

OBSERVATOIRE DES PARCOURS DE SOINS : RÉSULTATS DU SEPTIÈME VOLET SUR LA SANTÉ MENTALE**Bien dans ma tête : nouvelle offre de services en santé mentale pour répondre aux besoins et attentes d'accompagnement exprimés par les Français**

Santéclair réalise depuis juin 2019 un Observatoire des parcours de soins des Français en partenariat avec Harris Interactive. Les résultats de la septième thématique étudiée, « *les Français et la santé mentale* »^(a), indiquent d'abord qu'il s'agit d'une préoccupation particulièrement prégnante et généralisée dans la société puisque 9 Français sur 10 considèrent que les troubles psychiques concernent de plus en plus de personnes. Un constat que les conséquences de la crise sanitaire liée à la COVID-19 avaient déjà mis en exergue et considérablement renforcé. Un constat dont il s'agit maintenant d'expliquer les causes et de comprendre les moyens pour y répondre, notamment depuis notre position de plateforme santé engagée pour que chacun puisse bénéficier de conseils et de soins de santé de qualité, les plus efficaces, les plus appropriés à son état, les mieux adaptés à son contexte de vie, à un prix juste... comme l'affirme notre raison d'être.

8 Français sur 10 ont déjà été confrontés à des troubles psy mais 4/10 seulement ont déjà consulté

65% des Français indiquent souffrir aujourd'hui de trouble psychologique et 81% y avoir déjà été confronté qu'il s'agisse, par ordre de fréquence décroissant, de perturbations du sommeil, de sentiment d'être déprimé / sans énergie, de crises d'anxiété, de sentiment d'isolement, d'idées sombres / noires, de pensées suicidaires. La large diffusion de ces troubles amène **56% des Français à déclarer avoir déjà pris des médicaments pour y répondre et plus du quart (27%) en prendre actuellement**.

En revanche **ils ne sont que 39% à déclarer avoir déjà consulté** pour cela dont 12% consultant toujours actuellement.

Une sous-consultation révélatrice des difficultés de recours à ce type de soins encore marqués par les tabous et la méconnaissance, appelant à renforcer l'accompagnement et l'orientation des assurés

Parmi les différents facteurs faisant obstacle à un meilleur suivi des troubles psychologiques, on note d'abord la persistance d'une attitude de déni et de mise à distance vis-à-vis de **ce type de souffrances dont 66% des Français déclarent encore qu'elles leur font peur et 41% qu'il est difficile d'en parler**. C'est ainsi que, parmi les 39% de Français indiquant avoir déjà consulté pour un trouble psy, ils sont plus d'un sur deux à affirmer qu'il leur a été difficile de prendre la décision de consulter et qu'il a ensuite été difficile de trouver le bon professionnel de santé. On voit donc se dresser des **obstacles cognitifs et informatifs importants au moment de l'entrée dans le parcours de soins psy**.

Le rôle prépondérant du médecin généraliste pour la primo-consultation, qui reste parfois difficile à dépasser pour s'orienter vers un professionnel plus spécialisé dans le cadre d'un suivi prolongé

Face à la difficulté à identifier et reconnaître les troubles psychologiques puis à savoir vers quel professionnel s'orienter pour leur prise en charge, les Français ayant déjà consulté pour ce type de difficultés déclarent pour **46% d'entre eux s'être adressés d'abord à leur médecin généraliste et pour 26 % directement à un psychologue (13%) ou à un psychiatre (13%)**, les autres pouvant s'en être remis à tout type de professionnel de santé (praticien de médecines douces, centre médico-psychologique de secteur, médecine du travail, urgences, infirmier...).

Surtout, **le médecin généraliste reste dans un tiers des cas (32%) celui assurant le suivi dans la durée de la prise en charge psychologique** alors que les personnes qui choisissent ensuite de s'adresser à un spécialiste

a/ Enquête réalisée en ligne du 17 au 23 novembre 2021, par l'institut Harris Interactive pour Santéclair, auprès d'un échantillon de 2003 personnes représentatif de la population française âgée de 18 ans et plus selon la méthode des quotas.

déclarent s'orienter d'abord vers un psychiatre (28%) ou un psychologue (26%), plus rarement vers un psychothérapeute ou un psychanalyste (6% dans chaque cas). Et ce sont plutôt des critères pratiques qui ont prévalu au choix du praticien retenu pour assurer le suivi dans la durée de sa prise en charge psychologique : d'abord la facilité des démarches pour prendre rendez-vous (critère important dans 86% des cas) et la rapidité du délai pour l'obtenir (85%), l'accessibilité géographique (85%) ainsi que la praticité des horaires de consultation (80%).

Si les questions de tarifs (important pour 76% des personnes ayant déjà consulté) et d'évaluation qualitative de la pratique des professionnels (diplômes /formation importants pour 73% des personnes ayant déjà consulté, niveau d'expérience / ancienneté pour 76%) restent des considérations importantes, elles n'apparaissent pas en premier dans les critères de choix.

Le recours à la téléconsultation : encore minoritaire mais en nette en augmentation, dans les faits et encore davantage dans les intentions, en raison de la dimension pratique de ce mode de consultation

Parmi les Français ayant déjà consulté dans le passé pour des troubles psychologiques, 83% déclarent l'avoir fait au cabinet du professionnel de santé et 15% à distance par téléconsultation... mais **la progression de la téléconsultation est déjà sensible puisque ce sont maintenant 21% des Français qui l'utilisent parmi ceux qui consultent actuellement** contre 78% qui le font en cabinet. Et, dans le contexte où la praticité du recours aux soins semble primer pour le choix du professionnel, c'est tout naturellement que les Français plébiscitent de plus en plus clairement la consultation vidéo dans le cadre des soins psy : **ils sont 45% à considérer qu'ils seraient prêts à le faire parmi ceux ayant déjà consulté dans le passé et même 66% chez ceux qui consultent actuellement en cabinet.**

Les complémentaires santé : acteur reconnu comme légitime par les Français pour améliorer leur prise en charge en santé mentale

Si les Français n'ont pas aujourd'hui le réflexe de s'adresser à leur complémentaire santé pour s'informer sur les troubles et souffrances psychologiques, 4% seulement d'entre eux indiquant spontanément qu'ils se tourneraient vers elles à cette fin, ils sont en revanche une large majorité de **57% à leur reconnaître une réelle légitimité à intervenir en la matière en tant qu'acteur de confiance** pour agir positivement sur les enjeux prioritaires afin d'améliorer la prise en charge de la santé mentale en France.

« Bien dans ma tête » : un ensemble complet de services disponible dans l'espace MySantéclair pour accompagner les parcours de soins des assurés confrontés à tous types de troubles psy

C'est fort de ces enseignements que Santéclair annonce le lancement de sa **nouvelle offre de services « Bien dans ma tête »** constituée d'un ensemble de solutions pour **accompagner les assurés en cas de difficultés psychologiques des plus légères aux plus sévères :**

- **Analyser ses symptômes et évaluer** son état psychologique.
- **Se faire coacher** pour entretenir ou retrouver son bien-être.
- **Accéder à une consultation « psy » en vidéo** sans limite de nombre et sans frais (avec un psychologue, un psychothérapeute, un psychiatre ou un pédopsychiatre).
- **Trouver un « psy » reconnu** proche de chez soi.
- Découvrir les **meilleurs services hospitaliers en psychiatrie.**
- Localiser les **services d'urgences psychiatriques.**

**Bien
dans
ma tête**
by **SANTÉCLAIR**

SANTÉ MENTALE :

BIEN DANS MA TÊTE : NOUVELLE OFFRE DE SERVICES EN SANTÉ MENTALE POUR REpondre AUX BESOINS ET ATTENTES D'ACCOMPAGNEMENT EXPRIMES PAR LES FRANÇAIS

SOMMAIRE DU DOSSIER DE PRESSE

« L'Observatoire des parcours de soins des Français »	p. 4
Rapport d'enquête Harris Interactive « Les Français et la santé mentale » <i>Intégralité du rapport d'enquête Harris Interactive : sur demande au service de presse Santéclair</i>	p. 5 à 7
Les services Santéclair : présentation générale et focus sur « <i>Bien dans Ma Tête</i> »	p. 8 et 9

« L'OBSERVATOIRE DES PARCOURS DE SOINS DES FRANÇAIS »

Il existe aujourd'hui un consensus parmi les acteurs intervenant au sein de notre système de santé : **sa complexité confronte de plus en plus de Français à de réelles difficultés pour comprendre leur parcours de soins** et être en mesure d'y intervenir pour le faciliter, l'optimiser... en bref pour avoir accès facilement et rapidement aux soins dont ils ont besoin. Or, **une plus grande fluidité des parcours serait probablement une source de gains d'efficacité importante pour notre système de santé** dont on pourrait tous bénéficier tant d'un point de vue individuel que collectif.

Pour illustrer et documenter cette intuition de complexité pour nos concitoyens à appréhender leurs parcours de soins, nous souhaitons les interroger afin de dresser **un état des lieux de leurs perceptions, leurs comportements et leurs attentes vis-à-vis de différents épisodes de soins** parmi les plus fréquents dans la vie de chacun et qui, réunis, constituent leurs parcours de soins respectifs.

A cette fin, un dispositif d'étude reposant sur 6 vagues d'enquêtes quantitatives a été mis en place avec l'institut **Harris Interactive**. Ces enquêtes seront réalisées successivement au cours des années 2019 et 2020, chacune pointant un des domaines suivants et faisant l'objet d'une communication spécifique :

1. **L'hospitalisation**, premier volet de notre Observatoire paru en juin 2019.
2. La **médecine de ville**, deuxième volet de notre Observatoire paru en octobre 2019.
3. Les **médecines douces**, troisième volet de notre Observatoire paru en novembre 2019.
4. Les soins **d'audiologie**, quatrième volet de notre Observatoire paru en mars 2020.
5. Les soins **optiques**, cinquième volet de notre Observatoire paru en juillet 2020.
6. Les soins **dentaires**, sixième volet de notre Observatoire paru en octobre 2020.
7. La santé mentale, objet de ce septième volet.

Pour chaque vague, **un échantillon représentatif de la population française la plus concernée par la thématique** est interrogé. La taille minimale de l'échantillon construit est de 1000 personnes, et peut être augmentée en fonction des besoins spécifiques des différents volets d'enquête. La représentativité de l'échantillon est construite avec la méthode des quotas, sur la base des critères de sexe, d'âge, de catégorie socio-professionnelle et de région. Les enquêtes sont réalisées par questionnaire auto-administré par Internet auprès du panel propriétaire Harris Interactive.

Selon le thème abordé dans les différentes vagues d'enquête, **une liste de renseignements signalétiques** est ajoutée pour apporter des leviers permettant d'affiner l'analyse des résultats (données sociodémographiques comme le niveau de revenus ou de diplôme, la situation familiale, le type d'agglomération et la région d'habitation ; données d'attitudes et comportements comme le rapport à la santé ou le fait d'être ou non en ALD par exemple).

RAPPORT D'ETUDE HARRIS INTERACTIVE

« LES FRANÇAIS ET LA SANTÉ MENTALE » : PRINCIPAUX ENSEIGNEMENTS

Une santé mentale perçue sous le prisme de l'inquiétude...

Spontanément, la santé mentale est avant tout associée **au stress et à la dépression**. Les aspects plus positifs, comme l'équilibre et le bien-être, ne sont évoqués qu'en second plan. Ces évocations spontanées renvoient à deux constats importants pour comprendre le regard que portent les Français sur la question de la santé mentale : **66% reconnaissent que les souffrances psychologiques leur font peur**, et une part importante d'entre eux estiment qu'**il est aujourd'hui difficile d'en parler (41%)**.

... et marquée par le manque d'information

Cette vision négative de la santé mentale est sous-tendue par **un manque d'information** des Français sur le sujet : **59% d'entre eux se disent mal informés** sur les troubles et les souffrances psychiques.

Une méconnaissance qui touche l'univers de la santé mentale de manière générale, mais qui se manifeste très concrètement dès que l'on adresse le parcours de soins. Si **69% des Français indiquent qu'ils sauraient vers qui se tourner en cas de souffrances psychologiques**, l'étude montre qu'ils connaissent en réalité plutôt mal les spécificités des différents professionnels de santé qui adressent la question. **Seuls 51% des répondants disent bien connaître les spécialités et spécificités des psychologues et 46% celles des psychiatres**, les deux professions les mieux identifiées. Ils identifient beaucoup moins le rôle précis des psychothérapeutes (32%) ou des psychanalystes (31%). Le **médecin généraliste**, non spécialiste de ces questions, apparaît ainsi largement comme le **premier relais de l'information** sur les souffrances et soins psychologiques (56%).

Pour autant, les problèmes de santé mentale semblent répandus parmi la population française et sont perçus comme tels

Les troubles et souffrances psychiques sont perçus comme en constante augmentation dans la vie des Français : **pour 86% d'entre eux, ils concernent de plus en plus de personnes**. Et ils sont nombreux à reconnaître en avoir **eux-mêmes déjà ressenti (81% au total, dont 65% estiment en ressentir aujourd'hui)**. S'il s'agit le plus souvent de troubles du sommeil (53% en ressentent actuellement) ou de sentiment de déprime, de manque d'énergie (43%), les Français concernés par les crises d'anxiété (36%), ou les idées sombres (30%) sont nombreux. La situation sanitaire semble par ailleurs jouer un rôle non négligeable : **31% de ceux qui souffrent aujourd'hui de difficultés psychologiques indiquent qu'elles sont apparues pendant ou suite à la crise sanitaire**.

Malgré la démocratisation du sujet, peu de Français ont passé le cap de la consultation

Largement touchés eux-mêmes par les difficultés psychologiques, estimant qu'elles sont répandues également chez leurs proches (53%), et malgré le sentiment d'une normalisation de ces souffrances (68% indiquent considérer les maladies psychologiques comme des maladies comme les autres), les Français consultent peu pour leur santé mentale. **Seuls 39% déclarent avoir déjà consulté un professionnel de santé à ce sujet**.

En revanche, **la prise d'un traitement médicamenteux semble plus courante** : plus de la moitié des Français ont déjà pris des médicaments (56%) pour résoudre leurs difficultés psychiques/psychologiques, dont un quart indique suivre toujours aujourd'hui un traitement (27%).

Chez ceux qui éprouvent ces difficultés mais n'ont pas consulté, on retrouve ces freins liés à **la peur et/ou à la pudeur sur les questions psychologiques** : 29% des concernés indiquent **avoir du mal à**

accepter de se faire aider sur ce sujet, 24% reconnaissant également leur angoisse à l'idée d'aller chez le médecin de manière générale, deux raisons évoquées avant les questions financières (19%), habituellement prégnantes sur la question des soins. Des arguments qui mettent en lumière un dernier trait d'image problématique des souffrances psychologiques, qui sont, pour 81% des Français, **difficiles à diagnostiquer et peut-être avant tout par soi-même**.

Au-delà des peurs, un recours à la consultation plus que satisfaisant

Quand le cap de la consultation est franchi, les patients se montrent **satisfaits voire très satisfaits du professionnel de santé consulté** (85% déclarent que le professionnel s'est montré compétent, 36% très compétent). Un constat qui s'applique à tous les professionnels de santé consultés dans le cadre de sa prise en charge de soins, qu'il s'agisse du médecin traitant (83%), du psychologue (87%) ou du psychiatre (84%), seul le psychanalyste étant un peu moins apprécié par ceux qui l'ont consulté.

Si le professionnel de santé lui-même est apparu comme à l'écoute, disponible et capable de prodiguer des soins personnalisés, les modalités pratiques d'accès au professionnel paraissent tout aussi satisfaisantes. Les patients saluent ainsi à la fois la **disponibilité des horaires, la facilité pour prendre rendez-vous, les délais d'obtention de rendez-vous** (au-delà de 80% de satisfaction), **mais aussi les tarifs pratiqués** (78% satisfaits, sans distinctions majeures selon le professionnel consulté).

Dans le parcours de soin des difficultés psychologiques, les médecins généralistes demeurent incontournables

Si l'on reprend plus en détail le parcours de soins effectué dans le cadre des souffrances psychologiques, force est de constater que **le médecin est une clé d'entrée incontournable**. Il est le premier recours envisagé **en matière d'information sur les troubles psychologiques** (56% se tourneraient vers lui en priorité pour en parler) **mais aussi en matière de soins** : 81% s'adresseraient d'abord à leur généraliste pour obtenir un diagnostic sur leurs souffrances.

Un recours important au généraliste qui est confirmé par ceux qui ont effectivement consulté : **46% d'entre eux se sont d'abord adressés à leur médecin généraliste**, même s'il est devenu un peu moins important par la suite (32% indiquent avoir continué les soins avec lui, mais 28% se sont ensuite adressés à un psychiatre et 26% à un psychologue).

Déjà connu et identifié, le généraliste apparaît comme un **facteur de réassurance** qui soit suffit à assurer les soins, soit permet de faire le relais vers des professionnels plus spécialisés. Cette identification est cruciale dans la mesure où **identifier le bon interlocuteur ne va pas de soi**. Si 73% des concernés indiquent qu'il a été pour eux relativement facile d'évoquer leurs difficultés avec leur médecin traitant, ils sont nombreux (38%) à indiquer qu'il leur a été difficile d'identifier le bon professionnel pour assurer leur suivi dans le temps.

La téléconsultation est encore peu développée mais bénéficie d'a priori positifs

Parmi les éléments déterminants dans le choix du professionnel de santé qui procurera des soins psychologiques, **les critères d'accessibilité** (facilité pour prendre des rendez-vous, proximité géographique, délais d'obtention de rendez-vous, horaires de consultation, perçus comme importants par plus de 80% des consultants) **sont absolument prépondérants, allant jusqu'à dépasser en importance la recommandation** d'autres professionnels de santé (78%) ou la formation (73%) du professionnel. Dans ce contexte de digitalisation et de pandémie, ces indicateurs font largement une place à la possibilité de téléconsulter.

A date, **21% des personnes qui suivent un parcours de soins psychologiques actuellement l'ont déjà pratiquée, et 66% de ceux qui ne l'ont pas fait l'accueillent de manière positive** et indiquent qu'ils pourraient l'envisager (pour un total de 45% sur l'ensemble des personnes n'ayant jamais téléconsulté).

Favorisée par le fait de ne pas avoir à se déplacer (30%) et le gain de temps (27%) par ceux qui la pratiquent ou pourraient l'envisager, la téléconsultation connaît néanmoins certains freins qui ne sont pas spécifiques à la consultation de soins psychologiques. Chez ceux qui sont suivis actuellement et qui ne l'envisagent pas, on souligne essentiellement **le besoin de contact direct (55%)** avec le professionnel ainsi que le sentiment d'être **moins bien pris en charge à distance (46%)**, deux limites classiques avancées contre la téléconsultation de manière générale.

Prise en charge de la santé mentale : quels acteurs, quelles attentes ?

On a souligné à la fois la démocratisation du sujet de la santé mentale en France et dans le même temps, toutes les difficultés, d'acceptation sociale, personnelle, d'information et d'orientation qui peuvent être perçus et/ou expérimentés par les Français. Des difficultés qui sont sous-tendues par ce que les Français notent comme **une absence de prise en compte suffisante des difficultés psychologiques par les acteurs sociétaux**. Ils dénoncent particulièrement une mauvaise prise en compte de la part des entreprises (73%), des établissements scolaires (68%) et plus généralement des pouvoirs publics (68%). Seuls les organismes de mutuelle sont perçus un peu moins durement et semblent, aux yeux des Français, avoir saisi davantage l'importance des soins psychologiques (42% estiment qu'ils les prennent bien en charge).

Au cœur des enjeux à cet égard, **la question financière est largement mise en avant**. 59% des Français estiment que **les soins psychologiques sont mal pris en compte sur le plan financier**, et pour eux, les premières priorités pour améliorer le recours aux soins tiennent aussi de ce registre. **Réduire le reste à charge apparaît ainsi comme un premier objectif prioritaire (27%)**, une action qui permettra à la fois **un accès facilité au diagnostic (23%)** et participera de la nécessaire **dédramatisation des idées reçues concernant la santé mentale (21%)**. A ce titre, les Français sont largement **favorables au remboursement des consultations chez un psychologue** sur prescription médicale (91%, dont 36% considèrent qu'il s'agit d'une très bonne chose), une mesure applicable dès 2022.

Au final, plus qu'aux entreprises ou aux pouvoirs publics, **les Français font confiance aux professionnels de santé (84%), aux associations de patients (69%), à l'Assurance Maladie (64%)**, mais aussi, dans une moindre mesure, **aux mutuelles et complémentaires santé (57%)** pour faire bouger les lignes sur la prise en compte de la santé mentale en France.

LES SERVICES SANTECLAIR

PRÉSENTATION GÉNÉRALE ET FOCUS SUR LA SANTÉ MENTALE AVEC L'OFFRE « BIEN DANS MA TÊTE »

Pour aider leurs assurés à faire des choix éclairés pour leur santé et celle de leur famille, plus de 50 organismes complémentaires d'assurance maladie ont choisi de s'allier à **Santéclair** : ce sont ainsi plus de 10 millions d'assurés qui bénéficient de nos services.



En effet, depuis 2003, Santéclair innove pour garantir à chacun un juste accès aux soins. Aujourd'hui, dans un système de santé qui se complexifie avec une multitude d'acteurs et l'apport des nouvelles technologies qu'il s'agit de canaliser pour qu'elles servent au mieux les intérêts de nos bénéficiaires, c'est un véritable « repère santé » que nous mettons à leur disposition pour :

- les accompagner dans toutes les étapes de leurs parcours de soins,
- leur donner accès à des soins et des équipements de qualité au meilleur prix,
- leur apporter des outils pour pouvoir décider et faire les bons choix pour leur santé.

Optique, dentaire, audiologie, médecine de ville, hospitalisation, médecines douces, santé mentale... Santéclair propose des services adaptés à chacun de ces domaines qui passent par :

- La **géolocalisation des professionnels de la santé** et l'**identification de ceux dont nous sommes partenaires** pour lesquels nous pouvons avoir négocié des conditions préférentielles applicables à nos bénéficiaires (dentistes, opticiens, audioprothésistes, chiropracteurs / ostéopathes, diététiciennes, infirmières à domicile, coach sportifs).
- L'**analyse tarifaire** lorsqu'elle s'avère utile, c'est-à-dire pour les soins pouvant être à tarifs libres et donner lieu à des restes-à-charge plus ou moins importants (optique, dentaire, audiologie, chirurgie / hospitalisation).
- Une sélection d'outils et services pour faciliter l'accès de nos bénéficiaires à une **information pratique et qualitative** afin d'être en mesure, lorsqu'ils le souhaitent, d'intervenir sur les choix concernant leur santé et leur parcours de soins : aide à l'automédication, téléconsultation, deuxième avis médical, programmes de thérapie comportementale et cognitive sur le sommeil et la nutrition, classement hospitalier...

Pour accompagner le parcours des soins en santé mentale, l'offre « Bien dans ma Tête » regroupe un ensemble de services facilitant un recours proportionné aux soins en cas de troubles légers comme de troubles plus sévères :



- **J'ai besoin d'aide pour savoir comment agir : ANALYSER MES SYMPTOMES ET ÊTRE ORIENTÉ**
Un mal de dos, un manque de motivation, une fatigue inhabituelle ou des maux de tête peuvent parfois cacher un mal-être psychique insidieux : c'est pourquoi il est utile et pratique de pouvoir faire le point sur son état psychologique ou celui d'un proche, à tout moment, grâce à un outil reposant sur l'intelligence artificielle. Pensé par des médecins et des scientifiques dans le but d'être à la fois extrêmement fiable et très facile d'utilisation pour le

grand public, cet outil permet d'obtenir une évaluation rapide de ses symptômes avec :

- des informations sur les causes possibles ;
- une conduite à tenir : « je me soigne moi-même », « je consulte un praticien » ou « je me rends aux urgences » ;
- une orientation vers la ou les solutions Santéclair les plus adaptées au besoin santé : consultation en vidéo, coachings, géolocalisation de praticiens...

NB : ce service n'est pas un service d'urgence. En cas d'urgence, contactez le 15 ou le 112 (depuis l'étranger).

○ **Je souhaite prendre soin de moi : ME FAIRE COACHER SUR MON BIEN-ÊTRE**

Problèmes de sommeil, coup de mou, manque de motivation ou fatigue passagère ? Retrouver un bon équilibre physique, mental et émotionnel via un programme digital personnalisé pour aider à gérer stress, sommeil et alimentation au quotidien, basé sur les TCC (thérapies comportementales et cognitives).

○ **J'ai besoin de parler à un praticien** : prendre rendez-vous facilement avec un praticien depuis chez vous ou pour une consultation en cabinet.

➤ **CONSULTER UN PSY EN VIDÉO 24/7**

Consultation vidéo, où et quand on le souhaite, sans limite de nombre et sans frais¹ avec un un psychologue, un psychothérapeute, un psychiatre ou un pédopsychiatre :

- Prendre rendez-vous avec le praticien de son choix et avec la possibilité de sélectionner le créneau horaire souhaité.
- En cas de nouvelle consultation en vidéo, il est possible d'être suivi par le même praticien.

NB : ce service n'est pas un service d'urgence. En cas d'urgence, contactez le 15 ou le 112 (depuis l'étranger).

➤ **TROUVER UN PSY (consultation en cabinet)**

- Accéder à un référentiel de plus de 18 000 praticiens référencés selon des critères de formation et de pratique reconnus : psychologues cliniciens, psychothérapeutes, psychanalystes, psychopraticiens, psychiatres et pédopsychiatres.
- Prendre rdv et obtenir des informations pratiques pour faire son choix : motifs de consultations, méthodes thérapeutiques proposées... des infos pratiques sur les différents métiers de la psy pour mieux savoir vers lequel se tourner.

○ **Moi-même ou l'un de mes proches souffre de troubles sévères** : anticiper et savoir où se rendre en cas d'hospitalisation ou de crise.

➤ **DÉCOUVRIR LES MEILLEURS SERVICES HOSPITALIERS PSYCHIATRIQUES**

- Accéder au palmarès des meilleurs hôpitaux prenant en charge les principaux troubles psychiatriques : dépression, schizophrénie, troubles bipolaires
- Obtenir des informations sur les indicateurs retenus pour déterminer la note de l'établissement.

➤ **TROUVER UN SERVICE D'URGENCE PSYCHIATRIQUE**

- Accéder à un annuaire enrichi répertoriant les services et numéros d'urgence associés : centres d'accueil et de crise dédiés aux urgences psychiatriques, services d'urgences générales avec personnel de psychiatrie 24/7.
- Obtenir des informations et des conseils sur : le temps d'attente, les bonnes pratiques à adopter, les documents à apporter...

**Bien
dans
matête**
by **SANTÉCLAIR**

¹ hors l'éventuelle participation forfaitaire de 1 €, lorsqu'elle s'applique dans le cadre de consultations avec un médecin.

Découvrir l'offre « *Bien dans ma Tête* »

-> [Neuroplanète, 18 mars 2022](#) : Caroline TOUIZER, directrice du Lab Innovation Santé de Santéclair, a présenté l'intérêt de l'offre « *Bien dans Ma Tête* » dans le contexte d'une table ronde intitulée « Maladies psychiques : à quand la fin des tabous ? » dans le cadre de l'événement Neuroplanète du magazine Le Point, qui portait sur la thématique des extraordinaires pouvoirs du cerveau.



-> [Webinar dédié à la santé mentale, les 05 et 07 avril 2022](#) : afin de contribuer à ce que soient dépassés les tabous persistants autour de la prise en charge en santé mentale, et alors que l'actualité récente et immédiate porte de nombreux sujets de préoccupation renforçant les risques de développer inquiétudes ou angoisses propices au développement de troubles psy, Santéclair propose deux rendez-vous où seront exposés et débattus les points de vue de différents acteurs impliqués dans ce type de problématiques de santé pour mieux informer les Français sur les ressources qu'ils peuvent solliciter pour être accompagnés vers une prise en charge adaptée à leurs besoins.

- Un plateau à destination du grand public diffusé le 05 avril 2022 de 17h30 à 18h15 (puis disponible en replay sur [notre chaîne Youtube](#)).

- Un plateau à destination d'un public plus particulièrement intéressé par la problématique de la prise en charge en santé mentale dans le monde du travail, dans un contexte professionnel où les enjeux de « QVT » croisent de plus en plus souvent les problématiques de santé, diffusé le 07 avril 2022 de 11h30 à 12h15 (puis disponible en replay sur [notre chaîne Youtube](#)).

-> [Une page proposant une présentation synthétique de l'offre « *Bien dans ma tête* » sur le site de Santéclair](#) et permettant de savoir si on peut disposer des services de la plateforme MySantéclair via sa complémentaire santé.

MySantéclair : la plateforme qui centralise l'accès à l'ensemble des services proposés par Santéclair

- depuis son smartphone avec l'appli
- ou depuis son ordinateur



Le choix des services proposés par Santéclair repose sur une expertise reconnue pour négocier des conditions optimisées au service de l'intérêt partagé entre les assurés, leur complémentaire santé et nos professionnels de la santé partenaires :

- 20 années d'expérience
- Plus de 90 % des utilisateurs de nos services les recommandent
- Près de 7600 professionnels de la santé partenaires
- Près de 2 millions de prises en charge dans nos réseaux chaque année
- 400 000 devis analysés par an
- 400 salariés parmi lesquels une équipe polyvalente de professionnels de santé (opticiens, audioprothésistes, dentistes, pharmaciens)