



**Prendre soin de sa santé mentale
est l'affaire de toutes et tous**

**REPÉRER / ORIENTER / AIDER
LE PLUS TÔT POSSIBLE**

Pour guider les professionnels qui accueillent du public

CLERMONT
IMPLIQUÉ

VILLE DE
CLERMONT
FERRAND

PUY-de-DÔME
MON DÉPARTEMENT

CCAS
CLERMONT
FERRAND
CENTRE COMMUNAL
D'ACTION SOCIALE

ars
Agence Régionale de Santé
Auvergne-Rhône-Alpes

anef
63

T2C

CH
CLERMONT-FERRAND
CENTRE HOSPITALIER CLERMONT-FERRAND

Promotion
Santé
Auvergne
Rhône-Alpes

Centre Hospitalier
Sainte-Marie
CLERMONT-FERRAND

Udaf
Puy-de-Dôme
UNIS POUR LES FAMILLES

unafam
UNION NATIONALE DE FAMILLES ET AMIS DE PERSONNES
MALADES ET/OU HANDICAPÉES PSYCHIQUES

maison
de santé
des Dômes

ALLOUATIONS
FAMILIALES
Caf
du Puy-de-Dôme

CH
CLERMONT-FERRAND
CENTRE HOSPITALIER CLERMONT-FERRAND

PI G. BROUSSE
Service d'Accueil et d'Orientation en Psychiatrie, CLERMONT-FERRAND
CLERMONT-FERRAND, 10 Rue Montcalm
63000 Clermont-Ferrand
Unité d'Accueil et d'Orientation, CHU, Clermont-Auvergne RH
Hôpital Pasteur, 63000 Clermont-Ferrand
Tel : 04 71 75 12 12

SOS MÉDECINS
CLERMONT-FERRAND

assembliA
Bâtisseur de liens

Le Mentalomètre est un outil d'aide au repérage et à l'orientation de la souffrance psychique.

Il a été réfléchi par un collectif d'acteurs clermontois pour vous aider à reconnaître les signes d'une détresse psychique et permettre de proposer une aide adaptée :

situation nécessitant une action immédiate,

situation nécessitant une action à court terme,

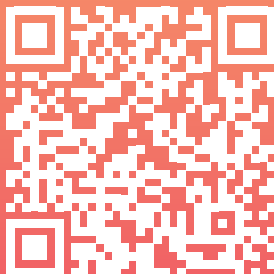
situation nécessitant une action à moyen ou long terme.

Les solutions adaptées sont placées en face des signes à repérer.

Les changements rapides ou « rupture » dans l'état de la personne ainsi que la récurrence des signes doivent toujours alerter.

La situation semble plus complexe ? Pour un public en particulier, référez vous à la page dédiée sur notre site internet.

**Retrouvez toutes les informations et les
ressources complètes en scannant le QR Code
ci-dessous ou en allant sur le site
clermont-ferrand.fr**



En cas d'urgence, faire immédiatement le 15

1

Souffrance psychique forte

La personne représente un danger, pour elle ou pour son entourage

La personne...

- Montre des signes d'agressivité verbale ou physique (menaces avec une arme, insultes, coups et blessures sur un tiers et/ou dégradation de matériels)
- S'inflige des blessures
- Tient un discours délirant ou des propos incohérents
- Va faire une tentative de suicide imminente

J'alerte immédiatement

- ➔ Appel au 17
- ➔ Appel au 15

2

Souffrance psychique importante

Proposer rapidement des solutions vers une prise en charge adaptée.

La personne...

- Change son comportement habituel sans motif apparent
- Est exposée à un environnement à risque pour elle (cadre de vie, entourage préoccupant)
- Manifeste des comportements d'agitation, d'instabilité verbale et/ou physique, perturbateurs
- Tient des propos suicidaires
- Présente des comportements "inadaptés" récurrents
- Commet des nuisances de façon répétée

J'alerte dans les 48h

- ➔ Rechercher une personne ressource dans son environnement (médecin et/ou psychiatre traitant, services sociaux, proches...)
- ➔ Saisir la commission du Conseil Local de Santé Mentale pour les cas de souffrance psychosociale. Directionsantepublique@ville-clermont-ferrand.fr
- ➔ Appel au 31 14
- ➔ Solliciter l'accompagnement du Dispositif d'Appui à la Coordination (DAC 63) N° 04 73 70 97 09

Si la situation évolue vers une dégradation rapide de l'état de la personne contactez le 15

3

Premiers signes d'une souffrance psychique

Une aide doit être proposée

La personne...

- Semble être en difficulté pour maintenir son hygiène corporelle et/ou celle de son lieu de vie
- Souffre d'une situation d'isolement et/ou se trouve en rupture de contact et/ou dit être victime de harcèlement
- Exprime une souffrance psychique et/ou physique

J'alerte dans la semaine

- ➔ Rechercher une personne ressource dans son environnement (médecin et/ou psychiatre traitant, proche...)
 - accueil du CCAS N° 04 73 98 07 98
 - accueil du Conseil Départemental
 - Les services de médiation en santé
- ➔ Les associations d'écoute et de soutien : SOS Amitié N° 09 72 39 40 50 et Astrée N° 07 69 21 36 22
- ➔ Centres hospitaliers Pour connaître son secteur de soin :
 - Consultations pour le CHU 04 73 75 21 05
 - Accueil Centre Hospitalier Sainte-Marie 04 73 43 55 10
- ➔ Son médecin traitant ou un médecin généraliste SOS médecin N° 04 44 05 30 00

Si la personne refuse votre aide, transmettez lui la liste des ressources via la page internet.