



Paris, le 17 décembre 2020

L'association SPS met à disposition de tous les étudiants en détresse psychologique son dispositif de soutien et d'accompagnement

Avenir incertain, solitude, isolement, précarité... Violamment confronté à la crise sanitaire, sociale et économique, et à ses effets sur la santé mentale, le monde étudiant souffre. En parler, mais à qui ? Se faire aider, mais comment ? Parce qu'il y a urgence à répondre à la détresse des jeunes, l'association SPS – reconnue d'intérêt général et experte dans le soutien et l'accompagnement psychologique des professionnels et étudiants en santé – élargit son dispositif d'aide à l'ensemble de la population étudiante et lance une campagne pour leur faire savoir.

Trouver une écoute, un soutien, une orientation

SPS met à disposition des étudiants **sa plateforme d'appel, anonyme et confidentielle, gratuite et disponible 24h/24 et 7j/7** avec 100% de décrochés.

Deux solutions pour y accéder, facilement, partout et à tout moment :

- un numéro vert **0 805 23 23 36**,
- une appli mobile **Asso SPS** téléchargeable sur smartphone via App Store ou Google Play.

Plus de 100 psychologues sont à l'écoute et orientent si besoin vers une prise en charge médicale vers le réseau national du risque psychosocial (près de 1000 psychologues, médecins et psychiatres).

SPS offre la première consultation ou téléconsultation aux étudiants en souffrance, réorientés par les psychologues du numéro vert vers les psychologues cliniciens du réseau national du risque psychosocial.

Anticiper les risques et préserver sa santé

Où trouver des informations pratiques et des recommandations pour anticiper les risques de stress, d'insomnie, de conduites addictives ou encore de troubles du comportement (alimentation, repli sur soi...) ? **Dans les fiches repères d'accompagnement psychologique mises en ligne sur le site SPS.**

Tester l'état de son sommeil

La crise actuelle modifie le quotidien de chacun et majore le stress et l'anxiété ce qui n'est pas sans conséquences sur le sommeil des étudiants. SPS en partenariat avec le [réseau Morphée](#) propose en ligne **un questionnaire pour évaluer soi-même la qualité de son sommeil**. A l'issue de ce questionnaire est envoyé immédiatement, des conseils personnalisés d'hygiène de sommeil. Cet outil peut être une première étape pour demander de l'aide et trouver l'orientation médicale la plus adaptée.

Gérer au quotidien son stress et sa fatigue

Se faire accompagner au quotidien dans sa gestion du stress et/ou de la fatigue, retrouver calme et détente en quelques minutes... C'est ce que proposent **les applications d'experts** référencées par SPS et disponibles sur son site.

Retrouvez toutes les informations sur le nouveau site dédié : www.soins-aux-etudiants.com

Faire connaître les ressources SPS auprès du plus grand nombre d'étudiants

L'association SPS communique sur son dispositif via les réseaux sociaux avec deux visuels et une vidéo et a rassemblé toutes les informations de soutien et d'accompagnement sur un site spécifique : www.soins-aux-etudiants.com

Plus d'informations sur l'association SPS : www.asso-sps.fr

Plus que jamais les étudiants ont besoin que l'on prenne soin d'eux !



À propos de



L'association Soins aux Professionnels de la Santé (SPS) a pour origine le rassemblement d'un groupe d'experts souhaitant partager et défendre la santé des professionnels de la santé. Créée en novembre 2015, SPS est une association nationale reconnue d'intérêt général :

- qui **vient en aide aux professionnels de la santé en souffrance au travail** ;
- et qui **agit en prévention pour le mieux-être**.

SPS réalise des enquêtes, met en œuvre des actions et développe des outils innovants pour améliorer la qualité de vie des professionnels de la santé, prévenir et protéger leur santé, optimiser leur activité et la prise en charge des patients.