD ; les personnes handicapées et les proches aidants ; les personnes souffrant de troubles psychiques et leur entourage ; et, enfin, les professionnels de santé.

- **Population générale** :

- Un dispositif national grand public a été instauré 24h/24 et 7j/7 via le **numéro vert 0 800 130 000**. Ce numéro initialement dédié à une ligne d'information sur le Coronavirus assure également un soutien psychologique en lien avec la Croix Rouge, SOS Amitié et le réseau national de l'urgence médico-psychologique (CUMP). L'objectif de ce dispositif est d'assurer un soutien psychologique auprès des personnes qui en expriment un besoin ou, le cas échéant, présentent des manifestations de stress dans leur discours ou une détresse psychologique. Pour rappel, les cellules d'urgence médico-psychologique (CUMP) sont composées de professionnels spécialisés dans la prévention et la prise en charge (PEC) du psychotraumatisme.
- Le service d'écoute téléphonique de **S.O.S Amitié Île-de-France** est accessible, en tout anonymat, via le numéro **01 42 96 26 26**, 24h/24 et 7 jours/7, ou via le **chat en ligne**, de 13h à 03h, sur la page d'accueil www.sosamitieidf.asso.fr L'association SOS Amitié, à vocation généraliste, accueille dans son service d'écoute tous les publics quels qu'ils soient, y compris dans le contexte de la Covid.
- Le numéro gratuit **0 800 1900 00**, 7 jours sur 7 de 9h à 21h, a été créé pour tous, y compris pour les **personnes en situation d'exclusion sociale et en**

difficulté avec la technologie. Il donne accès au dispositif national SOS crise regroupant une plateforme téléphonique, une Equipe Mobile d'Urgence (EMU) et des Maddeleines (Dame de liens), et qui a pour vocation d'apaiser le stress et l'anxiété et de faciliter la transition vers des services extérieurs spécialisés. La plateforme téléphonique propose une écoute, accompagne la personne dans la formulation de ses besoins et peut proposer de l'orienter vers un relais extérieur ou réaliser un signalement pour l'EMU et/ou Maddeleines. L'EMU se déplace avec l'accord de l'utilisateur à domicile pour établir un bilan complet et obtenir les informations nécessaires à une meilleure orientation. Les Maddeleines ont pour mission d'appeler régulièrement les personnes isolées pour rompre leur solitude. Le dispositif est porté par Les Transmetteurs, association qui lutte, avec des médecins retraités contre toute forme d'exclusion, le Samu Social International et Salesforce.
https://medias.amf.asso.fr/upload/files/Dossier%20de%20Presse_SOSCRISE.pdf

- Un numéro vert, **0 805 65 5050** a été mis en place en avril dernier pour apporter une première écoute et un soutien psychologique aux **chefs d'entreprise en détresse**. Ce numéro est accessible 7 jours sur 7 de 8 heures à 20 heures et s'appuie sur l'action de l'association APESA (Aide psychologique aux entrepreneurs en souffrance aiguë) <https://www.apesa-france.com/>
- Une plateforme d'évaluation des demandes et orientation, consultations présentielle ou en visioconférence réalisées par des psychologues et psychiatres a été créé pour **toute situation de traumatisme**, liée ou non à la Covid. Dispositif proposé par le Centre régional psychotraumatisme Paris Nord (AP-HP), **numéro 01.48.95.59.40**, lundi au vendredi de 10h00 à 17h00, psychotrauma.avicenne@aphp.fr, et le Centre régional psychotraumatisme Paris Centre et Sud (AP-HP), **numéro 01.42.34.78.78**, lundi au vendredi de 9h30 à 18h00, crp.htd@aphp.fr
- **Pour les personnes et familles endeuillées par l'épidémie COVID-19** : L'épidémie à Sars-Cov-2 (COVID-19), du fait de son ampleur, des restrictions dans l'accès à la personne malade et à la pratique des rituels funéraires, peut complexifier le deuil. Le risque est de développer des complications du deuil chez les enfants, les adolescents et les adultes. Le centre régional psychotraumatisme Paris Nord (CRPPN) a mis en place, au niveau régional, un dispositif de soutien psychologique aux familles endeuillées et d'appui aux professionnels (sociaux et sanitaires) en difficulté avec une situation de deuil via le **numéro 01 48 95 59 40** du lundi au vendredi de 10 h à 17 h (en dehors de ces horaires, un message peut être déposé sur la boîte vocale pour être rappelé) et sur une adresse courriel : psychotrauma.avicenne@aphp.fr.
- **Pour les EHPAD (personnels et familles de résidents)** : Soutien médico psychologique via le **numéro 01 44 49 24 79**, 7j/7 de 10h00 à 18h00, avec des entretiens téléphoniques par les professionnels de la CUMP de Paris. Possibilité de déplacement dans les EHPAD pour assurer les prises en charges sur site en lien avec les acteurs départementaux et les dispositifs en place. Possibilité d'intervention en cas d'urgence via le 15. Dispositif coordonné par la CUMP de Paris (AP-HP) en lien avec le réseau des CUMP franciliennes. Adresse mail cump75.covid19.nck@aphp.fr
- **Pour les personnes handicapées et les proches aidants** : Le **0 800 360 360** est un numéro d'appui dans le cadre de la crise actif de lundi à vendredi. Ce dispositif permet d'entrer directement en relation avec des acteurs impliqués dans l'accompagnement

des personnes handicapées qui se coordonnent pour apporter des solutions adaptées. Ils sont réunis en « communautés 360 ». Ces équipes se déploient sur tout le territoire pour proposer un service de proximité, afin de gagner en efficacité, trouver des solutions plus adaptées aux besoins, accéder aux soins plus facilement. Les acteurs de ces « communautés 360 » peuvent être la Maison départementale des personnes handicapées (MDPH), les établissements et services médico-sociaux, l'hôpital, les médecins spécialisés, les professionnels de santé de ville, les associations de personnes, l'école, les entreprises, la mairie, les services publics, les citoyens.
<https://handicap.gouv.fr/les-aides-et-les-prestations/numeros-de-telephone-utiles/360>

- **Pour toute personne souffrant de troubles psychiques et leur entourage:** La plupart des personnes touchées par des troubles mentaux vivent la situation de manière adéquate et certains pourront même améliorer leur fonctionnement et adopter un comportement altruiste face aux besoins des autres. Cependant, en raison de l'impact de l'épidémie sur eux, leurs familles et leurs communautés, des personnes peuvent ressentir une détresse émotionnelle accrue et présenter une récurrence ou une aggravation du trouble de santé mentale préexistant.
 - **Plateforme téléphonique « Psy Ile de France » :** Dispositif du GHU Paris psychiatrie neurosciences et l'AP-HP proposant information, conseil et soutien aux personnes et familles touchées par des troubles psychiques en vue de faciliter leur accès aux soins. Conseils aux professionnels non spécialisés. Entretiens téléphoniques réalisés par des infirmiers, psychologues et psychiatres. **Numéro vert 01 4800 4800 7j/7j** de 11h00 à 19h00.
 - **Pôle Psychanalytique de l'Association de Santé Mentale du 13ème arrondissement de Paris (ASM13) :** écoute et soutien téléphonique, et consultations en présence proposés pour toute personne, adultes, bébés, enfants et adolescents et leurs familles. **Numéros de téléphone: 01.53.62.25.27 pour les adultes ; 01.40.77.43.69 pour les bébés, les enfants et les adolescents, et leurs familles,** de lundi au vendredi, de 10h à 18h. Adresses mail: contact.cctp@asm13.org pour les adultes; nathalie.leroux@asm13.org pour les bébés, les enfants et les adolescents, et leurs familles.
 - **COVID-19 - L'Unafam à vos côtés :** l'Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques, Unafam, propose plusieurs dispositifs pour un accompagnement au quotidien des personnes confrontées à la maladie psychique d'un proche dont, notamment : a) un accueil téléphonique de proximité par ses délégations départementales ; b) le **service social Ile de France (tél. 01 53 06 11 43)** ; c) une écoute téléphonique par des psychologues sur la plateforme nationale « **Ecoute famille** » du lundi au vendredi, de 9h à 18h (17h le vendredi) sur le **numéro téléphonique 01.42.63.03.03**. Informations sur les différents dispositifs d'appui aux familles sur la page <https://www.unafam.org/besoin-daide/covid-19-lunafam-vos-cotes>
 - **Plateforme Les funambules :** Dispositif mis en place par l'Œuvre Falret pour les jeunes (7 à 25 ans) dont un membre de la famille souffre d'un trouble

psychiatrique. Accueil téléphonique réalisé par des psychologues, avec possibilité de fixer une téléconsultation ou un entretien en présentiel, **numéro 01 84 79 74 60**, lundi au vendredi de 11h00 à 17h00, (lundi, mercredi, jeudi jusque 19H00) lesfunambules@oeuvre-falret.asso.fr

- **Pour les professionnels de santé** : Aider les personnes dans le besoin peut être gratifiant, mais c'est également difficile dans des contextes de crise. Plusieurs articles identifient les professionnels de santé de première ligne comme l'un des groupes de population les plus susceptibles de développer des troubles de santé mentale. Plusieurs dispositifs fonctionnent actuellement auprès de ce public :
 - **Plateforme nationale SPS** : avec un volet Ile-de-France, cette plateforme est assurée par l'association Soutien aux professionnels de santé – SPS. Le dispositif consiste en une écoute téléphonique par des psychologues via le **numéro vert SPS 0 805 23 23 36** ou l'**application mobile Asso SPS 24h/24, 7j/7**. Si besoin, une réorientation est faite par ces psychologues vers des téléconsultations ou consultations de psychologues, médecins généralistes et psychiatres via le réseau national du risque psychosocial. Ce dispositif, qui s'adresse à tous les professionnels de la santé, les soignants libéraux et salariés, personnels des structures de santé (CPTS, clinique, maison de santé, hôpital, EPHAD ...), étudiants en santé et personnels des institutions et services médico-sociaux ainsi que l'hospitalisation à domicile (HAD). <https://www.asso-sps.fr/prise-en-charge/plateforme-telephonique>
 - **Help-line pour tous les acteurs de la santé franciliens** : Plateforme du Centre régional psychotraumatisme Paris Centre et Sud (AP-HP) proposant des entretiens téléphoniques, téléconsultations et consultations présentes réalisées par des psychologues et psychiatres. Possibilité de consultation en présenteielle et en urgence H24. **Numéro 01 42 34 78 78**, de lundi au vendredi de 9h30 à 18h00, crp.htd@aphp.fr
 - **Pôle Psychanalytique de l'Association de Santé Mentale du 13ème arrondissement de Paris (ASM13)** : écoute et soutien téléphonique, et consultations en présence proposés aux professionnels de santé, acteurs sociaux et partenaires de l'Education Nationale franciliens. **Numéro de téléphone 01 53 62 25 27**, de lundi au vendredi de 10h à 18h. Adresse mail : contact.cctp@asm13.org
 - **S.O.S Amitié Île-de-France** Le service d'écoute téléphonique est utilisé par les acteurs sociaux et sanitaires, notamment dans le contexte COVID-19. Ce service est proposé, avec anonymat, via le **numéro 01 42 96 26 26**, 24h/24 et 7 jours/7, ou via le **chat en ligne**, de 13h à 03h, sur la page d'accueil www.sosamitieidf.asso.fr L'écoute, assurée par des bénévoles formés, vise à desserrer l'angoisse de l'appelant, lui permettre de clarifier sa situation et retrouver sa propre initiative. Si besoin, le service oriente vers des services d'aide spécifiques d'organismes tels que les Cellules d'Urgence Médico-Psychologique (C.U.M.P).

b) La promotion de messages de prévention en santé mentale

Des messages d'éducation pour la santé et de prévention en santé mentale donnant des informations aux personnes sur comment prendre soin de sa santé mentale et de celle de leurs proches, en situation d'épidémie et dans le cadre du confinement sont d'une grande importance dans le dispositif global d'accompagnement des publics. La grande couverture facilitée par les réseaux sociaux est un avantage important de cette modalité d'intervention.

Une sélection de ressources utiles aux professionnels de première ligne est proposée sur les pages Internet de :

- 1- **Psycom** : le site décline les informations selon 5 rubriques: prendre soin de sa santé mentale ; aider les enfants à vivre l'épidémie et le confinement ; aider les patients, les soignants, les personnes en situation de handicap ou de précarité ; se méfier des rumeurs et fausses informations ; développer l'entraide et la solidarité. <http://www.psycom.org/Espace-Presses/Actualites-du-Psycom/Epidemie-confinement-et-deconfinement-ressources-utiles-pour-notre-sante-mentale>
- 2- **Promosanté Ile-de-France** : propose une sélection de ressources documentaires sur différentes thématiques en lien avec l'impact de la pandémie et du confinement. Ces sélections continuent d'être mises à jour au fur et à mesure de la parution de ressources documentaires pertinentes. <https://www.promosante-idf.fr/sinformer/ressources-documentaires/covid-19-toutes-nos-selections-thematiques>
- 3- **Tu n'es pas seul-e !** : Ce site est destiné à aider les étudiant-e-s à prendre soin de leur bien-être psychologique pendant le deuxième confinement lié à la crise sanitaire du COVID-19. Il propose un ensemble de conseils ainsi qu'un répertoire des services de soutien psychologique pour tou-te-s et par académie. Ce travail de recensement a été mené par l'association Nightline France en association avec la Conférence des Présidents d'Université, le CNOUS, le ministère de l'Enseignement supérieur et de la Recherche, l'ADDSU et le réseau RESSPET. <https://www.soutien-etudiant.info/>
- 4- **CovidÉcoute** : il s'agit d'un service proposé, le temps du confinement, à toute personne en proie à une détresse psychologique liée à l'épidémie de Covid-19. Portée par la Fondation FondaMental, CovidÉcoute se veut une plateforme d'accès à des téléconsultations d'écoute et de soutien psychologique ainsi qu'à des supports pour s'aider soi-même. <https://covidécoute.org/saidersoimeme/>
- 5- **COVID-19 : prendre soin de sa santé mentale pendant l'épidémie** : Page de Santé publique France proposant des conseils, contacts et sites de référence pour prendre soin de sa santé mentale pendant l'épidémie. <https://www.santepubliquefrance.fr/maladies-et-traumatismes/maladies-et-infections-respiratoires/infection-a-coronavirus/articles/covid-19-prendre-soin-de-sa-sante-mentale-pendant-l-epidemie>
- 6- **Pour les enfants**, des ressources sont disponibles :

- Sur le site <https://www.pedopsydebre.org/fiches-pratiques> créé par le service de pédopsychiatrie du CHU Robert Debré, avec le soutien de l'Agence régionale de santé Ile-de-France, sont accessibles des fiches pratiques pour les familles (grand public, TDH, TSA...)
- L'hôpital de jour Les Hirondelles de l'EPS de Ville Evrard a mis en place une stratégie multimodale pendant le confinement en utilisant des services à distance couplés avec des informations et des échanges avec les familles sur les réseaux sociaux (Facebook www.facebook.com/pedopsy93I05/ et Canal YouTube) pour les familles et jeunes enfants autistes.

3. Adaptation de l'offre

Trois autres doctrines régionales ont été mises en ligne par l'agence pour donner des consignes concernant l'adaptation de l'offre de prévention et de soins en santé mentale et psychiatrie au contexte de l'épidémie Codiv-19 :

- a) Une doctrine concernant la mise en œuvre des actions de prévention en santé mentale :** Le document s'adresse aux structures, établissements et professionnels intervenant en prévention en santé mentale auprès de différents types de population. Il vise à leur apporter des éléments de l'état des connaissances actuel qui peuvent guider les interventions dans le contexte spécifique de l'épidémie. https://www.iledefrance.ars.sante.fr/system/files/2020-04/014_ARSIIdF-CRAPS_2020-03-21-Doctrine_Prevention_sante-mentale.pdf
- b) Une doctrine concernant la prise en charge des patients dans les établissements spécialisés en santé mentale :** Le document s'applique aux établissements et professionnels prenant en charge des patients suivis en psychiatrie, en hospitalisation complète, partielle ou en prise en charge ambulatoire. Il a été conçu pour répondre aux interrogations des établissements mono activité de psychiatrie ou avec une activité majoritairement de psychiatrie. Toutefois, les spécificités liées aux patients, aux personnels, et non à la structure même des établissements, s'appliquent à tous les établissements autorisés en psychiatrie. Ces recommandations visent à homogénéiser la prise en charge régionale et répondre aux questions soulevées par les établissements pour l'application de certaines recommandations compte-tenu des spécificités de ces structures et des patients souffrant de troubles psychiques. La dernière actualisation date du 19/10/20 et est publiée sur <https://www.iledefrance.ars.sante.fr/system/files/2020-10/Reprise-epidemie-Doctrine-Psychiatrie-15.pdf>
- c) Une doctrine concernant la prise en charge des personnes sans domicile fixe touchées par une maladie psychiatrique et COVID+ :** une doctrine régionale apportant des éléments sur la conduite à tenir auprès de ce type de population a été mise en ligne depuis le 23/03/20. <https://www.iledefrance.ars.sante.fr/system/files/2020-03/Covid19-Doctrine-Personnes-SDF-avec-maladie-psychiatrique-30-recommandations-ARSIDF.pdf>

4. Mobilisation des Conseils locaux de santé mentale - CLSM et des Contrats locaux de santé - CLS

Des informations, la doctrine prévention en santé mentale et une sélection de ressources sont partagés avec les CLSM et CLS pour soutenir leur mobilisation au niveau local par la biais d'un espace collaboratif Osmose. Plusieurs CLSM ont créé des annuaires de ressources socio-sanitaires dans le contexte de l'épidémie dans leur zone de couverture. Des actions de prévention et d'accès aux soins en santé mentale ont aussi été mises en place par des CLSM en mobilisant leurs réseaux de partenaires. L'annuaire des coordonnateurs CLSM est accessible sur la page <https://www.iledefrance.ars.sante.fr/system/files/2020-10/CLSM-IDF-annuaire-coordonnateurs.pdf>