

Comment vous sentez-vous aujourd'hui ?

Triste ? Irritable ? Vous avez du mal à vous concentrer ?
Vous manquez d'énergie et vous inquiétez de façon excessive ?
Parlez-en à votre médecin.



Sésame
par Quartet Santé

Votre médecin généraliste peut vous apporter son aide

Votre santé mentale a un impact sur tous les aspects de votre santé. En prendre soin et se faire accompagner quand c'est nécessaire peut vous aider à vous sentir mieux.

Les troubles psychiques ne sont pas une fatalité.



SÉSAME qu'est-ce que c'est ?

SÉSAME (Soins d'Équipe en SAnté MEntale) est un projet proposé par votre médecin généraliste.

Il a pour objectif d'améliorer **le repérage et la prise en charge des troubles psychiques les plus fréquents** (troubles dépressifs et anxieux) chez l'adulte en médecine générale.

SÉSAME fait intervenir différents professionnels de santé qui travaillent en équipe pour vous accompagner de façon régulière.

Votre parcours de soins SÉSAME



Dépistage par votre médecin à l'aide d'un questionnaire.



Adressage à l'infirmier SÉSAME qui prend contact avec vous.



Évaluation avec l'infirmier

Consultation d'une heure qui permet de définir avec vous le programme de soins adapté à vos besoins.



Suivi par votre équipe de soins

Votre infirmier assure le suivi en lien avec votre médecin généraliste en s'appuyant sur l'avis du psychiatre. Selon vos besoins, vous pourrez bénéficier d'une prise en charge légère (3 consultations) ou classique (suivi de 3 mois, renouvelable par l'équipe de soins).

SÉSAME propose **une prise en charge globale** et peut mobiliser, selon vos besoins et vos souhaits :

- **Un psychologue** si l'évaluation indique qu'une psychothérapie peut vous aider
- **Les ressources sanitaires, sociales et médico-sociales**

Votre équipe SÉSAME

Votre médecin généraliste travaille en équipe pour vous apporter les meilleurs soins possibles. L'objectif de SÉSAME est de faciliter votre parcours vers un rétablissement physique et moral.

Votre médecin généraliste

Votre médecin généraliste évalue votre santé physique et mentale et vous propose une prise en charge SÉSAME quand il pense que cela peut vous aider.

L'infirmier SÉSAME

L'infirmier SÉSAME a une grande expérience en psychiatrie. Il est là pour vous accompagner, vous présenter de nouveaux outils et vous proposer un suivi adapté à vos besoins et vos préférences.

Le psychiatre

Le psychiatre est le spécialiste qui collabore avec le médecin généraliste et l'infirmier SÉSAME. Il apporte son expertise pour les guider vers une prise en charge plus adaptée et une amélioration de votre situation.



Quelle prise en charge par l'Assurance maladie?

Vous n'avez aucun frais à avancer pour les consultations avec l'infirmier.

La prise en charge est intégralement assurée par l'Assurance maladie dans le cadre d'un dispositif expérimental (Article 51). En conséquence, **elle demande un engagement de votre part.**



2 consultations non honorées ou annulées moins de 24h avant occasionneront une sortie du dispositif SÉSAME.

Qui peut bénéficier de la prise en charge SÉSAME ?

Le dispositif SÉSAME est dédié aux personnes :

- de plus de 18 ans
- présentant un trouble dépressif ou un trouble anxieux
- suivies par un médecin généraliste participant à SÉSAME
- ne bénéficiant pas d'un suivi en cours avec un psychiatre



Votre participation à SÉSAME est basée sur le volontariat. Si vous ne souhaitez pas participer, vous en avez le droit et votre médecin continuera à vous prendre en charge comme d'habitude.

SÉSAME est un projet expérimental soutenu par l'Assurance maladie et l'Agence régionale de santé d'Ile-de-France.

Il est porté par l'association Quartet Santé,
le Centre hospitalier de Versailles et l'Institut
Montaigne. Plusieurs sites sont présents en
Ile-de-France.

UN PROJET



**Quartet
Santé**



INSTITUT
Montaigne



AVEC LE SOUTIEN DE



FONDATION
ERIE

FONDATION
Sisley-d'Ornano

**GRUPE
DASSAULT**



fondation
ROGER DE SPOELBERCH

EURÊKA
Foundation



www.quartetsante.org