

WHEN?



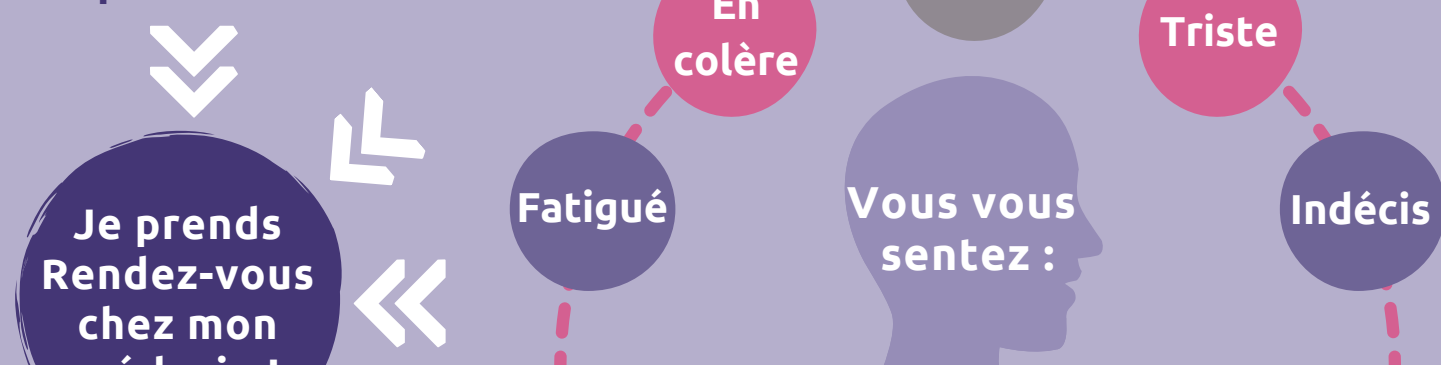
Adultes : Quand recourir à un accompagnement psychologique ?



QUI PEUT CONSULTER ?

Vous avez plus de 18 ans ?
Vous ne vous sentez pas bien ?

QUAND CONSULTER ?



Je prends
Rendez-vous
chez mon
médecin !

A QUI PARLER ?



ZOOM SUR LE DISPOSITIF MON PSY

Sur ordonnance de votre médecin traitant, le dispositif **MonPsy** mis en place par l'Assurance Maladie permet d'accéder à un **accompagnement psychologique** et d'être remboursé à hauteur de **8 séances** par an.



LES LIGNES D'ÉCOUTE

Croix-Rouge écoute
0800 858 858

- SOS Crise :** 0800 19 00 00
- Numéro d'urgence :** 112
- Numéro de contacts sur :**
<https://www.psycom.org/sorienter/les-lignes-decoute/#pour-toutes-et-tous-62ece0cb72fea>

compa

DÉROULEMENT D'UN SUIVI PSYCHOLOGIQUE :

1. JE CONSULTE MON MÉDECIN



Le médecin évalue l'état de votre santé mentale et selon vos symptômes, il peut décider de vous envoyer vers un **psychologue partenaire**.

2. LE PREMIER ENTRETIEN AVEC LE PSYCHOLOGUE

Lors du premier rendez-vous, vous devez remettre l'ordonnance du médecin au psychologue qui fera une évaluation de votre **état psychique**.



4. LE BILAN

A la fin des **huit séances recommandées**, le psychologue fera un bilan de vos **échanges** et décidera s'il faut continuer les séances, les arrêter ou vous diriger vers un psychiatre.



3. LES SÉANCES DE SUIVI

Ensuite, s'enchaîneront les séances de thérapie où votre psychologue vous écoutera et **vous aidera à faire le point sur votre mal-être**.



Retrouvez-nous sur :



www.lamie-mutuelle.com



Lamie
MUTUELLE