

Chaque mois, le Service de Santé Etudiante (SSE) de l'Université Paris-Saclay, vous présente ses actions de prévention et d'éducation pour vous informer, pour comprendre, pour débattre, pour agir ensemble.



La lettre de prévention

Septembre 2023

Restez en bonne santé : droits et ressources

La santé est une ressource
de la vie quotidienne.

Préservez votre santé pour favoriser votre réussite.

université
PARIS-SACLAY

Votre santé est un droit : ne la négligez pas

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

Vous trouverez dans cette lettre différentes ressources pour vous aider à mieux comprendre le système de santé en France et les différentes démarches en santé à effectuer.

J'ouvre mon compte AMELI !

Dès la rentrée universitaire, pensez à faire vos démarches auprès de l'assurance maladie : AMELI.



TUTO : J'ouvre mon compte
AMELI ! ICI



**l'Assurance
Maladie**
Agir ensemble, protéger chacun

ameli.fr

Votre compte 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



Attention : 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). Des mutuelles étudiantes à des prix avantageux sont à votre disposition. Sous condition de ressources, la Complémentaire Santé Solidaire peut vous être accordée par le gouvernement soit sans participation financière soit en contrepartie d'une participation financière. [Simulation en ligne ICI](#)

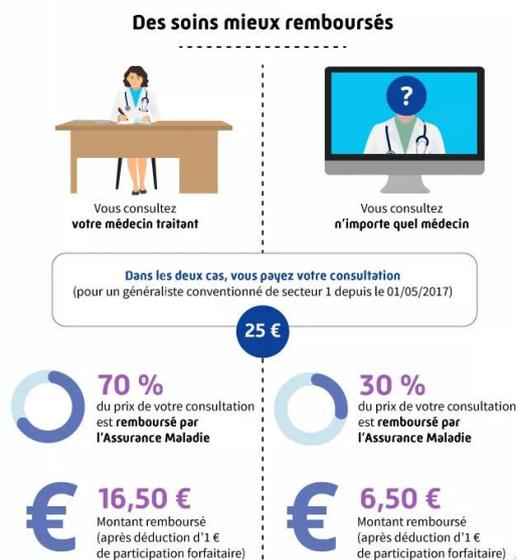
Je pense à déclarer mon médecin traitant

Pourquoi ?

Le médecin traitant offre un meilleur suivi médical car il est votre premier interlocuteur pour votre santé. Il vous propose des soins adaptés et vous oriente vers un spécialiste en cas de besoin. De plus, vos soins sont mieux remboursés. Dans le cas d'un généraliste conventionné de secteur 1 depuis le 1er mai 2017 dont le coût de la consultation s'élève à 25 euros et s'il s'agit de votre médecin traitant, la consultation est remboursée par l'Assurance Maladie à 70 %, soit 16,50 euros après déduction de 1 euro de participation forfaitaire. S'il s'agit de n'importe quel médecin, la consultation est remboursée par l'Assurance Maladie à 30 %, soit 6,50 euros après déduction de 1 euro de participation forfaitaire.



TUTO : Déclarer son médecin traitant



Vous venez étudier en France ?

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

Les étudiants internationaux doivent prendre rendez-vous avec le service de santé de leur établissement lors de leur arrivée en France. Vous pouvez **prendre rendez-vous en ligne ICI** ou consulter la page Santé et bien-être pour avoir plus d'informations.

Afin de préparer au mieux votre séjour en France, le Service de Santé Etudiante (SSE) de l'Université Paris-Saclay met à votre disposition : « Mon guide santé en France » en français et anglais.

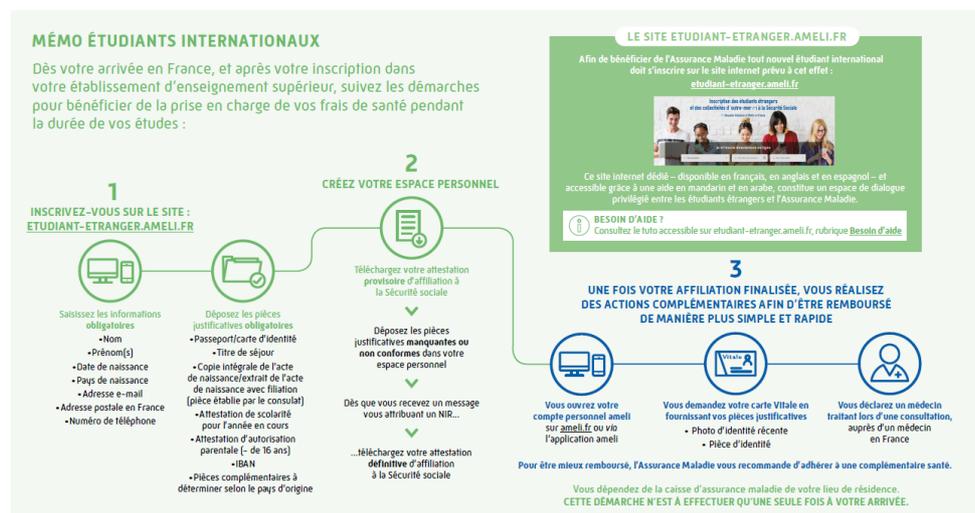
In order to prepare your stay in France, Student's Health Service (SSE) of the Paris-Saclay University provides you with "My health guide in France" in French and English.



- Télécharger le guide
- Download guide

Couverture santé et mutuelle pour les internationaux

Le pôle Accueil international de l'Université Paris-Saclay a mis en place un partenariat avec des organismes proposant la mutuelle et l'assurance responsabilité civile pour faciliter les démarches administratives des étudiants et doctorants internationaux. En choisissant l'un des organismes, vous pourrez échanger avec un interlocuteur privilégié, en français ou en anglais, et souscrire directement en ligne : **Pour en savoir plus ICI**



Pour tout savoir !

1 Webinaires

Les aides aux étudiantes et étudiants : du bien-être à la réussite – Présenté par Isabelle Demachy, vice-présidente Formation Innovation pédagogique et Vie étudiante, Anne Guiochon-Mantel, vice-présidente Vie universitaire, Brigitte Cauchi-Caron, directrice du service de santé étudiante (SSE) et Hervé Rivières, directeur de la Vie étudiante et Egalité des chances (DVEEC).

- Vendredi 15 septembre 2023, 12h45-13h45 : [lien de connexion](#)

A la découverte de l'offre de santé étudiante au sein de l'Université Paris-Saclay – présenté par le Dr Brigitte Caron, médecin directeur du SSE



Pour les étudiant.es de l'Université Paris-Saclay :

- Jeudi 21 septembre 2023, 17h-17h30 : [je m'inscris ici](#)
- Mardi 10 octobre 2023, 13h-13h30 : [je m'inscris ici](#)

Pour le personnel de l'Université Paris-Saclay :

- Mardi 19 septembre 2023, 13h-13h30 : [je m'inscris ici](#)
- Jeudi 12 octobre, 17h-17h30 : [je m'inscris ici](#)

Présentation de l'offre de service de la CPAM du 91

- Vendredi 01 septembre 2023, 9h-10h30 : [je m'inscris ici](#)
- Mardi 07 novembre 2023, 9h-10h30 : [je m'inscris ici](#)
- Jeudi 21 décembre 2023, 9h-10h30 : [je m'inscris ici](#)

Les aides financières et individuelles de l'Allocation de Solidarité Spécifique (ASS) de la CPAM du 91

- Lundi 16 octobre 2023, 10h30-11h00 : [je m'inscris ici](#)

2 Escape Game : sortez Amélie de là !



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, lancez-vous dans l'aventure pour sortir « Amélie » de là. Vous avez 30 minutes.

Vous souhaitez relever le challenge ? **Retrouvez-nous sur le Festival d'accueil des nouveaux arrivants, le jeudi 28 septembre 2023, à partir de 11h30**

Participation sur inscription ICI

Le SSE



**Téléchargez la plaquette
en français : version web
/ version imprimable**

**Download the brochure
in English : web version /
printable version**

**Pour les doctorants,
merci de télécharger le
Guide Santé des
doctorants pour
connaître vos droits :**

- **Version Française**
- **English version**

Consultation de prévention avec le SSE : Vous pouvez prendre rendez-vous auprès des professionnels du Pôle Santé du SSE de votre établissement directement en ligne sur votre intranet, rubrique « santé ». Le SSE n'assure pas de soins thérapeutiques, mais peut vous orienter pour trouver un professionnel de santé.

Le code de validation qui vous sera demandé pour confirmer votre rendez-vous vous sera adressé par mail sur votre adresse universitaire et est disponible sur votre Intranet.

- Réservation en ligne accessible uniquement pour les étudiants inscrits dans les établissements suivants : Faculté de Droit-Eco-Gestion/Jean-Monnet, IUT de Sceaux, IUT de Cachan, Faculté de Médecine, Faculté des Sciences, Faculté des Sciences du Sport, Faculté de Pharmacie, Polytech, IUT Orsay, AgroParisTech.
- Retrouvez l'intégralité de nos services et les différents pôles SSE ICI

Téléconsultation médicale : L'Université Paris Saclay met à la disposition des étudiant·es de l'Université Paris-Saclay un accès illimité à Qare, une solution de consultation

- 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 et votre lieu de résidence actuel.

Le SSE recrute ! Et si vous deveniez étudiant·es Relais Santé ?

Le SSE déploie le dispositif « Etudiant.es Relais Santé » dans ses 9 composantes universitaires. Relais entre le SSE et les étudiant·es, les ERS facilitent la meilleure connaissance et visibilité des offres, services et dispositifs de santé proposés aux étudiant.es, permettent de mener des actions de prévention de proximité en informant, sensibilisant, orientant, etc.

Scannez le QR code pour accéder à la fiche mission :



Lors de cette expérience, l'étudiant.e recruté.e développera notamment des compétences en communication, en santé et en gestion de projets et pourra être amené.e à réaliser des tâches administratives ponctuelles dans le cadre de la coordination des actions de prévention.

Prérequis :

- être inscrit.e à l'Université Paris-Saclay depuis au moins un an. Les étudiant.es en césure peuvent postuler.
- avoir moins de 25 ans au moment du début du contrat



Merci de faire parvenir votre candidature par mail accompagné de

- un curriculum vitae (CV)
- une lettre de motivation
- un scan de la carte étudiante

à : gracia.engwala@universite-paris-saclay.fr

Indiquer en « objet » : Candidature Etudiant·es Relais Santé à [nom de la composante]

Vous êtes concerné·e par le handicap ?

L'Université Paris-Saclay développe une politique fondée sur le principe d'inclusion des personnes en situation de handicap ou en incapacité temporaire, permettant aux étudiants de poursuivre leurs études de façon optimale et dans les meilleures conditions possibles.

Ainsi, un·e étudiant·e en situation de handicap peut bénéficier d'aménagements d'études et/ou d'examens et être accompagné·e tout au long de ses études par le Service Handicap.

Pour connaître les démarches à suivre et les aménagements d'études possibles : <https://www.universite-paris-saclay.fr/vie-de-campus/handicap/etudiants-en-situation-de-handicap>

Vous souhaitez apporter une aide aux étudiant·es en situation de handicap ?

L'Université Paris-Saclay recrute durant toute l'année universitaire des étudiant·es pour des missions d'aide à la prise de notes, de secrétaire d'examens ou de tutorat.

Si vous êtes intéressé·e, vous pouvez contacter le référent handicap rattaché à votre composante, établissement-composante ou université membre-associé en consultant la [liste des référent.es handicap ICI](#)

La RQTH ? Il faut y penser !

La RQTH (= reconnaissance de la qualité de travailleur handicapé) vous permet de bénéficier d'un accompagnement et/ou d'aides spécifiques, que ce soit pour une recherche d'emploi ou de stage. Cette décision administrative reste confidentielle et à l'initiative du demandeur. Elle ouvre le droit notamment à des mesures de compensation spécifiques telles qu'un aménagement horaire et/ou de poste, l'accès à du matériel spécifique si nécessaire, un accompagnement adapté pour la recherche d'emploi et l'insertion professionnelle, etc.).



La Reconnaissance de la Qualité de Travailleur Handicapé



La Convention Atouts pour tous Île-de-France a réalisé un supports vidéo d'information et de sensibilisation à la RQTH en direction des jeunes et de leurs familles, afin de favoriser la démarche de demande de reconnaissance de qualité de travailleur handicapé (RQTH).

Pour en savoir plus :

handicap.etudiant@universite-paris-saclay.fr / Tel : 01 69 15 61 59

Formations de sensibilisation pour tous

Vous souhaitez être étudiant.e pair 'aidant et acquérir des compétences pour bien accompagner vos collègues, copains,... Le SSE propose 3 formations gratuites qui reprennent dès maintenant :

- **Prévention Information Sensibilisation en Santé Mentale (PrISSM)**

En collaboration avec le CRIP-IDF, le SSE met en place un programme de sensibilisation à la santé mentale pour mieux être à l'écoute de soi et des autres.

Pr I S SM
Prévention Information Sensibilisation
en Santé Mentale

Pour s'inscrire, scannez le QR code ci-dessous :



- **Mener des actions de prévention en milieu festif**

Vous souhaitez acquérir des connaissances sur les enjeux de la prévention en milieu festif et savoir comment organiser une soirée "Safe" ? Le Service de Santé des étudiants (SSE) propose à tous les étudiants la formation « Mener des actions de prévention en milieu festif » pour vous donner les "tips" nécessaires pour mettre en place une atmosphère de prévention durant vos événements festifs.



Pour s'inscrire, scannez le QR code ci-dessous :



- **Formation Prévention et Secours Civique de niveau 1 (PSC1)**

Pour apprendre à réagir face à des situations de la vie quotidienne : malaise, traumatismes, perte de connaissance, arrêt cardiaque, etc.

Pour s'inscrire, scannez le QR code ci-dessous :



Pour en savoir plus sur les programmes, dates et modalités d'inscription : <https://www.universite-paris-saclay.fr/vie-de-campus/sante-et-bien-etre>



Flash info santé mentale

Le SSE vous propose une liste de ressources en santé mentale : des numéros d'urgence, des lignes d'écoute et des structures de santé.

Pour les découvrir, scannez le QR ci-contre :



Vie de campus

Le SUAPS Paris Saclay est heureux de vous inviter à sa semaine Forme et Bien-Être, du 11 au 15 septembre 2023 !

Inscriptions ouvertes sur le Portail

Sport : <https://sports.universite-paris-saclay.fr>

Les effectifs sont limités.

Modalités d'inscription :

- Ces activités sont réservées aux étudiants et personnels de l'Université Paris Saclay
- Elles sont gratuites, et il est nécessaire d'adhérer au SUAPS.

Contact : claudelabourdette@universite-paris-saclay.fr

nous contacter

sante.etudiants@universite-paris-saclay.fr

01 69 15 65 39

instagram @ssu_upsaclay