

Mon soutien psy, en bref

A QUI S'ADRESSER ?

Dans le dispositif Mon soutien psy, vous pouvez être orienté par un médecin* ou prendre directement rendez-vous avec un psychologue partenaire.

*Ou une sage-femme, un médecin scolaire de PMI (protection maternelle et infantile), des services de santé des universités ou encore un médecin hospitalier.

En cas d'urgence ou de pensées suicidaires, contactez sans délai le

3114

QUEL EST LE RÔLE DU PSYCHOLOGUE ?

Le psychologue partenaire est là pour vous aider.

L'accompagnement psychologique comprend une dimension d'écoute, d'empathie et de compréhension. Pour les troubles légers à modérés, il est une alternative efficace à un traitement médicamenteux.

Avec votre accord, le médecin et le psychologue échangent régulièrement pour adapter votre parcours à vos besoins.

Toute personne peut bénéficier, en fonction de ses besoins, de séances remboursées chez un psychologue partenaire :
un dispositif pour toute la population à partir de 3 ans,

un entretien d'évaluation et jusqu'à 11 séances d'accompagnement psychologique remboursées par année civile.



Retrouvez toutes les informations sur le dispositif Mon soutien psy sur :
monsoutienpsy.sante.gouv.fr

En cas de question, vous pouvez contacter votre Caisse Primaire d'Assurance Maladie (CPAM) :



MON SOUTIEN PSY En parler, c'est déjà se soigner

Mon Soutien Psy (dès 3 ans)
Bénéficiez de séances remboursées chez un psychologue conventionné avec l'Assurance Maladie



monsoutienpsy.sante.gouv.fr

Comment ça marche ?

Angoissé ? Anxieux ? Déprimé ? Stressé ?
Du mal à dormir ? Inquiétude des proches ?
Consommation de tabac, alcool ou cannabis ?
Trouble du comportement alimentaire ?

1- VOUS CONSULTEZ VOTRE MÉDECIN OU PRENEZ RENDEZ-VOUS AVEC UN PSYCHOLOGUE PARTENAIRE

Vous consultez votre médecin :

En l'absence de signes d'urgence ou de gravité, il vous propose le dispositif **Mon Soutien Psy**.

Vous prenez rendez-vous avec un psychologue partenaire :

En consultant l'annuaire dédié pour prendre rendez-vous, les **coordonnées des psychologues partenaires** sont disponibles sur le site monsoutienpsy.sante.gouv.fr

Pour les mineurs, le consentement des titulaires de l'autorité parentale (parents ou tuteurs) est nécessaire.

2- VOUS BÉNÉFICIEZ D'UN ACCOMPAGNEMENT PSYCHOLOGIQUE

Dans le cadre de ce dispositif, l'accompagnement psychologique comprend :

- une première séance qui est un entretien d'évaluation (obligatoirement en présentiel);
- puis jusqu'à 11 séances de suivi psychologique maximum.

L'entretien d'évaluation permet au psychologue d'évaluer la prise en charge nécessaire et les modalités d'accompagnement adaptées (nombre de séances prévisionnels dans la limite d'un entretien et de 11 séances de suivi). Ces séances sont renouvelables par année civile et par patient.

Combien ça coûte ?



VOUS RÉGLEZ DIRECTEMENT LE PSYCHOLOGUE :

- > 50 € pour la 1^{re} séance,
- > 50 € pour les suivantes.

Aucun dépassement d'honoraire n'est possible. Il vous remet une feuille de soins.



POUR VOUS FAIRE REMBOURSER, VOUS ENVOYEZ À VOTRE ORGANISME D'ASSURANCE MALADIE (CPAM, ETC.) :

- > La feuille de soins complétée par le psychologue.



VOUS ÊTES REMBOURSÉ :

- > par votre organisme d'Assurance maladie (60 %),
- > et par votre complémentaire ou votre mutuelle (40 %).

DANS QUELLES SITUATIONS VOUS N'AVANCEZ PAS LES FRAIS ?

- > Bénéficiaire de la complémentaire santé solidaire.
- > Bénéficiaire de l'aide médicale d'État.
- > Soins en lien avec une affection de longue durée.
- > Soins en lien avec une maternité.
- > Soins en lien avec un accident du travail ou une maladie professionnelle.

Vous ne réglez donc rien au psychologue à la fin des séances. Pensez à apporter votre attestation de droits à jour lors de vos séances

ET APRÈS ?

Dans la grande majorité des cas de souffrance psychique légère à modérée,

11 séances d'accompagnement suffisent pour que votre situation s'améliore.

En cas de non-amélioration, votre médecin vous oriente vers la prise en charge la plus adaptée : centre médico-psychologique, psychiatre, etc.

Vous pouvez aussi décider de poursuivre avec votre psychologue dans un cadre non remboursé par l'Assurance maladie. Les tarifs appliqués peuvent alors être différents.

