

# URPS

MÉDECINS LIBÉRAUX

ILE-DE-FRANCE



# Réseau médecin de médecins

Webinaire 1<sup>er</sup> février 2024

# PROGRAMME

Réseau

« Médecin de médecin »

20h30 à 22h00

Introduction et modalités d'intervention durant le webinaire

## Au programme

- **Présentation et fonctionnement du réseau "médecin de médecin" de l'URPS**  
Dr Daniel SCIMECA

- **Présentation des résultats du baromètre santé des médecins libéraux franciliens**  
Dr Elie WINTER

- **Quelques aides ou supports à la prise en charge et au bien-être des médecins**  
Dr Philippe PIZZUTI

- **Comment concrètement m'impliquer dans le réseau médecin de médecin URPS ?**  
Dr Natacha REGENSBERG

# Introduction

**Modalités d'intervention durant le webinar**  
**Votre identification ZOOM : Prénom, Nom, Spécialité**  
**Vos attentes et motivations**

# Présentation du fonctionnement

**Dr Daniel SCIMECA**

Coordonnateur de la Commission Exercice au quotidien

# Réseau “Médecin de Médecins”

---

## La mise en place du réseau “Médecin de Médecins”

- Un réseau de médecins libéraux franciliens volontaires pour :
  - accueillir leurs consœurs / confrères, dans une logique de “coupe-file” et de confidentialité
  - assurer un rôle de “veilleur / guetteur” à l’égard de consœurs / confrères en besoin de soins mais qui ne le reconnaissent pas nécessairement
- Pas de modalité de prise en charge financière ni de consigne sur la tarification : chaque “médecin de médecin” prend en charge les médecins, et est libre de sa pratique tarifaire dans le cadre du droit commun (facturation ou non, dépassement ou non...)



*“Le guetteur”, Deauville, Calvados*

## CHARTRE D'ENGAGEMENT

pour la santé et le bien être des médecins libéraux

**Objet : Mettre en place un réseau de médecins libéraux assurant la prise en charge médicale de leurs confrères**

## CONSIDERANT

Que les médecins libéraux sont particulièrement exposés au risque d'épuisement professionnel et ont la même prévalence que l'ensemble de la population sur l'ensemble des pathologies.

Que les médecins libéraux font preuve d'une extrême réticence à lever le pied. La moitié d'entre eux n'ont tout simplement jamais pris d'arrêt de travail au cours de leur carrière. Pour le tiers d'entre eux, cela remonte à plus de cinq ans

Qu'en matière d'arrêt de travail, les médecins libéraux renoncent régulièrement à un arrêt alors qu'ils sont malades, principalement par conscience professionnelle ou parce qu'ils n'ont pas de remplaçants.

Que seul 1 médecin sur 5 a recours à un confrère pour sa propre prise en charge.

Que le bon état de santé des médecins libéraux est un déterminant important dans leur capacité à bien prendre en charge les patients.



# Réseau médecin de médecins – URPS Ile-de-France

---

**Il a été décidé de mettre en place un service de prise en charge entre médecin à l'initiative et sous le contrôle de la Commission Exercice au quotidien.**

Les médecins qui souhaitent participer à ce réseau s'engage à respecter la charte ci-dessous énoncée.

## **1. PARTICIPER A UNE DYNAMIQUE DE RESEAU**

S'engager à participer aux différentes réunions et échanges au sein du groupe de médecins constitués par l'URPS médecins Ile-de-France et partager son retour d'expérience en vue de l'amélioration de nos pratiques et approches dans la prise en charge des collègues en souffrance.

## **2. APPLIQUER UNE BIENVEILLANCE CONFRATERNELLE**

Offrir un climat de confiance confraternel et rassurant aux confrères qui viennent nous consulter.

## **3. GARANTIR UNE DISPONIBILITE**

Se rendre disponible rapidement et proposer un suivi rapproché et adapté aux situations rencontrées.

## **4. S'APPUYER SUR UNE DECISION COLLEGIALE**

Se faire aider et recourir si nécessaire à une décision collégiale dans le cadre de situations complexes.

## **5. ACCEPTER LES REGLES DU RESEAU**

En tout état de cause accepter que la Commission exercice au quotidien de l'URPS médecins se réserve le droit de valider et de reconduire ma participation au réseau médecin de médecins de l'URPS médecins Ile-de-France.

# Le réseau médecin de médecins se construit avec vous

---

12

Quelques rencontres en 2023 et déjà un réseau de 22 confrères volontaires pour participer à la prise en charge des collègues



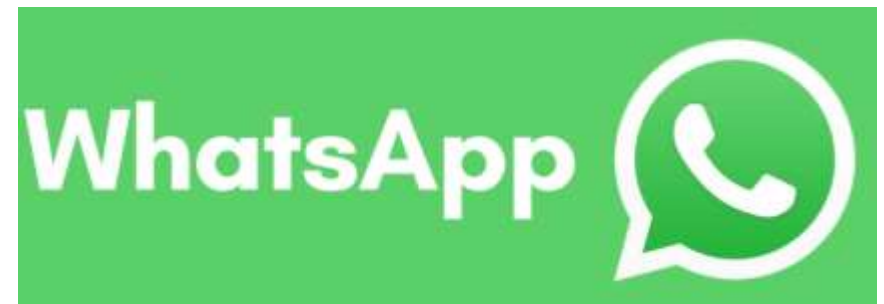
# Communiquer entre nous simplement

---

## Un groupe WhatsApp : med-a-med@URPS

### Objectifs:

- Échanger des situations
- Demander de l'aide
- Échanger des informations pratiques (dates, évènements)
- Œuvrer à la convivialité
- L'efficacité sans l'envahissement
- Une auto-discipline de pertinence
- Une régulation acceptée par tous



## Le partenariat avec MOTS : une ligne d'écoute 24/7

- Via le 01 45 45 45 45, une possibilité 24/7 pour les médecins franciliens de recourir à la ligne d'écoute de l'association MOTS
- 24/7, les opérateurs d'accueil formés de l'association MOTS prennent les appels, avec un engagement de **rappel par un médecin** sous 24h maximum
- Une possibilité pour la ligne de MOTS **d'orienter les médecins franciliens vers les correspondants du Réseau Médecin de Médecin de l'URPS médecins libéraux IdF**, pour une prise en charge ponctuelle ou récurrente.

# Réseau “Médecin de Médecin”

---

DISCUSSION

&

ECHANGES

# **Baromètre santé des médecins franciliens**

**Dr Elie WINTER**  
**Membre de la Commission Exercice au quotidien**



## Semaine santé des médecins libéraux

**Du 1<sup>er</sup> au 8 décembre 2023**

**Une campagne de sensibilisation à l'initiative de l'URPS  
médecins :**

**la Semaine de la Santé des médecins libéraux :**

**« Et vous Docteur, Comment allez-vous? »**

# Sensibiliser les confrères



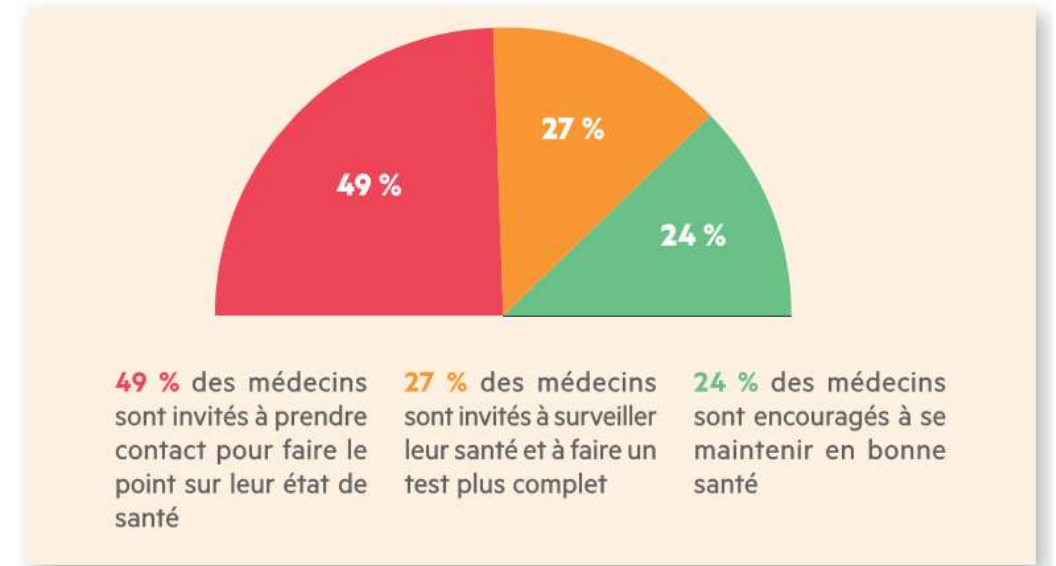
1290 confrères libéraux à avoir fait le point sur leur état de santé au travers de l'auto-questionnaire URPS

[Auto-questionnaire en ligne](#)

Un autotest volontairement court et succinct mais participant à la prise de conscience et la mobilisation.

## LES RÉSULTATS DU BAROMÈTRE SANTÉ DES MÉDECINS LIBÉRAUX

Le baromètre de la santé des médecins libéraux reflète une réalité inquiétante. Avec un rythme de travail soutenu, une charge mentale importante et un manque d'attention pour leur propre santé, les médecins libéraux sont, sans surprise, exposés aux situations de surmenage ou aux risques professionnels pour leur santé.



Dans le détail des critères du test, les grandes tendances sont les suivantes :

- Epuisement professionnel : 44 % des médecins répondants sont en zone de risque
- Dépersonnalisation et perte d'empathie : 56 % des répondants sont en zone de risque Une situation contrastée : les médecins répondants se déclarent plusieurs fois par semaine :
  - Fatigués au réveil : pour 42 % d'entre eux
  - Plein d'énergie : pour 52 % d'entre eux
  - A bout à la fin de leur journée : pour 40 % d'entre eux

Sur le plan de leur prise en charge et suivi médical :

- 26 % des médecins répondants déclarent n'avoir fait aucun dépistage ou examen de contrôle durant les deux dernières années. (15 % chez les + de 60 ans)
- 53 % déclarent avoir un symptôme somatique qui aurait dû les amener à consulter sans l'avoir fait

Points positifs :

- 90 % des médecins répondants déclarent avoir le sentiment de s'occuper régulièrement très efficacement de leurs patients.
- La majorité des médecins arrivent à préserver une activité sociale, culturelle ou sportive sans doute essentielle à leur équilibre, 83 % ont réussi à partager dans les 8 derniers jours un repas familial ou amical, 68 % à avoir une activité culturelle ou sportive.

# Sensibiliser les confrères

---

Au travers de cette campagne l'URPS médecins souhaite avant tout :

- Sensibiliser les médecins à leur santé et bien-être, les inciter à consulter un confrère
- Développer et promouvoir le réseau médecin de médecins de l'URPS médecins
- Inciter à la pratique sportive et culturelle au travers d'offres franciliennes
- Encourager les médecins à disposer d'une prévoyance avec une couverture adaptée

Le baromètre santé des médecins libéraux sera réalisé chaque année 1ère semaine de décembre

## Réseau “Médecin de Médecin”

---

DISCUSSION

&

ECHANGES

# Quelques aides et supports à la prise en charge des confrères

**Dr Philippe PIZZUTI**

Coordonnateur de la Commission Exercice au quotidien

VOUS AVEZ UN  
PROBLÈME DE SANTÉ ET  
SOUHAITEZ BÉNÉFICIER  
D'UNE ORIENTATION  
POUR UNE PRISE EN  
CHARGE MÉDICALE ?  
COMPOSEZ LE NUMÉRO  
UNIQUE POUR LES  
MÉDECINS LIBÉRAUX  
FRANCILIENS

NUMÉRO UNIQUE RÉGIONAL



Via ce numéro, les opérateurs d'accueil formés de l'association MOTS prennent les appels 7 jours sur 7, 24 heures sur 24 avec un engagement de **rappel par un médecin** sous 24h maximum.

Les répondants sont formés à la gestion de réponse aux situations de crise et détresse mais peuvent aussi traiter de demandes de prise en charge à programmer.

En fonction des besoins du médecin appelant, le réseau va pouvoir faire appel :

- soit à l'un d'entre vous car la demande correspond à votre compétence sur votre territoire
- soit à un dispositif plus ciblé que nous avons recensé en Ile-de-France

## Mon bilan sportif

Vous souhaitez mesurer votre condition physique générale ? Connaître votre bio âge, l'âge qu'a théoriquement votre corps et disposer d'un programme sportif adapté à votre condition physique (cardio, force, flexibilité, métabolisme) ? Profitez de notre offre négociée avec Care for You à Issy-les-Moulineaux et bénéficiez d'un rendez-vous personnalisé d'1h30 pour réaliser 4 tests :

- Des tests de force réalisés sur l'ensemble du corps
- Un test de capacité cardio-vasculaire
- Un test de flexibilité pour mesurer de potentiels déséquilibres
- Un bilan métabolique détaillant votre composition corporelle (masse grasse, musculaire, niveau d'hydratation, déséquilibre...)



L'URPS médecins prévoit de développer ce type de partenariat avec les différentes Maisons sport santé d'Ile-de-France afin d'inciter les médecins à faire un bilan et à faire le choix d'une activité physique quotidienne



## Bilan : Ma santé psychique



CONNAÎTRE

**DISPOSITIF ÉTAPE**

**Une aide aux soignants présentant une atteinte de leur santé psychique en lien avec leur travail**

Intitulé : [syndromes liés au travail](#)

ASSISTANCE PUBLIQUE HÔPITAUX DE PARIS

### Le bilan

Un bilan initial pluridisciplinaire est organisé en une fois en hôpital de jour avec :

- un bilan psychologique (questionnaires et entretien)
- une consultation avec un psychiatre
- une évaluation médico-professionnelle (analyse précise des conditions de travail perçues et du fonctionnement individuel au travail).
- un entretien avec l'assistante sociale
- une séance de psycho-éducation : Information et prévention sur différents thèmes : stress, épuisement professionnel, anxiété, dépression ou traumatisme.

La suite de prise en charge dépendra du réseau de soin déjà en place et des besoins individuels.

A noter que nous développons des prises en charge spécifiques sur l'épuisement professionnel.

### Comment faire la demande ?

Contatez le secrétariat

@ elodie.choisy@aphp.fr

Précisez dans l'objet du mail :

« *Demande de consultation projet ETAPE* »

### Confidentialité

La confidentialité absolue est fondamentale, il n'y aura pas d'accès possibles à vos informations (dossier papier et informatique).

### Attention

Si vous présentez des difficultés psychologiques anciennes, le protocole proposé n'est pas le plus adapté pour vous, un suivi individualisé avec un psychiatre traitant est nécessaire.

Si vous ressentez des symptômes très intenses, y compris des idées noires, il est important d'agir vite pour vous protéger. Vous pouvez contacter en urgence et 24h/24 les lignes d'écoutes et d'aides des services d'urgences psychiatriques proches de chez vous ou composez le 15.

## CONTRAT DE PRÉVOYANCE : OÙ EN ÊTES-VOUS ?

Vous disposez déjà très certainement d'un contrat de prévoyance. Sachez toutefois qu'il est important de revoir régulièrement les clauses de votre contrat pour l'adapter à l'évolution de votre situation professionnelle et familiale. Sans résilier les clauses existantes, la mise à jour de vos informations personnelles fait partie des bonnes pratiques de prévoyance. Et pour ceux qui viennent de s'installer et n'ont pas encore fait le choix de leur contrat :

CONSULTEZ NOTRE GUIDE PRATIQUE :  
COMMENT CHOISIR MA PRÉVOYANCE ?

RENDEZ-VOUS SUR NOTRE SITE



Incitez les médecins à disposer d'un contrat de prévoyance :

- un guide URPS en ligne pour bien choisir sa prévoyance
- et bientôt une sélection des meilleurs contrats en fonction de son profil.

# Réseau “Médecin de Médecin”

---

DISCUSSION

&

ECHANGES

# Comment concrètement m'impliquer dans le réseau médecin de médecin

**Dr Natacha REGENSBERG**

Membre de la Commission Exercice au quotidien

# Le réseau médecin de médecins se construit avec vous

---

Rejoignez-nous !!!



Pour toute demande  
d'adhésion, un formulaire  
en ligne disponible [ici](#)



**Les prochaines occasions de se rencontrer en présentiel et de faire connaissance pour vous intégrer au réseau**

**Le jeudi 7 mars à partir de 20h00  
Le samedi 1<sup>er</sup> juin à 14h00**

**Dans nos locaux URPS médecins  
12, rue Cabanis Paris XIV**

# Questions diverses