



Chers confrères,

Toute l'équipe de MG&Psychiatrie 37 vous informe d'une réorganisation du déploiement des ateliers de prise en charge de la dépression et de l'insomnie en Indre et Loire et d'une simplification du processus d'adressage.

### **Réorganisation du déploiement :**

Dans un souci de visibilité pour vous professionnel de santé et pour vos patients ces ateliers seront désormais déployés sur le territoire selon les besoins tout au long de l'année (hors période de vacances estivales).

#### **▶ Pour rappel ces ateliers :**

- ✓ Sont gratuits
- ✓ Sont animés par un binôme de thérapeutes formés aux techniques TCC
- ✓ Sont spécialement conçus pour offrir un soutien psychologique et une approche thérapeutique efficace aux patients souffrants de dépression légère à modérée <sup>(1)</sup> ou d'insomnie primaire ou secondaire <sup>(2)</sup>.
- ✓ Proposent un suivi hebdomadaire sur 11 séances pour la dépression et 7 séances pour l'insomnie
- ✓ S'adressent à des adultes sans troubles cognitifs ou déficience intellectuelle, sans problématique addictive au premier plan et maîtrisant la langue française

En votre qualité de professionnel de premier recours, votre rôle est crucial dans l'identification des symptômes (dépressifs, troubles du sommeil) et dans l'orientation vers des interventions spécialisées et notamment psychothérapeutiques.

Nous sollicitons donc votre collaboration pour identifier et continuer à adresser des patients qui pourraient bénéficier de ces interventions.

### **Simplification du processus d'adressage :**

Nous avons fait le maximum afin de faciliter le processus d'adressage sur ces ateliers. Désormais il faudra uniquement adresser :

- Le nom, prénom
- Le numéro de téléphone du patient
- Son numéro de sécurité social

A l'adresse mail sécurisé dédiée : [liaison.mg.psy@chu-tours.mssante.fr](mailto:liaison.mg.psy@chu-tours.mssante.fr)

Vous pouvez adresser vos patients toute l'année ; une liste d'attente sera constituée et des rappels organisés.

Notre équipe examinera chaque demande, la psychologue du dispositif contactera directement les patients pour une évaluation approfondie et une invitation à rejoindre l'atelier leur sera proposée si la situation du patient le permet.

Pour rappel ces ateliers de groupe sont déployés depuis 2021 par MG&Psy37, 170 patients ont déjà pu en bénéficier (avec des taux d'amélioration symptomatique comparable à une prise en charge individuelle bien conduite).

🤝 Votre collaboration active est essentielle pour garantir que les patients bénéficient de cette ressource précieuse. Nous vous remercions par avance de votre soutien et de votre implication dans cette initiative.

? N'hésitez pas à nous contacter à l'adresse [liaison.mg.psy@chu-tours.fr](mailto:liaison.mg.psy@chu-tours.fr) si vous avez des questions supplémentaires ou si vous avez besoin de plus amples informations.

Dr SARRON Pierre Yves, psychiatre

Dr PERRAIN Alice, médecin généraliste

Morgane Branchu, chargée de liaison

Ainsi que toute l'équipe de MG&Psy37

Ressources ayant servi de modèle à la construction des ateliers :

1 : modèle pour la construction du groupe de prise en charge de la dépression : programme de prise en charge de groupe TCC de Provencher, M. D. et coll. École de psychologie de l'université Laval, Québec (2016) : <https://tccmontreal.files.wordpress.com/2019/01/manuel-tcc-de-groupe-pour-la-d%C3%A9pression-provencher-et-al-2016.pdf>

2 : modèle pour la construction du groupe de prise en charge de l'insomnie : programme de prise en charge de TCC de l'insomnie inspiré des travaux de Charles Morin dont vous trouverez un résumé à cette adresse : <https://reseau-morphee.fr/wp-content/uploads/2010/04/ABC-du-traitement-cognitivo-comportementalVallieresTCC-2004.pdf>