

# SANTÉ DES SOIGNANTS



## 3 Fiches

Les Unions régionales des professionnels de santé libéraux de 10 professions - **URPS de Bretagne** - proposent ces fiches qui répertorient les acteurs, structures et outils pouvant m'accompagner en cas de difficultés.

### Fiche "Comment me protéger ?"

Page 2



### Fiche "Comment me soigner ?"

Page 3



### Fiche "Que faire en cas d'agression ?"

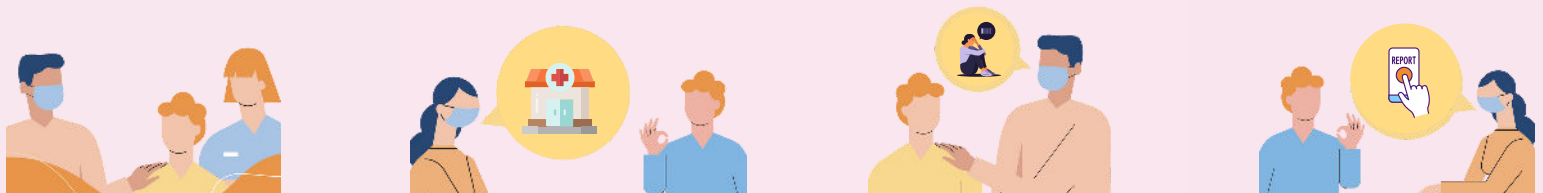
Page 4



**Site** : <https://inter-urps-bretagne.org/projets/sante-des-soignants/>

**Contact** : <https://inter-urps-bretagne.org/contact/>

**Tous liens utiles** : <https://taplink.cc/interurpsbretagnesante>



Création : les URPS de Bretagne - Juin 2024

Ces fiches pratiques ne sont pas exhaustives. En cas de difficultés, je contacte un professionnel de santé qualifié.

## Comment me protéger ?

Les **URPS de Bretagne** proposent ces fiches qui répertorient les acteurs, structures et outils pouvant m'accompagner en cas de difficultés.

### Qui contacter ?

1

#### Bilan de prévention en santé



Un **examen de prévention** en santé, en confidentialité, **adapté aux professionnels de santé** bretons et **entièrement pris en charge** par l'Assurance Maladie, peut m'être proposé à **Brest, Lanester, Quimper, Rennes ou Saint-Brieuc**.

Je prends RDV via le **02 90 03 31 30**.

2

#### Guide, alarmes...



Le ministère chargé de la Santé a rédigé un **guide** pour la sécurité des soignants, qui suggère de s'équiper d'une **télé-surveillance** et/ou **télé-alarme**.

Je peux aussi suivre une **formation** pour apprendre à bien réagir face à un **patient agressif**.

[Accès au guide](#) (voir QR code en bas de fiche)

3

#### Livret Prévoyance



L'Inter-URPS met à ma disposition un **livret sur l'essentiel de mon assurance prévoyance**, ma protection sociale, **la qualité de ma couverture assurantielle** en fonction des risques de la vie.

[Accès au livret Prévoyance](#)

4

#### Association SPS



L'**association SPS** vient en aide aux professionnels de la santé et aux étudiants via des **actions de prévention** : ateliers eJADES, fiches pratiques et groupes de parole.

[Accès au programme des ateliers](#)

[Accès aux fiches](#) et aux **groupes de parole**

5

#### Échelle du Burn-out



L'**échelle de Maslach** est un **auto-sondage** en 22 questions qui me permettra de détecter un **potentiel Burn-out**.

[Accès à l'échelle du Burn-out](#)

6

#### Formations



Je me renseigne auprès des **organismes agréés** qui proposent des **formations, initiations ou sensibilisations** sur de nombreuses thématiques : TMS, **Gestion du temps et du stress**, Organisation du cabinet, Gestion de l'agressivité, Sophrologie, ...

Retrouvez tous les liens  
via ce QR code



Ces fiches pratiques ne  
sont pas exhaustives.

En cas de difficultés, je contacte un  
professionnel de santé qualifié.

## Comment me soigner ?

Les **URPS de Bretagne** proposent ces fiches qui répertorient les acteurs, structures et outils pouvant m'accompagner en cas de difficultés.

### Qui contacter ? Où trouver de l'aide ?

1

#### Association SPS



L'association SPS vient en aide aux professionnels de la santé et aux étudiants par :

- de l'**accompagnement psychologique**.

J'appelle le : **0 805 23 23 36**

Gratuit et anonyme, 24h/24 et 7j/7

- des **actions de prévention** : **ateliers**, **fiches pratiques** et **groupes de parole**.

2

#### Numéro vert des Ordres



Les Ordres régionaux proposent une **permanence téléphonique** destinée aux **professionnels de santé**.

- **Chirurgien-dentiste, masseur-kinésithérapeute, médecin, orthophoniste, pédicure-podologue, sage-femme**, j'appelle le : **0 800 288 038**
- **Infirmier**, j'appelle mon Ordre.
- **Pharmacien**, j'appelle le : **0 800 73 69 59**

3

#### Prise en charge USPS



2 cliniques bretonnes ont ouvert un **service d'hospitalisation** des soignants en souffrance ou **USPS - Unité de soins aux professionnels de santé**. Je contacte :

- La **Clinique Kerfriden** (Châteaulin, 29)
- La **Polyclinique Saint-Laurent** (Rennes, 35)

4

#### Échelle du Burn-out



L'**échelle de Maslach** est un **auto-sondage** en 22 questions qui me permettra de détecter un **potentiel Burn-out**.

Je peux me tester en cliquant ici :

[Accès à l'échelle du Burn-out](#)

5

#### Suivi psychologique et groupes de parole



Je suis encouragé(e), en cas de difficultés, à **contacter un spécialiste**.

Des groupes de parole existent également au sein de ma **CPTS** ou sont proposés par des structures comme l'association **SPS**.

6

#### Autres acteurs



Des associations et structures peuvent m'accompagner sous forme de **suivi**, de **stage** ou de **rencontres avec des soignants-intervenants**, telles que :

**Guérir en Mer**  
**La Trinité-Morbihan**

GUÉRIR EN MER  
43° 35' 54" NORD 3° 01' 57" OUEST  
La Trinité - Morbihan

Le **Programme M**  
de GPM



Retrouvez tous les liens  
via ce QR code



Ces fiches pratiques ne  
sont pas exhaustives.

En cas de difficultés, je contacte un  
professionnel de santé qualifié.


## Que faire en cas d'agression ?

Les **URPS de Bretagne** proposent ces fiches qui répertorient les acteurs, structures et outils pouvant m'accompagner en cas de difficultés.

### Qui contacter ?

**1**

#### Dépôt de plainte



En cas de violence subie, **je peux et je dois porter plainte** au commissariat ou à la gendarmerie de mon choix.

[Pour m'aider dans la démarche](#)

**2**

#### Signalement à l'Ordre



Mon Ordre professionnel me permet de **signaler toute agression** à partir de mon "espace membre" en ligne.

[Accès à mon espace](#)

**3**

#### Signalement à l'ONVS




Le gouvernement a créé un **observatoire des violences en santé** pour faire remonter les **signalements de violence envers les soignants de façon anonyme**. Je peux y faire mon signalement.

[Accès à la plateforme ONVS](#)

**4**

#### Suivi psychologique



Il m'est conseillé après une agression de **consulter une aide psychologique**.

[Accès à l'annuaire des associations d'aide aux victimes](#)

**5**

#### Guide, alarmes...



Le ministère chargé de la Santé a rédigé un **guide** pour la sécurité des professionnels de santé, qui suggère de s'équiper d'une **télesurveillance** et/ou **téléalarme**.

[Accès au guide sur la sécurité des soignants](#)

**6**

#### Communication et formation



Des affiches existent pour communiquer avec mes patients sur les violences. Je peux aussi suivre une **formation** pour savoir comment réagir face à un **patient agressif** et éviter que ça ne se reproduise.

[Affiches et communications](#)

Retrouvez tous les liens via ce QR code



Ces fiches pratiques ne sont pas exhaustives.

En cas de difficultés, je contacte un professionnel de santé qualifié.