SANTÉ & SÉCURITÉ DES SOIGNANTS

4 Fiches

Les **Unions régionales des professionnels de santé libéraux** de 10 professions - **URPS de Bretagne** - proposent ces 4 fiches qui répertorient les acteurs, structures et outils pouvant m'accompagner en cas de difficultés.

Biologistes
Chirurgiens-dentistes
Infirmiers
Masseurs-kinésithérapeutes
Médecins
Orthophonistes
Orthoptistes
Pédicures-podologues
Pharmaciens
Sages-femmes

Inter URPS BRETAGNE
UNIONS RÉGIONALES DES PROFESSIONNELS DE SANTÉ LIBÉRAUX

1

Ma santé

Rester en forme, Prévenir mon mal-être

Bilan de prévention en santé

Je fais le **point sur ma santé** avec mon **médecin traitant** et mon **chirurgien-dentiste** (ou ceux que je vais me choisir), au moins une fois par an. J'évite de m'automédiquer, même si je suis prescripteur.

Je peux passer un **examen de prévention** en santé **adapté aux professionnels de santé** et **entièrement pris en charge** par l'Assurance Maladie Bretagne, à **Brest, Lanester, Quimper, Rennes ou Saint-Brieuc**, en toute **confidentialité**.

Je prends RDV via le 02 90 03 31 30

Institut SPS

Partenaire de l'Inter-URPS

SPS vient en aide aux professionnels de la santé et aux étudiants avec ses **Maisons des soignants**, digitale comme physiques, par des **actions de prévention** : ateliers, fiches, groupes de parole...

Je demande à l'Inter-URPS Bretagne **mon code "Services Partenaires"**.

Accès au programme des ateliers, aux fiches et aux groupes de parole

Échelle du burn-out

L'**échelle de Maslach** (MBI) est un **auto-sondage** anonyme qui me permettra de détecter un **potentiel burn-out**.

Je me teste en ligne ici : Accès à l'échelle

Des **organismes agréés** proposent des actions sur les TMS, la **gestion du temps et du stress**, l'organisation du cabinet, la sophrologie, ...

Livret Prévoyance

L'**Inter-URPS Bretagne** met à ma disposition un **livret sur l'essentiel de mon assurance prévoyance**, ma protection sociale, **la qualité de ma couverture assurantielle** en fonction des risques de la vie.
Les soignants libéraux sont souvent **mal couverts** par rapport à **leurs besoins et aux risques** de leur exercice.

Accès au livret Prévoyance

Autres acteurs

Sous forme de **stage**, de **suivi** ou de **rencontres avec des soignants-intervenants**, des associations et structures peuvent m'accompagner, comme :

Guérir en Mer La Trinité-Morbihan
GUÉRIR EN MER
43° 35' 54" NORD 3° 01' 57" OUEST
La Trinité - Morbihan

Le Programme M de GPM

Fiches en ligne

Liens utiles

Création : les URPS de Bretagne - Mars 2026

Ces fiches pratiques ne sont pas exhaustives. En cas de difficultés, je contacte un professionnel de santé qualifié. (3ème mise à jour)

2

Ma santé
Me soigner, prendre soin de mon mental

Inter URPS BRETAGNE
UNIONS RÉGIONALES DES PROFESSIONNELS DE SANTÉ LIBÉRAUX

Médecin traitant au quotidien, Hospitalisation en USPS si besoin

Si je n'en ai pas déjà, **je me choisis un médecin traitant et un chirurgien-dentiste** et je vais les voir au moins une fois par an.
Les professionnels de santé **sous-déclarent un médecin traitant** et **s'automédiquent** plus que la moyenne générale.

"***Cordonniers mal chaussés...***"

En France, plusieurs établissements de santé ont ouvert un **service d'hospitalisation** des **soignants en souffrance psychologique ou en burn-out** appelé **USPS - Unité de soins aux professionnels de santé**, proposant un soin spécialisé, intensif et de courte durée.

En Bretagne, je contacte la **Clinique Kerfriden** de Châteaulin (Finistère).

Institut SPS

Partenaire de l'Inter-URPS

L'institut SPS vient en aide aux professionnels de la santé et aux étudiants avec ses **Maisons des soignants** par :

- de l'**accompagnement psychologique**

J'appelle le : **0 805 23 23 36**
Gratuit et anonyme, 24h/24 et 7j/7

- des **actions de prévention** : **ateliers**, **groupes de parole**, **fiches pratiques**, ...

Je demande à l'Inter-URPS Bretagne
mon code "Service Partenaires"

Permanences téléphoniques

Des **écoutes de soutien et d'entraide** sont proposées par des partenaires des Ordres des :

- **Chirurgiens-dentistes,**
- **Masseurs-kinésithérapeutes,**
- **Médecins,**
- **Orthophonistes,**
- **Pédicures-podologues,**
- **Sages-femmes**...

... j'appelle le : **0 800 288 038**

- **Infirmiers**, j'appelle l'Ordre des Infirmiers.
- **Pharmaciens**, je contacte l'**ADOP.help**

0 800 73 69 59

Échelle du burn-out

L'**échelle de Maslach (MBI)** est un **auto-sondage** anonyme disponible en ligne qui me permettra de détecter un **potentiel burn-out.**

Je peux me tester en cliquant ici :
Accès à l'échelle du burn-out

Suivi psychologique et groupes de parole

Je suis encouragé(e), en cas de difficultés, à **contacter un spécialiste**.
Des groupes de parole sont proposés par des structures comme l'**institut SPS** et peuvent aussi exister au sein de la **CPTS de mon territoire**.

Liens utiles

Ces fiches pratiques ne sont pas exhaustives. En cas de difficultés, je contacte un professionnel de santé qualifié.

Création : les URPS de Bretagne - Mars 2026 (3ème mise à jour)