

ECOUTE ET SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

Novembre 2020

Depuis le printemps 2020, la pandémie de Covid-19 a fortement impacté notre vie familiale, sociale et professionnelle. Le sentiment d'insécurité, les manifestations de stress, d'anxiété peuvent tous nous affecter et avoir des répercussions fortes sur notre santé mentale. Il est alors important de solliciter le soutien de nos familles, nos amis, nos voisins, nos collègues mais aussi des associations et des professionnels spécialisés.



POUR TOUTE INFORMATION

N° vert : 0800 130 000 24h/24 7j/7



Appel transféré en cas de détresse psychologique
sur

Plateforme « Croix Rouge Ecoute » 0800 858 858



Informations transmises au réseau national des CUMP
si nécessité d'une prise en charge médico-psychologique

Vous êtes en situation de handicap, vous êtes un proche aidant
et vous êtes en grande difficulté ou sans solution immédiate
dans le cadre de la crise sanitaire actuelle ?

N'hésitez pas à appeler !

N° vert d'appui : 0800 360 360

Pour plus de renseignements <https://handicap.gouv.fr/les-aides-et-les-prestations/numeros-de-telephone-utiles/360>

CONTACT US



LIGNES D'ECOUTE

CALL US



designed by freepik.com

SOS CONFINEMENT

7J/7 24h/24

0 800 190 000

CROIX-ROUGE CHEZ VOUS Ecoute, soutien, information et livraison.	09 70 28 30 00
SOS AMITIE (24h/24) https://www.sos-amitie.com	09 72 39 40 50
ASSOCIATION TERRA PSY – Psychologues sans frontières En français, anglais et arabe. http://www.terrapsy.org/	0 805 383 922
SOS HELP (Anglais uniquement)	01 46 21 46 46
FRANCE DEPRESSION	07 84 96 88 28
SOS DEPRESSION	0 892 70 12 38
SUICIDE ECOUTE https://suicideecoute.pads.fr/	01 45 39 40 00
SOS SUICIDE PHENIX ECOUTE https://sos-suicide-phenix.org/	01 40 44 46 45
SOLITUD'ECOUTE « Les petits frères des pauvres »	0800 47 47 88
AGRI'ECOUTE Pour les agriculteurs en souffrance	09 69 39 29 19
ALCOOL INFO SERVICE https://www.alcool-info-service.fr/	09 80 980 930
DROGUE INFO SERVICE https://www.drogues-info-service.fr/	0800 23 13 13
ALCOOLIQUE ANONYMES	09 69 39 40 20
NARCOTIQUES ANONYMES	01 43 72 12 72
ANOREXIE BOULIMIE, INFO ECOUTE https://www.ffab.fr/	0 810 03 70 37

FIL SANTE JEUNES (anonyme et gratuit) 0 800 235 236

<https://www.filsantejeunes.com/>

PHARE 01 43 46 00 62

Prévention du mal-être et du suicide des jeunes

<https://phare.pads.fr/>

LES FUNAMBULES/FALRET, 07 66 24 54 11

<http://www.lesfunambules-falret.org/>
pour les jeunes (7-25 ans) concernés par
la souffrance d'un proche

EMPREINTES 01 42 380 808

Accompagner le deuil

<https://www.empreintes-asso.com/>

AVEC NOS PROCHES 01 84 72 94 72

Ligne nationale d'aide aux aidants,

<https://www.avecnosproches.com/>

Plateforme "TOUS MOBILISES" 0 805 035 800

Soutien aux familles ayant un enfant en situation de handicap

<https://www.grandir-ensemble.com/>

PERSONNES AGEES VULNERABLES 3977

VIOLENCES FEMMES INFO 3919

ENFANCE EN DANGER 119

URGENCE par SMS 114

Personnes sourdes, malentendantes, aphasiques

NOUVEAU DISPOSITIF D'AIDE AUX VICTIMES de Violences

Pour alerter par SMS quand on ne peut sortir ou faire du bruit

ESPAIRS 04 26 73 87 99

Ligne d'écoute pair-aidants (Rhône)

(8h30/12h30 du lundi au vendredi)

<https://www.espairs.org/>

ARGOS2001 01 46 28 01 03

Aide aux personnes vivant avec des troubles bipolaires et à leurs
proches

UNAFAM 01 42 63 03 03

Union Nationale de Familles et Amis
de Personnes Handicapées Psychiques.

<https://www.unafam.org/>

<https://www.unafam.org/besoin-daide/un-accueil-de-proximite>

SCHIZO'OUI ! 01 45 89 49 44

<http://www.schizo-oui.com/>

<https://www.fnapsy.org/>

PLATEFORME AUTISME INFO SERVICE 0 800 71 40 40

<https://www.autismeinfoservice.fr/>



SITES ET APPLICATIONS RESSOURCES



PSYCOM

<http://www.psycom.org/Ou-s-adresser/Lignes-d-ecoute>

COLLECTIF NATIONAL INTER GEM, les petites fabriques de lien :

<https://www.cnigem.fr/>

COMME DES FOUS, GEM virtuel :

https://t.me/commedesfous?fbclid=IwAR0IWfZMbyU7V-6SBuWCI8SQKnOTbxbMHHoy0WX_ZPTXez2maph5y6Ykmmw

OWLIE, Intelligence artificielle conversationnelle (Chatbot)
également sur Twitter

<https://www.facebook.com/owlielechatbot/>

PROMESSES, PROfamille et Malades : Eduquer, Soutenir,
Surmonter Ensemble les schizophrénies

<https://www.promesses-sz.fr/>

Réseau français sur l'entente de voix pour rejoindre un groupe
REV sur Zoom <http://revfrance.org/groupes-en-ligne-et-par-tchat/>

Alcooliques Anonymes réunions en ligne

<https://www.alcooliques-anonymes.fr/reunions-aa-en-ligne>

Narcotiques Anonymes réunions en ligne

<https://www.narcotiquesanonymes.org>

Le Centre Ressource Handicap Psychique des Pays de la Loire met à disposition des outils utiles pour la santé mentale de tous.

Plus d'information sur notre site : <http://www.crehpsy-pl.fr>



N'hésitez pas à nous contacter :

crehpsypaysdelaloire@gmail.com

02.41.80.79.42/06.88.85.92.51

Prenez soin de vous

L'équipe du CReHPsy PL