

# DISPOSITIFS SANTÉ MENTALE ÉTUDIANTS ET JEUNES



Le bien-être psychologique est l'une des composantes d'un ensemble plus vaste que l'on nomme santé mentale.

Pour l'Organisation mondiale de la santé (OMS), la santé mentale est notamment définie comme un état de bien-être qui permet à chacun de réaliser son potentiel et de faire face aux difficultés normales de la vie.

Les difficultés liées à la santé mentale peuvent amener à bénéficier d'un suivi psychologique et/ou médical.



## EN PARLER

Différents services d'écoute, d'accompagnement et de signalement pour les étudiants sont accessibles par téléphone et en ligne :

- **Nightline :**

Par Chat sur [www.nightline.fr/toulouse](http://www.nightline.fr/toulouse)

Par téléphone au 05 82 95 10 11.

- **Santé mentale :** [www.etudiant.gouv.fr/](http://www.etudiant.gouv.fr/)

- **Fil Santé Jeune :**

Par téléphone au 0800 235 236.

En ligne [www.filsantejeunes.com](http://www.filsantejeunes.com).

- **La Cnaé :** <https://www.etudiant.gouv.fr/fr/cnae>

## Santé psy étudiant

Il permet aux étudiants de bénéficier jusqu'à 12 séances par an, entièrement prises en charge, sans avance de frais, avec un psychologue partenaire.

Renseignements sur : <https://santepsy.etudiant.gouv.fr>

## Mon soutien psy

Le dispositif Parcours santé mentale permet à toute personne (dès 3 ans) angoissée, déprimée ou en souffrance psychique, de bénéficier de séances d'accompagnement psychologique avec une prise en charge (PEC) à 60 % par l'Assurance Maladie.

En fonction des besoins, le psychologue conventionné peut proposer de suivre jusqu'à 12 séances d'accompagnement par année civile.



Accompagnement  
psychologique

Jusqu'à 12 séances par an

avec un psychologue conventionné



**TROUVER  
UN PSYCHOLOGUE  
CONVENTIONNÉ**

## SSE (Services de Santé Étudiants)

Le SSE est le service médical et social interuniversitaire réservé aux étudiants.

Il propose des consultations psychologiques sur rendez-vous :

- **UT1 : Université Toulouse Capitole - 05 61 63 37 25**

- **UT2 : Université Toulouse-Jean Jaurès - 05 61 50 41 41**

- **UT3 : Université de Toulouse - 05 61 55 73 67**

## DISPOSITIFS DE SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

Pour faire face au contexte actuel de détresse psychologique d'un grand nombre d'étudiants, l'Assurance Maladie soutient financièrement deux dispositifs partenaires :



## EN CAS D'URGENCE

Si vous craignez un geste suicidaire ou de violence, **appelez le Samu ou le 3114**, numéro national de prévention du suicide. Des psychologues et des infirmiers formés à la prévention du suicide sont à votre écoute 24h/24 et 7j/7.