UNIVERSITÉ DE LORRAINE | collegium SANTÉ

CLASS - Centre Lorrain d'Appui Solidarité Santé
en lien avec le CNA - Centre National d'Appui à la qualité de vie des étudiants en santé



Bien-être et santé des étudiants du collegium Santé

Santé-Social

Toute l'année et spécial Covid-19

Sommaire

Je souhaite être aidé.e médicalement 3

SUMPPS de Lorraine & Université de Lorraine 3

Je souhaite être aidé.e psychologiquement 4-5

Pour tous 4

Par composante 5

Je souhaite être aidé.e autrement (toute l'année et pendant le confinement) 8

Renforcement spécial Covid-19 9-14

Pour les étudiants 9

Pour tous 10

Pour les soignants 11

Informations sur le coronavirus et les gestes barrières 12

Je souhaite aider 12

Je souhaite garder une activité physique, bien-être, relaxation ou détente 12

Je souhaite être aidé.e autrement 13

Je souhaite participer au bien-être des étudiants 14

Je souhaite être aidé.e médicalement



Le SUMPPS reçoit toutes les questions d'ordre médical et social via la plate-forme de l'université pour traitement des demandes et des cas médicaux. Sur cette adresse, sont reçues toutes les questions médicales des étudiants, celles des composantes universitaires pour leurs étudiants, celles du CROUS pour les étudiants en résidence, celles des étudiants en situation de handicap

medecine-etudiante-coronavirus@univ-lorraine.fr

Les signalements de cas sont tracés et les étudiants sont recontactés par un professionnel de santé du SUMPPS si besoin .

Coronavirus- Covid 19

Si je présente moi-même des symptômes de coronavirus, quelle conduite adopter ? Il convient de suivre la procédure indiquée sur le site https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus et de se signaler à medecine-etudiante-coronavirus@univ-lorraine.fr

Situation de handicap

medecine-etudiante-coronavirus@univ-lorraine.fr
Espace handicap du gouvernement
https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus/espace-handicap
Le SUMPPS travaille en lien avec le service handicap de l'Université de Lorraine.

SUMPPS de Lorraine & Université de Lorraine

CONSULTATIONS / PERMANENCES MEDICALES POUR LES ETUDIANTS

EN SEMAINE

Contacter son médecin traitant ou un médecin généraliste de votre choix.
Si vous rencontrez des difficultés pour trouver un médecin généraliste disponible, envoyer un mail ***avec votre numéro de téléphone*** via
medecine-etudiante-coronavirus@univ-lorraine.fr

Un professionnel de santé du SUMPPS vous contactera dans la journée pour vous orienter vers une téléconsultation ou vers le centre dédié Covid-19.

Toute l'année et renforcement spécial covid SOIR, nuit, week-end et jours fériés

MEDIGARDE : 0 820 33 20 20
SOS médecins, 24h/24 : 0 826 46 54 54

Il est possible de se présenter physiquement en consultation au 31 rue Lionnois à Nancy (enceinte de l'hôpital central):
Samedi 12h-24h / Dimanche et Férié 8h-24h

EN CAS D'URGENCE, COMPOSER LE 15

Je souhaite être aidé.e psychologiquement

pour tous

SUMPPS ET BAPU

TERRITOIRE LORRAINE SUD - NANCY
SUMPPS Vélodrome : 03 72 74 05 51
SUMPPS CLSH : 03 72 74 05 71

TERRITOIRE LORRAINE NORD
SUMPPS Saulcy : 03 72 74 05 40
BAPE : 03 87 21 04 70 ou SMS : 06 75 17 70 33

URGENCES PSYCHIATRIQUES

NANCY
UAUP (Unité d'Accueil des Urgences Psychiatriques) hôpital central
03 83 85 20 88

METZ
SPUL CHR MERCY 03 87 55 31 11
SPUL : Service de Psychiatrie d'urgences et de liaisons



TERRITOIRE LORRAINE SUD

SUMPPS
par un psychologue, en contactant Pascale Sterdyniak
03 72 74 05 78
pascale.sterdyniak@univ-lorraine.fr

TERRITOIRE LORRAINE NORD

BAPU de METZ (BAPÉ),
Permanence téléphonique depuis le 16 mars, assurée par un médecin psychiatre
06 75 17 70 33

Possibilité de poursuivre les soins à distance (entretiens téléphoniques, Skype, mails…) afin de permettre la continuité de la prise en charge.
Tous les professionnels restent disponibles pour répondre à la demande des étudiants mais également pour prendre contact avec eux s'ils ont connaissance de situations préoccupantes.

CROUS

Les étudiants qui résident au CROUS à Nancy peuvent contacter APSYTUDE
Prise de rendez-vous
sur apsytude.com
ou au 06 27 86 91 83

Je souhaite être aidé.e psychologiquement par composante

Je suis en difficultés (méthodologiques, psychologiques, etc) pendant mes études en :

MAÏEUTIQUE | toute l'année & renfort covid-19

Secrétariat du département Universitaire de maïeutique de Nancy
s.moussaoui@chru-nancy.fr
Les étudiant.e.s seront redirigé.e.s vers les référentes de promotions ou de stages

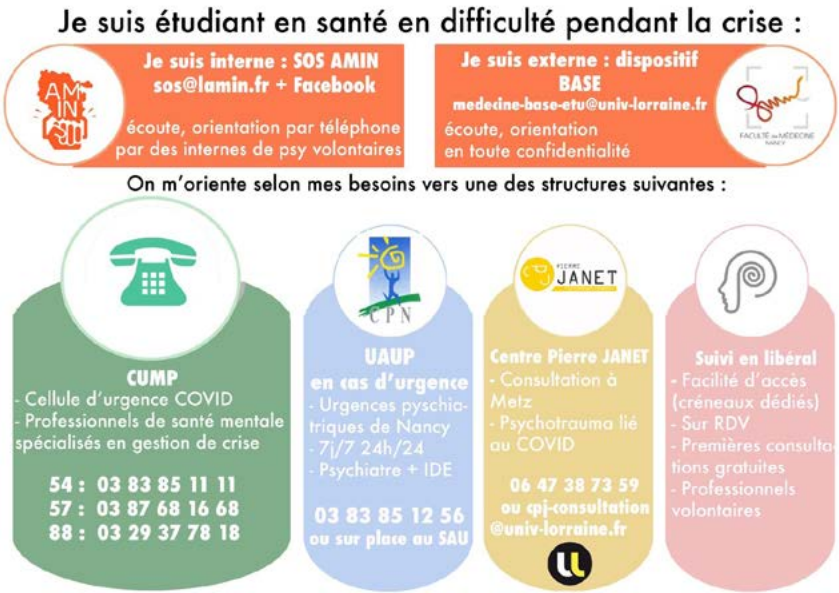
École de sage-femme de Metz
j.bourgel@chr-metz-thionville.fr

MÉDECINE

Toute l'année

Comité BASE (Bienveillance Accompagnement et Suivi des Étudiants)
medecine-base-etu@univ-lorraine.fr
Prise de contact dans les 24h pour entretien - accompagnement individuel et confidentiel

RENFORT Covid-19 SPÉCIAL



ODONTOLOGIE | toute l'année & renfort covid-19

odonto-zen-etu@univ-lorraine.fr

Pour les apprenants en difficulté (hors méthodologie/enseignements)
Recueil des «appels à l'aide» et demande d'enseignant tuteur ou relais. Dépend du projet «Odonto Zen» [2019] Dr C. Clément, Dr C. Juras et Dr K. Yasukawa.

groupe facebook « COMPA »

Zone de partage entre délégués d'années et VD pédagogie Dr C. Clément et enseignants (Dr K. Yasukawa) (afin d'assurer la continuité pédagogique et les échanges d'informations)
Fil de discussion messenger

PHARMACIE | toute l'année & renfort covid-19

pharma-bienetreaccompagnement-etudiants@univ-lorraine.fr

Pour des temps d'échange dans le respect, l'authenticité et la confidentialité au choix - seul.e avec un.e accompagnant.e ou - en petit groupe de 2 à 10 étudiants avec un.e accompagnant.e

Association des Etudiants en Pharmacie

Si je présente des symptômes du covid-19, j'informe la faculté à pharma-drh@univ-lorraine.fr

STAPS | toute l'année & renfort covid-19

Prendre contact avec la direction de l'UFR ou vos responsables d'année

PACES / PASS L.AS

Toute l'année : accompagnement par le tutorat santé Lorraine

www.tutoweb.net (accès à l'ensemble de des réseaux sociaux, adresse mail, forum, numéro de téléphone)

contact@tutoweb.net

03 72 74 63 25

Tutorat Santé Lorraine

@tutoratsantelorraine

@TutoratSante



Parrainage possible supplémentaire : demande à faire par mail ou sur les réseaux ci-dessous
Compte discord Covid 19 https://discord.gg/sfzDMtY
pour suivre les corrections des colles, poser toutes les questions en liens avec les cours ou sur tout autre sujet dans le cadre de la PACES

Je souhaite être aidé.e autrement

toute l'année & pendant le confinement

Victime ou témoin de discrimination, de violences sexuelles et sexistes ou de cyberharcélement

Dispositif d'alerte de l'Université de Lorraine

06 38 97 73 91

harcelement-sexuel-discrimination@univ-lorraine.fr

Pour plus d'informations télécharger le flyer *Harcèlement sexuel discrimination*

Vous pouvez aussi contacter, à l'extérieur de l'université :

En cas de violences :
En cas de danger immédiat : 17

Violences conjugales : 3919 (ou sur le site internet arretonslesviolences.gouv.fr)

Urgence violences par sms (pendant le confinement) : 114

Violences sur les enfants : 119 (ou sur le site internet allo119.gouv.fr)

En cas de cyberharcélement ou de haine en ligne :
Faire un signalement sur la plateforme du Ministère de l'Intérieur, Pharos : https://www.internet-signalement.gouv.fr/PortailWeb/planets/Accueil!input.action
Déposer plainte

Renforcement spécial Covid-19

Pour les étudiants

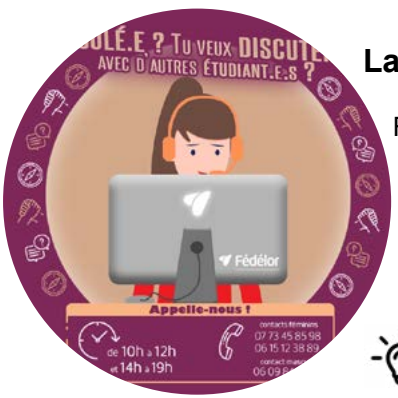
Des Facebook live de Clémence Didier, la Vice-présidente étudiante, tous les mercredis à midi

Clémence Didier vous donne rendez-vous régulièrement sur la page de l'Université de Lorraine

Université de Lorraine

Revoir les vidéos





La HOTLINE Fédélor des étudiants

Fédélor a mis en place, en lien avec Clémence Didier, vice-présidente étudiante de l'Université de Lorraine, une ligne d'écoute à destination des étudiants qui pourraient se sentir seuls en cette période de confinement et qui auraient besoin de discuter avec d'autres étudiants.

Ouvert de 10h à 12h et de 14h à 19h

Interlocutrices
+33 7 73 45 85 98 / +33 6 15 12 38 89
Interlocuteur
+33 6 09 84 86 35
Prix d'un appel local

Renforcement spécial Covid-19

Pour tous

Ligne d'écoute et soutien médico-psychologique

QUI ? Le Centre Psychothérapie de Nancy (CPN) par les équipes du Dr Catherine Pichené ,Chef du service d'urgences et post urgences psychiatriques : des pédopsychiatres , des psychiatres et des psychologues spécialistes du deuil (et en particulier du deuil traumatique) et de la violence (CRIAVS) seront à l 'écoute de tous
QUAND ? Du lundi au vendredi de 8 h 30 à 20 h 30
COMMENT ? en appelant au 03 83 85 82 00

Aide psychologique - Numéro vert national : 0800 130 000 24h/24 | 7j/7 | *Y compris en situation de handicap*

Renforcement spécial Covid-19

Ligne d'écoute et soutien médico-psychologique Covidpsy54

QUI ? Le centre psychothérapie de Nancy par les équipes du Dr Catherine Pichené, Chef du service d'urgences et post urgences psychiatriques
QUAND ? Du lundi au vendredi de 8 h 30 à 20 h 30
COMMENT ? en appelant au 03 83 85 11 11 ou par e-mail en écrivant à covidpsy54@cpn-laxou.com

Pour se détendre et décompresser, prendre du temps pour soi

Les sophrologues et hypnothérapeutes du CHRU de Nancy se mobilisent

J'envoie ma demande par mail à

f.vial@chru-nancy.fr

Pour les soignants





Renforcement spécial Covid-19

Informations sur le coronavirus et les gestes barrières

À l'Université de Lorraine

La foire aux questions, les mesures d'hygiène et les informations sur le travail à distance et outils dédiés sont sur Factuel

http://factuel.univ-lorraine.fr/coronavirus

Si je ne trouve pas de réponse à ma question, j'envoie un e-mail à info-coronavirus@univ-lorraine.fr

Je souhaite aider

https://covid19.reserve-civique.gouv.fr

La « réserve civique » met en relation les associations qui cherchent des bénévoles avec les citoyens volontaires qui cherchent à donner un peu de leur temps aux plus fragiles et aux plus démunis pendant cette période de crise.

Je souhaite garder une activité physique, bien-être, relaxation ou détente

Le SUAPS propose des tutos et vidéos d'exercices tous les soirs à 18h30 durant la période de confinement - RDV sur Facebook



Suaps Nancy

Metz Suaps-Lorraine

Le SUMPPS propose des recettes, séances de relaxation et temps d'échanges sur les pages Facebook Lorraine Nord et Lorraine Sud

Le CROUS organise des activités détentes sur sa page Facebook

Renforcement spécial Covid-19

Je souhaite être aidé.e autrement

Dispositifs sociaux de l'université de Lorraine

Avec le Service Universitaire de Médecine Préventive et Promotion de la Santé SUMPPS

En cas d'urgence sociale grave, des entretiens téléphoniques sont possibles.

Vous pouvez contacter la plate-forme par e-mail :

medecine-etudiante-coronavirus@univ-lorraine.fr

SUMPPS Lorraine sud Nancy

SUMPPS Vélodrome : 03 72 74 05 65

SUMPPS CLSH : 03 72 74 05 75

SUMPPS Lorraine sud Metz

SUMPPS Saulcy : 03 72 74 05 40

Situation de handicap : binôme de prise en charge

http://handicap.univ-lorraine.fr

Démarches, Vie pratique et Vie étudiante.

Victime ou témoin de harcèlement sexuel ou de discrimination - Dispositif d'alerte :

06 38 97 73 91 ou harcelement-sexuel-discrimination@univ-lorraine.fr

Cellule Violences faites aux femmes :

Collectif Nous Toutes



En cas d'extrême urgence : Appelez le **17**

Cellule SOS Violences conjugales : envoyer un sms au 114

Renforcement spécial Covid-19

Service Orientation et d'Insertion Professionnelles SOIP : conseillers d'orientation et psychologues

http://factuel.univ-lorraine.fr/node/14093

Dispositifs hors université de Lorraine

En cas de discrimination : le défenseur des droits
Institution indépendante de l'état : défense des personnes dont les droits ne sont pas respectés et permettre l'égalité de tous et de toutes dans l'accès au droit.

Contacter le délégué de votre ville :

www.defenseurdesdroits.fr/fr/saisir/delegues

Pour une aide alimentaire : Les **Agoraé** sont des épiceries sociales et solidaires à destination des étudiants, par des étudiants, gérées par Fédélor. Vous pouvez poser toutes vos questions sur

Agoraé Nancy

Agoraé Metz

Fonctionne pendant Covid

Je souhaite participer aux bien-être des étudiants

Formation aux premiers secours en Santé Mentale - PSSM

Les objectifs de la formation sont de former et d'informer sur les troubles psychiques, ce qui permettra aux secouristes de mieux repérer et réagir face à des personnes présentant ces troubles, de les orienter précocement vers les personnes ressources, et de contribuer à déstigmatiser ces pathologies.

16 places par session | 8h30 à 17h sur 2 jours (présence obligatoire aux 2 journées)

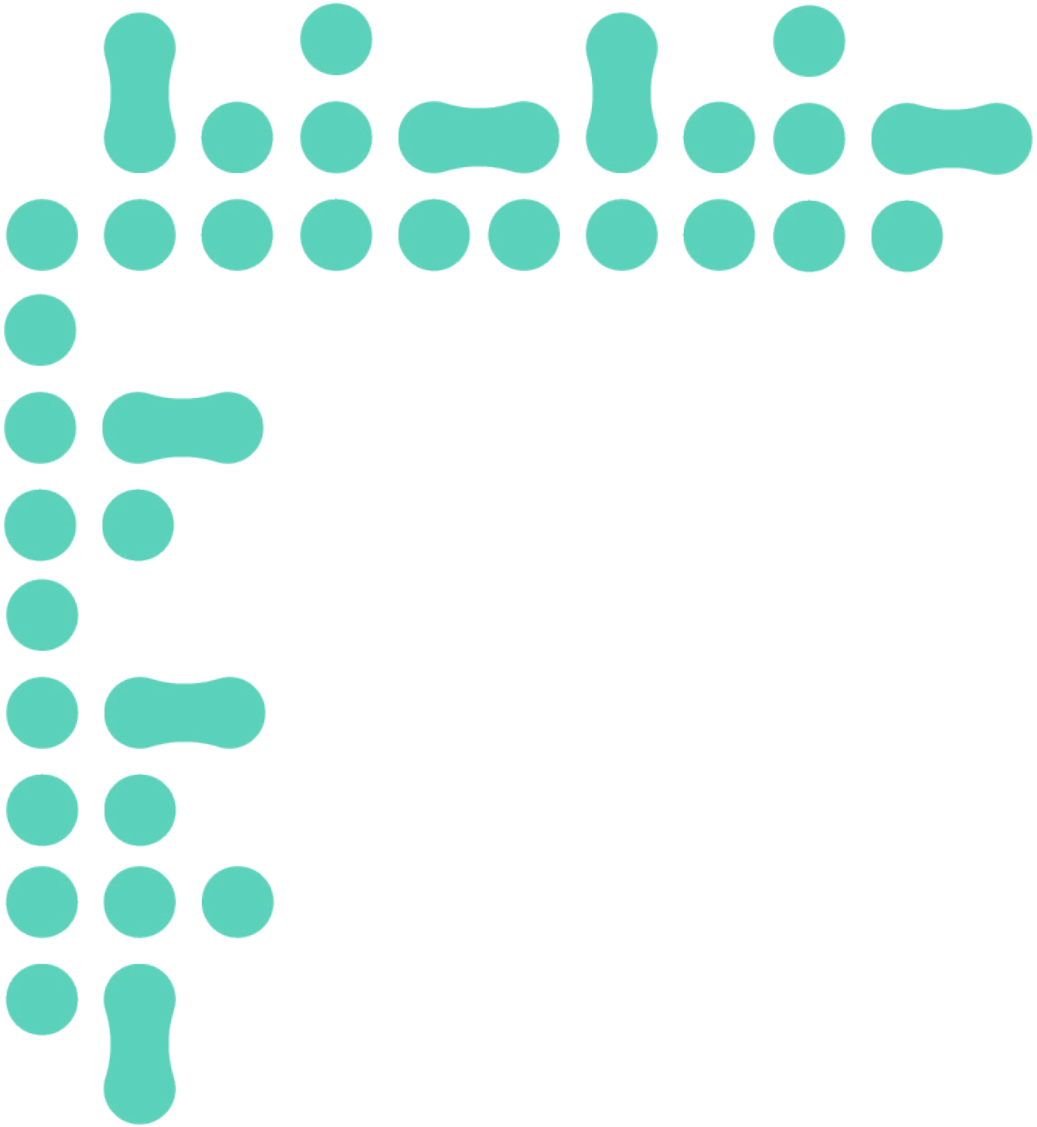
Infos et inscriptions auprès de :

SUMPPS Lorraine sud -Nancy :

Pascale Sterdyniak, psychologue coordinatrice PSSM : pascale.sterdyniak@univ-lorraine.fr

SUMPPS Lorraine nord- Metz :

Viviane Millot, médecin : viviane.millot@univ-lorraine.fr



Ce guide a été conçu par le CLASS - Centre Lorrain d'Appui solidarité Santé en lien avec le CNA - Centre National d'Appui à la qualité de vie des étudiants en santé

crédits :
photo de couverture : Ravi Roshan | Unsplash
icônes : Adrien Coquet | Noun project