

N°1 – 30 Mars 2020

psychiatrie adulte

psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent

La pandémie de COVID-19 qui touche actuellement la France et l'Europe, ainsi que le confinement strict mis en place pour la limiter ne sont pas sans conséquences sur la santé mentale des personnes et l'organisation des services de soins en psychiatrie.

Cette lettre a pour objectif de transmettre une information actualisée sur le fonctionnement des services de psychiatrie dans le département du Haut-Rhin ainsi que des outils pour accompagner les personnes qui en aurait besoin dans cette période difficile.



### OUVERTURE ET FONCTIONNEMENT DES SERVICES DE PSYCHIATRIE « ENFANTS ET ADOLESCENTS »

#### • Secteur 01 : Hôpitaux Civils de Colmar

Limitation des consultations, pas d'enfants pris en charge en HDJ/CATTP etc. actuellement. Suivi des familles déjà accompagnées par le biais d'entretiens téléphoniques réguliers.

Des consultations peuvent toutefois être organisées au cas par cas, selon la situation, selon l'urgence. Contacter le secrétariat de psychiatrie Infanto juvénile : 03.89.12.59.64

Les familles et professionnels peuvent contacter ce secrétariat pour avoir des indications de prise en charge selon la situation.

#### • Secteurs 02 et 03 : Centre Hospitalier de Rouffach et GHRMSA

Les activités des CMPP/CATTP/HDJ sont arrêtées. Un suivi téléphonique des enfants déjà accompagnés par les services de pédopsychiatrie est organisé. En cas de besoin, les familles et les enfants peuvent être reçus en rendez-vous « physique ». Les procédures de reconduction d'ordonnance ont été facilitées pour limiter les déplacements.

Les enfants jusqu'alors « inconnus » du service présentant des problématiques de santé mentale majeures et nouvelles peuvent être reçus selon le besoin. Contactez le secrétariat de pédopsychiatrie au 03.89.78.70.10 (secteur I02) ou 03.89.64.74.83 (Secteur I03).

Les consultations pour les adolescents sont majoritairement organisées par téléphone.

Il faut noter que le dispositif d'urgence fonctionne « normalement ».

- Maison des adolescents : propose quant à elle une permanence qui peut être contactée à cette adresse: [PERMANENCE.COVID19@MDA68.FR](mailto:PERMANENCE.COVID19@MDA68.FR)



### Besoin de parler ?

*Pour tous, notamment les personnes isolées :*

- Conciergerie de la Croix Rouge (Psychologues, écoutants, service de livraison etc.) : **09 70 28 30 00** (7j/7 de 8h à 20h).

*Pour les parents :*

- SOS parentalité : **09 74 76 39 63** du lundi au samedi - 8h 12h et 14h- 17h mercredi et vendredi : 20h - 22h

*Pour les soignants :*

- Association SPS : **08 05 23 23 26** 7j/7 et 24h/24. Egalement une application.

*Pour les séniors :*

- Association Les Petits Frères des Pauvres: **0 800 47 47 88** (de 15h à 20h)

## **OUVERTURE ET FONCTIONNEMENT DES SERVICES DE PSYCHIATRIE « ADULTE »**

Le degré d'urgence n'est pas toujours facile à évaluer.  
N'hésitez pas à pas à contacter les interlocuteurs concernés pour en échanger !

### • Secteur 1 : Dépend des Hôpitaux Civils de Colmar.

- CMP fermés. Pas de consultations en présentiel au delà des situations d'urgence.
- Un accueil téléphonique des personnes qui auraient besoin d'être prises en charge en psychiatrie est organisé au secrétariat du pôle de psychiatrie. Selon le besoin de la personne, une consultation peut être organisée avec un psychologue ou un psychiatre notamment sous forme de consultation téléphonique. Le personnel infirmier reste mobilisé pour le suivi à domicile des personnes connues du service, pour le suivi du traitement et la prévention des décompensations des personnes repérées comme très fragiles. L'UMES du territoire est joignable.
- Le numéro de téléphone du secrétariat est 03.89.12.51.01 et 03.89.12.51.02.
- Des consultations de télémédecine sont assurées avec les établissements partenaires (EHPAD etc.).
- Les activités des CATTP et HDJ sont arrêtées.
- Une cellule d'écoute pour les soignants des HCC a été mise en place.

### • Secteurs 2/3/4/5/8/9 : Dépendent de l'hôpital de Rouffach

- Les CMP fonctionnent. Ils proposent en priorité un accueil téléphonique aux personnes qui avaient rendez-vous ou qui n'étaient pas déjà suivies mais qui sollicitent un rendez-vous. L'accueil physique est également possible selon la situation. Les visites à domicile sont assurées autant que possible et sont remplacées, en cas de suspicion de Covid par un entretien téléphonique. Les CMP sont joignables par téléphone à leur numéro habituel. Les personnes doivent être invitées à contacter le CMP de leur secteur de résidence.
- Le CESAME de Mulhouse (CMP « sans rendez-vous », intersectoriel et répondant aux besoins de prise en charge rapide) fonctionne également pour les patients du secteur 7/8. Des entretiens téléphoniques infirmiers peuvent y être proposés 24/24. Numéro : 03.89.64.77.00. Ne pas hésiter à y faire appel par téléphone pour les personnes qui ne seraient pas déjà suivies au sein d'un CMP.
- Tous les dispositifs concourant à la permanence des soins sont maintenus.
- Les activités des CATTP et HDJ sont arrêtées.
- Les Point Ecoute Drouot et Bourzwiller ainsi que les LEO de Wittelsheim et Wittenheim ne fonctionnent pas actuellement. Le LEO de Masevaux propose une permanence téléphonique (CPJ de Thann).
- Les UMES fonctionnent et ajustent leurs interventions selon le degré d'urgence.
- Les Equipes Mobiles Psychiatrie Précarité sont joignables et peuvent intervenir selon la situation, principalement par téléphone.

### • Secteurs 6/7 : Dépendent du GHRMSA

Pas de consultation en présentiel, les consultations non urgentes sont reportées. Des consultations téléphoniques sont assurées, selon les besoins. Les situations d'urgence sont prises en charge. Deux options de prise en charge :

- contacter le secrétariat du pôle de psychiatrie du GHRMSA : 03.89.64.72.44. Il pourra orienter selon le besoin vers une consultation téléphonique avec un psychiatre ou un psychologue.
- contacter le CESAME compétent également pour le secteur 6/7: 03.89.64.77.00 (accueil téléphonique 24/24). Il y a une écoute infirmière et possibilité de rendez-vous rapides si nécessaire.

Les activités des CATTP et HDJ sont arrêtées. Les patients qui y sont habituellement suivis sont rappelés pour maintenir un contact et éviter les décompensations.

Une cellule de prise en charge et d'accompagnement des soignants du GHRMSA a été mise en place.

### • Secteur 10 : Dépend du centre médical du Roggenberg

Les consultations non urgentes ne sont pas assurées en CMP (confinement strict du Roggenberg). Les consultations urgentes sont organisées par téléphone ou en VAD. Des VAD sont organisées pour assurer la permanence des soins tout comme un contact téléphonique avec les personnes habituellement suivies. Secrétariat : 03.89.07.51.00

## DES OUTILS ET BONNES IDEES POUR MIEUX ACCOMPAGNER LES PUBLICS FACE AU STRESS ET À L'ISOLEMENT

- Le PSYCOM propose une série d'articles, d'outils et de ressources traitant de la santé mentale pendant l'épidémie et le confinement : <http://www.psycom.org/Espace-Presses/Actualites-du-Psycom/Epidemie-et-confinement-ressources-utiles-pour-notre-sante-mentale>
- Le Centre Collaborateur de l'OMS pour la Santé Mentale publie ici les « messages de l'OMS liés à la santé mentale et au soutien psychosocial » <http://www.comssantementalelillefrance.org/>
- Il propose également une infographie sur la gestion du stress pendant l'épidémie ainsi que des informations sur les gestes barrière en plusieurs langues : <http://clsm-ccoms.org/2020/03/20/5751/>
- La coordination nationale des CLSM rassemble et partage les initiatives mises en place dans les CLSM de France, afin de diffuser les bonnes idées et les bonnes pratiques. Vous les trouverez ici : <http://clsm-ccoms.org/covid-19-et-sante-mentale/>

Quelques exemples :

- mise en place d'une cellule d'écoute et de soutien psychologique à Suresnes
- tableau répertoriant les initiatives solidaires à Bethunes
- mise en avant de liens vers des conseils bien-être et activité physique à domicile ... etc...
- Le Réseau des Entendeurs de Voix propose des conseils et un rendez-vous internet tous les soirs à 18h (cf. lien Zoom) : <http://revfrance.org/conseils-du-groupe-rev-pendant-le-confinement-lien-zoom-pour-se-retrouver-tous-les-soirs-a-18h/>
- Le Centre Ressources Handicap Psychique est toujours à votre disposition pour répondre à vos questions concernant la prise en charge de la santé mentale et propose des liens et conseils pratiques pour mieux vivre le confinement : [www.crehpsy-grandest.fr](http://www.crehpsy-grandest.fr) et 03.89.51.39.08

### Gérer le stress durant COVID-19



**C'est normal** de se sentir triste, stressé, désorienté, en colère ou effrayé lors d'une crise.

Parler à quelqu'un en qui vous avez confiance peut vous aider. Contactez vos amis et votre famille.



**Vérifiez ce dont vous entendez parler sur le Coronavirus.**

Tenez-vous informés et à jour ; utilisez des sources de confiance comme les autorités sanitaires, l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS), ou la Croix-Rouge.



**Pas d'inquiétude ni d'agitation inutiles !**

Réduisez le temps que vous et votre famille passez à lire ou à regarder des informations que vous trouvez pénibles.



**Utilisez les techniques qui ont déjà marché pour vous lors d'événements passés.**

Utilisez ces compétences pour vous aider à gérer vos émotions durant cette épidémie.



**Si vous devez rester à la maison, maintenez un mode de vie sain.**

Des repas équilibrés, un bon sommeil, de l'exercice et un contact social avec votre famille et vos amis à la maison et à distance.



**Gérez sainement toutes vos émotions.**

Si vous vous sentez submergé, parlez-en à un professionnel de santé. Il vous orientera vers un soutien psychologique ou médical en fonction de vos besoins.

Source: OMS

*Si vous avez des informations à diffuser,*

*Si vous avez des idées que vous souhaiteriez développer dans votre territoire/structure pour mieux accompagner la santé mentale,*

*Si vous avez des questions...*

**CONTACTEZ NOUS :**

Emilie JUNG  
Coordnatrice du PTSM  
[e.jung@ch-rouffach.fr](mailto:e.jung@ch-rouffach.fr)  
06.07.34.05.24

Alice TRON de BOUCHONY  
Chargée de mission pour les CLSM du  
Haut-Rhin  
[a.trondebouchony@ch-rouffach.fr](mailto:a.trondebouchony@ch-rouffach.fr)  
06.37.90.78.21