



### Chaque mois,

le SSU vous propose des actions de prévention et d'éducation pour vous informer, pour comprendre, pour débattre, pour agir, etc.

### Ce mois-ci :

## TA SANTE EST UN DROIT !

## DISPOSITIFS D'ACCÈS AUX DROITS ET AUX SOINS

### Tout savoir !

#### À 18 ans, vous devenez un « assuré autonome ».

Vous bénéficiez désormais de la prise en charge de vos soins sous votre propre numéro de sécurité sociale.

#### Votre meilleur ami : votre compte AMELI !

Votre compte [ameli.fr](https://ameli.fr), est votre espace personnel et sécurisé sur internet pour :

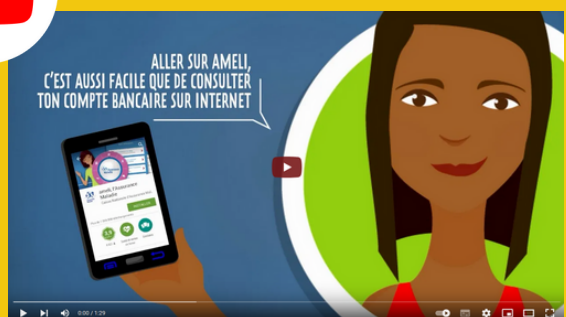
- > Suivre vos remboursements Sécurité sociale en temps réel,
- > Télécharger vos attestations de droits,
- > Commander une Carte Européenne d'Assurance Maladie (CEAM) ou une carte Vitale,
- > Contacter votre CPAM par messagerie

**Afin de préparer au mieux votre rentrée universitaire, pensez à faire vos démarches auprès de l'assurance maladie. Avoir une assurance santé (ou sécurité sociale) est obligatoire pour réaliser vos études.**

L'assurance maladie ne rembourse en moyenne que 70% de vos frais médicaux. Pour accéder à une meilleure couverture de vos frais, vous pouvez souscrire à une complémentaire santé (ou mutuelle).



#### TUTO : J'ouvre mon compte AMELI !



Pour vous aider à comprendre le système de santé en France et les différentes démarches à effectuer, le SSU organise une campagne d'information sur l'accès aux droits à la santé.

## WEBINAIRES POUR TOUT SAVOIR

> Accès aux droits à la santé, tout savoir !  
Lundi 03 octobre 2022, 17h-18h : [inscription ICI](#)

> Présentation du dispositif Qare - Une plateforme de téléconsultation médicale en ligne" gratuite, réservée aux étudiant.e.s possédant une carte vitale ou numéro provisoire :  
Jeudi 13 octobre 2022, 12h-13h : [inscription ICI](#)



L'Assurance Maladie renforce son accompagnement des 16-25 ans par la création de Mes tips santé, une nouvelle rubrique entièrement dédiée aux jeunes !

# SORTEZ AMÉLIE DE LÀ !

## ESCAPE GAME

Pendant la soirée, Amélie n'a pas bu que de l'eau. Elle n'a pas mangé que des gâteaux. Et sa dernière rencontre était loin d'être un cadeau... Par groupe de 6 (ou plus), lancez-vous dans l'aventure pour sortir Amélie de là !

**Vous avez 30 minutes. Vous souhaitez relever le challenge ?**



**Inscrivez-vous en choisissant votre horaire de passage entre 10h00 et 17h00, les 04 et 05 octobre 2022**

**dans les salles C1 et C2 de la MaPs (Bâtiment 399, Orsay)**

**[INSCRIPTION ICI](#)**

REMARQUE : Merci de vous inscrire par groupe et de préciser le nombre de participant.  
Exemple : Gracia Eng (7 participants)

## Des permanences d'information et d'aide aux démarches par la CPAM 91 et 94 :

### > GATE (Guichet d'accueil des nouveaux arrivants) : Bâtiment

**Breguet**, RDC, 3 rue Joliot Curie, 91190 Gif-sur-Yvette.

Prise de RDV et consultation du calendrier d'ouverture en ligne (jusqu'au 16 décembre inclus).

### > IUT de Cachan : 10h00 -16h00 les vendredis 7 et 21 octobre 2022 - infirmierie SSU

Accueil avec ou sans RDV (auprès de l'infirmierie SSU ou en flashant le QR code)

### > Faculté de médecine : 10h00 -16h00, les vendredis 14 et 28 octobre - salle 466

Accueil avec ou sans RDV (auprès de l'infirmierie SSU ou en flashant le QR code)



## VOUS ÊTES ÉTUDIANT.E INTERNATIONAL.E ET VOUS VENEZ ÉTUDIER EN FRANCE ?

You are an international student and you come to study in France ?

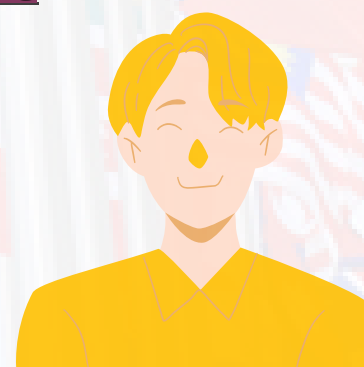
> Afin de vivre au mieux votre séjour en France, le Service de Santé Universitaire (SSU) de l'Université Paris-Saclay met à votre disposition « Mon guide santé en France » en français et anglais. Ce guide vous aidera à comprendre le système de santé français, facilitera les différentes démarches administratives à faire dès votre arrivée sur le territoire français afin de bénéficier d'une prise en charge optimale de vos frais de santé (sécurité sociale, mutuelle complémentaire). Vous y trouverez également les différentes coordonnées des services ressources proposés par l'Université Paris-Saclay, et celles des dispositifs de santé nationaux utiles.

> In order to prepare your stay in France, Student's Health Service (SSU) of the Paris-Saclay University provides you with "My health guide in France" in French and English. This guide will help you to understand the French health system and will facilitate the different administrative steps to be taken before or upon your arrival in France in order to benefit from an optimal coverage of your health expenses (social security, complementary mutual insurance). You will also find the contact information for the various resource services offered by the University of Paris-Saclay, as well as the contact information for the useful national health systems.



[Télécharger le guide](#)

[Download guide](#)



## FLASH INFO SANTÉ MENTALE

**Ce mois-ci a lieu la 33e édition de la Semaine d'Information en Santé Mentale (SISM).**

**A cette occasion, plusieurs actions ont lieu autour du campus :**

- > **jeudi 13 octobre, 18h30 - Ciné-débat sur l'éco-anxiété** - au cinéma Le Trianon (3 bis rue Marguerite-Renaudin 92330 Sceaux)
- > **lundi 17 octobre, 14h - Randonnée "la nature dans la ville " (tout public)** - Au départ de la gare de Massy TGV
- > **vendredi 21 octobre, 10h-12h - Atelier santé mentale et alimentation** - Communauté d'agglomération Paris-Saclay (21 Rue Jean Rostand, 91400 Orsay) - Sur inscription : [melanie.messud@paris-saclay.com](mailto:melanie.messud@paris-saclay.com)
- > **samedi 22 octobre, 10h-12h - Atelier théâtre "Prendre soin de soi par le théâtre" (tout public)** - par l'Association Bleu Soleil - LCR Courdimanche (Rés la Treille, 91940 Les Ulis)

### **Pour votre information...**

- > Les psychologues du SSU sont à votre disposition pour toute demande de consultation (sans frais et en toute confidentialité). Prise de RDV par mail, par téléphone ou sur place ([télécharger la plaquette ici](#)).
- > Le service d'écoute nocturne gratuit **Nightline Saclay** pour les étudiant.es par des étudiant.es est joignable de 21h à 2h30 : par téléphone au 01 85 40 20 10 ou [Tchat en ligne](#).
- > La plateforme **[soutien-etudiant.info](http://soutien-etudiant.info)** est également à votre disposition et recense les ressources et les aides psychologiques gratuites dans toute la France dédiées aux étudiant.e.s.

## FOCUS GROUPE

### Sur la perception des étudiant.e.s du service de santé et leur attente

**Le « Projet IDEE Santé » vise à proposer une nouvelle organisation et politique de santé étudiante, commune à tous les établissements de l'Université Paris-Saclay, afin de garantir une égalité d'accès aux soins, quelque soit la filière ou l'établissement de rattachement.**

Dans le cadre de ce projet, des focus group (entretien collectif d'1h30) avec des étudiants des différents établissements vont être réalisés en octobre et novembre.

Vous souhaitez contribuer à cet échange et participer au focus group ? **Merci de contacter avant le 10 octobre** [nina.ferrari@universite-paris-saclay.fr](mailto:nina.ferrari@universite-paris-saclay.fr) en précisant votre composante et année d'étude.

# POUR VOUS FACILITER LA VIE

## > Prise de RDV en ligne pour les étudiant.e.s de l'Université Paris-Saclay !

A partir de **lundi 10 octobre 2022**, les RDV avec les professionnels du SSU se feront sur la plateforme Doctolib ([lien à venir sur la page internet du SSU](#)).

A compter de cette date vous pourrez :

- Rechercher le professionnel avec lequel vous souhaitez prendre rendez-vous, consultez ses disponibilités.
- Recevoir immédiatement un e-mail de confirmation de votre rendez-vous et un SMS de rappel quelques heures avant la date convenue.
- Annulez ou modifiez un RDV en toute autonomie.

## > Téléconsultation médicale en ligne, gratuite à destination des étudiant.e.s sur QARE :

L'Université Paris Saclay a le plaisir de vous offrir un accès illimité à Qare, une solution de consultation médicale en vidéo, à distance, et sans avance de frais.

Une fois inscrit(e), vous pouvez :

- Consultez un médecin en vidéo parmi plus de 50 spécialités
- De 6h à 00h, 7 jours sur 7
- Depuis votre ordinateur ou votre tablette ou smartphone
- Recevoir une ordonnance si nécessaire
- Sans avoir à avancer de frais si vous êtes en possession d'une carte vitale ou d'un numéro provisoire.

[Inscription au service de télé-consultation Qare ICI](#)

### Attention

*Il ne faut pas tenter de se connecter directement sur le site Qare sinon vous ne bénéficierez pas de la gratuité du service.  
Il faut bien mentionner votre adresse mail étudiante et non votre adresse mail personnelle.*

# NOUVEAUX SERVICES !

## > Consultation jeune consommateur avec le CSAPA :

Si vous êtes en questionnement sur votre consommation, vous pouvez désormais faire le point, éventuellement vous voir proposer une aide avant que la consommation ne devienne problématique. Toutes les types d'addiction peuvent être abordés (alcool, drogues, jeux vidéos, internet...). **Désormais, dès lundi 20 octobre 2022, vous pourrez bénéficier d'une consultation confidentielle d'addictologie gratuite, sur RDV, tous les jeudis matin des semaines paires au SSU Bat 336. Prise de RDV en ligne.**

## > Consultation gynécologique gratuite avec le CPEF :

Consultations médicales de gynécologie et lieu où on peut parler, poser des questions et trouver des informations sur la contraception, la grossesse, l'IVG, les IST/VIH et sur tout ce qui touche la vie affective et relationnelle. En toute confidentialité et gratuit. **Le SSU propose des consultations gynécologiques et de planification familiale gratuites tous les lundis après-midi des semaines paires à l'infirmerie SSU du bâtiment 640, à partir de lundi 3 octobre 2022. Prise de RDV en ligne.**

## POUR ALLER PLUS LOIN...

Page internet du SSU  
Toutes mes aides  
Soutien étudiant info

## NOUS CONTACTER

SANTE.ETUDIANTS@UNIVERSITE-PARIS-SACLAY.FR  
01 69 15 65 39  
SUIVEZ-NOUS SUR INSTAGRAM : @SSU\_UPSACLAY