

ASSOCIATION RÉNOVATION

GUIDE RESSOURCES

PRÉVENTION DU RISQUE SUICIDAIRE
ET SANTÉ MENTALE : À QUI S'ADRESSER ?

**BORDEAUX MÉTROPOLE
2026**

SOMMAIRE

→	MOT D'ACCUEIL	03
→	LE RÉSEAU DE PRÉVENTION DU RISQUE SUICIDAIRE	05
	A. DISPOSITIF DE FORMATION	05
	B. ORIENTATION	08
→	URGENCES	12
	A. ENFANTS ET ADOLESCENTS	12
	B. ADULTES	13
→	HOSPITALISATIONS	14
	A. ENFANTS ET ADOLESCENTS	14
	B. ADULTES	18
→	LES CONSULTATIONS	24
	A. ENFANTS ET ADOLESCENTS	25
	B. ADULTES	27
	C. ÉQUIPES MOBILES	29
→	DISPOSITIFS D'ACCUEIL, DE SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE ET DE PRISE EN CHARGE	30
	A. ENFANTS, ADOS ET JEUNES ADULTES	30
	B. MAL-ÊTRE, SOUFFRANCE PSYCHOLOGIQUE	35
	C. SOUTIEN ET PAIR-AIDANCE	42
	D. SANTÉ ET ACCÈS AUX DROITS	45
	E. ADDICTIONS	47
	F. SOUTIEN À LA PARENTALITÉ	53
	G. VICTIMES DE VIOLENCES	55
	H. IDENTITÉ DE GENRE	59
	I. PERSONNES ÂGÉS ET GÉRIATRIE	60
	J. FIN DE VIE ET ACCOMPAGNEMENT AU DEUIL	62
	K. DISPOSITIFS D'ÉCOUTE	65

MOT D'ACCUEIL

Chaque année en France environ 10 000 personnes décèdent par suicide (soit plus de deux fois et demi le nombre de victimes d'accidents de la circulation) et 200 000 personnes tentent de se suicider. En Gironde, en dehors de la métropole bordelaise, les taux standardisés de mortalité par suicide des différents départements sont supérieurs à la moyenne nationale (moyenne nationale à 15,6 décès pour 100 000 habitants contre 18,6 en Gironde).

Le suicide, cause majeure de décès prématurés évitable, est un enjeu prioritaire de la politique nationale en Santé Publique, réaffirmé par la feuille de route "santé mentale et psychiatrie" de juin 2018.

Si le suicide est un phénomène complexe, il peut être évité dans une majorité de situations par la mise en place d'actions au niveau de la population générale, des populations vulnérables ainsi qu'au niveau individuel.

Une stratégie de prévention régionale adaptée au contexte et aux ressources locales est en cours de déploiement dans le pays avec un objectif commun : repérer et maintenir le lien avec les personnes à risque suicidaire au plus près de leur lieu de vie.

La formation est un des quatre axes clés de cette stratégie, au côté de la Ligne Nationale de Prévention du Risque Suicidaire (3114), du dispositif "VigilanS" de recontact des personnes ayant fait une tentative de suicide (ancien SUVA-Psy en Gironde) et de la lutte contre le risque de contagion suicidaire (Programme PAPAGENO).

Depuis 2012, l'Association Rénovation – *spécialisée dans la prise en charge d'adolescents et d'adultes affectés par des troubles du comportement et des maladies psychiques* – s'est vu confier par l'Agence Régionale de Santé la coordination de ces actions de formation en Gironde.

L'objectif principal est de constituer et d'animer un réseau girondin de personnes formées au repérage et à l'évaluation de la crise suicidaire, en mesure d'orienter et d'accompagner les personnes à risque.

Pour BORDEAUX et sa métropole, la réalisation de cet objectif s'accompagne d'une participation au Conseil Local en Santé Mentale de Bordeaux et au Contrat Local de Santé de Bordeaux Métropole et ainsi qu'à la collaboration active avec d'autres acteurs locaux, notamment hospitaliers, afin de renforcer le maillage territorial, la visibilité et l'accessibilité de l'offre de prise en charge.

Ce guide est un des outils essentiels proposé aux personnes formées dans le cadre du projet. Il est régulièrement mis à jour afin de renforcer l'efficacité des orientations vers la prise en charge des personnes évaluées comme étant à risque ou en crise suicidaire.

UNE PERSONNE RESSOURCE

En 2019, l'Association Rénovation consolide le Projet de prévention du risque suicidaire sur les territoires les plus concernés par cette problématique en créant un poste de référent territorial. Sur Bordeaux Métropole c'est Clémence BAILLET, infirmière diplômée d'état, qui a pour rôle de co-animer les formations (en binôme avec des professionnels du territoire), d'accompagner les personnes formées et d'assurer une animation du réseau. Cette animation se fait en lien avec le système sanitaire de crise afin de garantir le maillage territorial et la continuité "*repérage-évaluation-orientation vers le soin*".

CLÉMENCE BAILLET

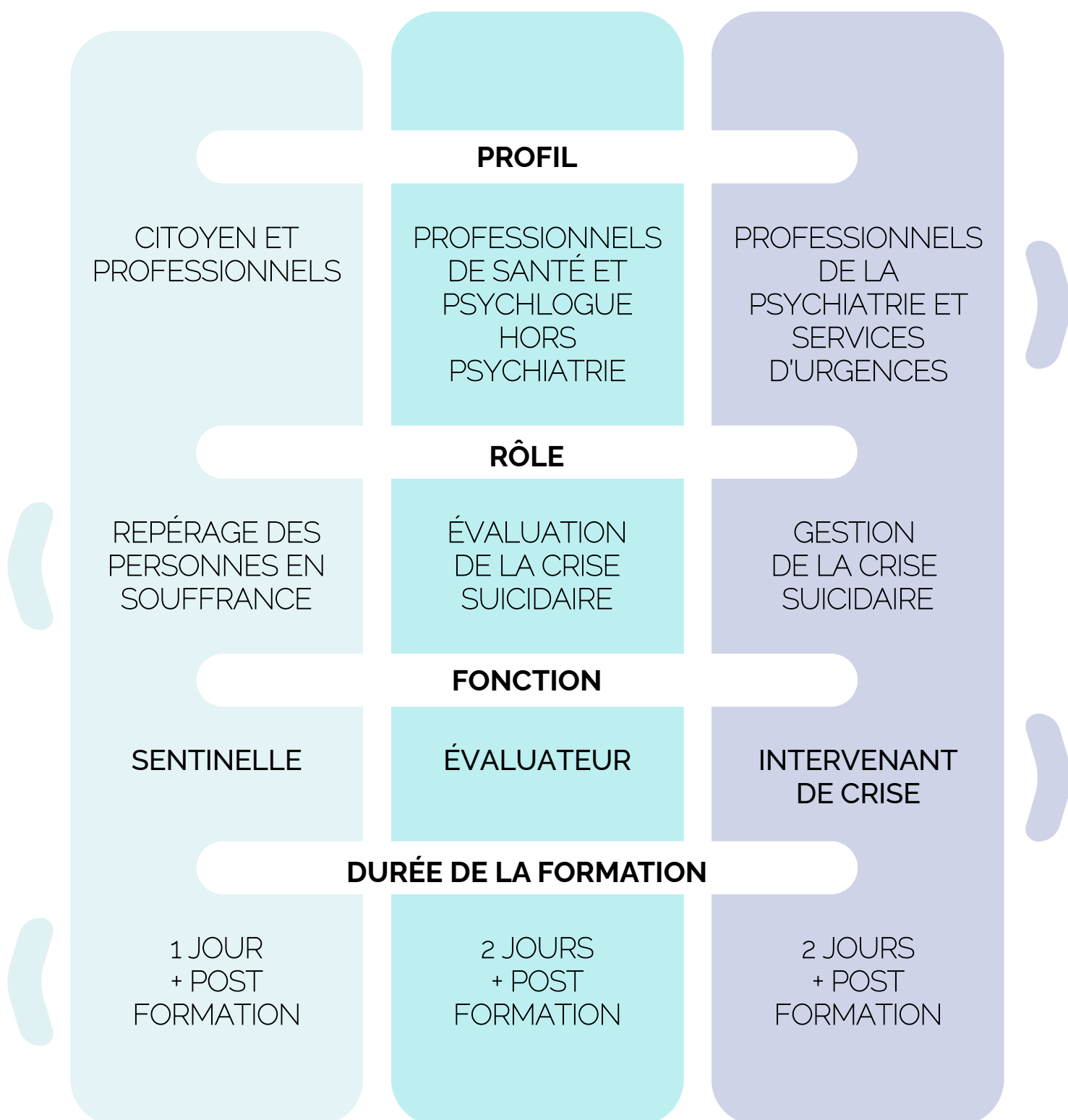
*Référent territorial du Projet Prévention du Risque Suicidaire
Bordeaux Métropole*

 07 55 99 19 17

 clemence.baillet@renovation.asso.fr

LE RÉSEAU DE PRÉVENTION DU RISQUE SUICIDAIRE

A. LE DISPOSITIF DE FORMATION



SENTINELLES, ÉVALUATEURS ET INTERVENANTS DE CRISE

SENTINELLE



- Repère les personnes en souffrance psychique
- Entre en contact et écoute
- Oriente vers un évaluateur *si la personne présente potentiellement un risque suicidaire ou vers l'offre de soin*

ÉVALUATEUR



- Évalue le potentiel suicidaire : *urgence, dangerosité, risques, protections*
- Écoute et soutien
- Oriente vers un intervenant de crise ou vers l'offre de soin *en fonction de l'évaluation du risque suicidaire*

INTERVENANT DE CRISE



- Évalue avec une investigation clinique adéquate le degré de dangerosité, d'urgence et de risque de passage à l'acte
- Fait baisser l'intensité de la crise
- Préviend le passage à l'acte
- Organise la prise en charge à court terme *en fonction de la nature de la crise*
- Élabore un plan d'action pour le suivi post-crise

LES PREMIERS SECOURS EN SANTÉ MENTALE

La formation Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM) peut être proposée aux membres du réseau de prévention du risque suicidaire ou aux personnes souhaitant intégrer ce dernier.

Le programme de la formation PSSM permet de former des secouristes capables de mieux repérer les troubles en santé mentale, d'adopter un comportement adapté, d'informer sur les ressources disponibles, d'encourager à aller vers les professionnels adéquats et, en cas de crise, d'agir pour relayer au service le plus adapté.



www.pssmfrance.fr



B. L'ORIENTATION

L'orientation se fait en fonction de l'évaluation de la crise suicidaire et selon le profil de la personne : *adolescents, personnes âgées, personnes souffrant de troubles psychiques.*

QUE FAIRE EN CAS DE CRISE SUICIDAIRE ?

Une sentinelle m'oriente une personne présentant potentiellement un risque suicidaire ou je rencontre une personne en profonde souffrance psychique.

ÉVALUATION DU RISQUE SUICIDAIRE
urgence, dangerosité, risques et protection

L'URGENCE EST ?

FAIBLE

Médecin traitant,
CMP de proximité,
dispositif d'écoute ou
dispositif spécifique

MOYENNE

CMP de proximité
avec un intervenant
de crise et/ou un
médecin formé

FORTE
évaluée à ?

24/48H

CMP de
proximité
avec un
intervenant
de crise et
rappel
téléphonique

IMMÉDIATE

Contact avec
un système
d'urgence
15 - 18 - 17

EN CAS DE DIFFICULTÉ
NON RÉSOLUE :
appel au référent territorial

☎ 07 55 99 19 17

LES SITUATIONS D'URGENCE

En cas de risque suicidaire élevé : *idées suicidaires, projet/scénario de suicide, accès à des moyens létaux. Se rapprocher des services d'urgence.*

Le médecin généraliste reste bien évidemment une personne de premier recours.

15
SAMU

17
POLICE
ET GENDARMERIE

18
POMPIERS

117
APPEL
D'URGENCE
EUROPÉEN

114
SMS SOURDS
OU MALEN-
TENDANTS

3624
SOS
MÉDECINS

115
SAMU
SOCIAL

119
ENFANCE
EN DANGER

**05 56 96
40 80**
CENTRE ANTI
POISON

LES NUMÉROS UTILES

3114 LIGUE NATIONALE DE PRÉVENTION DU SUICIDE

Le 3114 est un numéro d'appel gratuit géré par des professionnels de santé formés à la gestion risque suicidaire.

Confidentiel et géolocalisé, ce numéro permet de répondre aux besoins immédiats des personnes en recherche d'aide : écoute, évaluation, intervention, urgence, orientation ou suivi de crise. Cette ligne s'adresse également aux professionnels en contact avec des personnes en détresse ou en quête d'information sur le suicide et sa prévention.

Tout le monde peut appeler :

- Les personnes en souffrance
- L'entourage inquiet pour un proche
- Les citoyens inquiets pour une personne en détresse
- Les personnes endeuillées par suicide
- Les intervenants en prévention du suicide et les professionnels soignants
- Tout professionnel au contact de personnes en détresse ou confrontées à des problématiques suicidaires
- Les personnes ayant reçu une formation de Sentinelles
- Les institutions impactées par un suicide
- Toute autre personne touchée ou intéressée de près ou de loin par le sujet du suicide.

CONTACT

24h sur 24, 7 jours sur 7, Gratuitement, en France entière



3114



www.3114.fr

3114

QUESTIONS PSY

Questions Psy est une ligne téléphonique gratuite qui propose information, conseil et orientation dans le champ de la santé mentale et de la psychiatrie.

Au travers de ses différentes missions, le dispositif s'adresse aux usagers, à leurs proches et aux professionnels. Leur équipe dispense des réponses variées, allant de la simple demande d'information sur un trouble, un traitement (médicamenteux, psychothérapies...) à des adressages aux services compétents (soin, droit, social) ou encore un accompagnement dans les procédures de soins sans consentement.

CONTACT

Du lundi au vendredi de 10:00 à 17:30 - appel gratuit.

 0 800 71 08 90

RETAB

Moteur de recherche recensant les différentes structures de soins ou les dispositifs d'accompagnement. Le moteur de recherche est d'accès gratuit, sans inscription préalable.

Il permet de trouver facilement une structure de réhabilitation psychosociale, un dispositif d'accompagnement, d'hébergement ou de soins pour les personnes souffrant de troubles psychiques.

CONTACT

 www.retab.fr

URGENCES

A. ENFANTS ET ADOLESCENTS

URGENCES PÉDIATRIQUES

CH PELLEGRIN

 Enfants de moins de 15 ans et 3 mois.

Service d'urgence, intégré au pôle de pédiatrie médicale au CH Pellegrin.

CONTACT

24h/24h et 365 jours par an
Rue de la Pelouse de Douet 33000 BORDEAUX

 05 56 79 59 72

SECOP SERVICE D'ÉVALUATION DE CRISE ET D'ORIENTATION PSYCHIATRIQUE

 À partir de 15 ans et 3 mois

Lieu d'accueil de patients en situation de crise. Il accueille des populations diverses et tout type d'hospitalisation. Lors de l'accueil au SECOP, un médecin évalue la situation afin de proposer l'orientation médicale la plus adaptée. 4 types de réponses peuvent être apportés :

- Une consultation et un entretien avec un psychiatre
- Une observation pouvant aller jusqu'à 24 heures suivie d'une prise en charge à l'extérieur de l'hôpital
- L'hospitalisation dans un service de soins en psychiatrie
- Une hospitalisation dans le service post urgence

À partir de 20:00 et la nuit, l'accueil se fait uniquement sur avis médical

CONTACT

24h/24h et 365 jours par an
121 rue de la Béchade 33000 BORDEAUX

 05 56 56 34 70

B. ADULTES

CUMP CELLULE D'URGENCE MÉDICO-PSYCHOLOGIQUE

Possibilité de prise en charge immédiate et post immédiate des témoins d'un événement traumatique (catastrophe de grandes ampleurs, événements catastrophiques à effets limités, événement à fort retentissement psychologique) par des psychiatres, psychologues et infirmiers afin d'éviter l'installation d'un stress post – traumatique

CONTACT



15



05 56 56 31 47



cumpaquitaine@ch-perrens.fr

HOSPITALISATIONS

Les structures d'hospitalisation psychiatrique sont soumises au régime de la sectorisation et dispensent les modes de soin :

- Soins libres en accord avec le patient (SL)
- Soins psychiatriques sans consentement
- Soins psychiatriques à la demande d'un tiers (SPDT) ou à la demande d'un tiers en urgence (SPDTU)
- Soins psychiatriques en cas de péril imminent (SPPI) dont 2 certificats médicaux. L'un des deux certificats peut être rédigé par le médecin traitant.
- Soins psychiatriques sur décision de l'Etat (SPDRE)

Pour en savoir plus, rendez-vous sur le site Psycom :

@ www.psycom.org/wp-content/uploads/2020/10/Modalites-de-soins-psychiatriques-2022.pdf

A. ENFANTS ET ADOLESCENTS

ÉTABLISSEMENTS PUBLICS

UPSILON

i Enfants et adolescents de 11 à 17 ans

Unité d'hospitalisation temps plein accueillant des adolescents, en situation complexe, résidant en Gironde sur les inter-secteurs infanto-juvéniles dépendant du CH Charles Perrens, du CH de Cadillac et du CH de Libourne. UPSILON est organisée en deux secteurs :

- Secteur USA (Upsilon soins aigus) de 6 lits de court séjour proposant accompagnement, soins et sécurité renforcés, pour des mineurs en situations psychiatriques aiguës.
- Secteur USC (Upsilon soins conventionnels) de 14 lits accueillant des adolescents compliant à l'hospitalisation et nécessitant des soins rapprochés.

La demande d'admission s'effectue par le médecin psychiatre ou traitant du jeune via un formulaire fourni par le secrétariat du pôle.

CONTACT

 05 56 56 34 30

 Enfants, adolescents et jeunes adultes de la Gironde

Le centre Jean Abadie est une structure de référence pour les enfants, adolescents et jeunes adultes de Gironde. Spécialisé dans le trouble des conduites alimentaires et la prise en charge du risque suicidaire, le centre, Il dispose de 3 unités d'hospitalisation à temps plein, d'hôpitaux de jour et de bureaux de consultations polyvalents. La demande d'admission s'effectue par le médecin traitant ou le médecin psychiatre du jeune au secrétariat du pôle.

UTCA UNITÉ POUR TROUBLES DES CONDUITES ALIMENTAIRES

Unité recevant les jeunes de 14 à 20 ans, hors urgence, souffrant d'anorexie et de boulimie. Cette unité est composée de 8 lits à temps complet et de 5 places d'hôpital de jour (accueil du lundi au vendredi). Un courrier médical est nécessaire avant toute demande de rendez-vous.

 05 56 79 58 69**UMPAJA UNITÉ MÉDICO-PSYCHOLOGIQUE DE L'ADOLESCENT ET DU JEUNE ADULTE**

Unité recevant les adolescents suicidaires ayant effectué une tentative de suicide ou se signalant par des conduites à risque répétées, dès la puberté jusqu'à 20 ans maximum, hors urgence. Cette unité est composée de 13 lits à temps complet. La demande d'admission peut aussi être demandée par les urgences suite à une tentative de suicide ou des propos préoccupants.

 05 56 79 58 67**UUHEA UNITÉ UNIVERSITAIRE D'HOSPITALISATION DE L'ENFANT ET DE L'ADOLESCENT**

Unité destinée aux jeunes, de 7 à 17 ans, souffrant notamment de dépression sévère, de troubles anxieux sévères et de troubles des conduites alimentaires péri-pubertaires. Cette unité est constituée de 10 lits à temps complets et jusqu'à 4 places en hôpital de jour.

 05 56 79 47 41**CONTACT**

89 rue des Sablières 33000 BORDEAUX (arrêt Bergonié tramway)

 05 56 79 56 79

 Enfants et adolescents de 10 à 25 ans

La clinique d'Ornon (CVO) est une unité d'hospitalisation à temps complet qui dispose de 5 lits de crise pour adolescents.

CONTACT

CLINIQUE D'ORNON

6 rue Victor Jara 33140 VILLENAVE D'ORNON

 05 56 79 56 79

B. ENFANTS ET ADOLESCENTS

ÉTABLISSEMENTS PRIVÉS ET ASSOCIATIFS

CLINIQUE BÉTHANIE

 Enfants et adolescents de 10 à 25 ans

Etablissement privé spécialisé en santé mentale disposant de différentes filières d'hospitalisation de jour pour enfants, adolescents ou jeunes adultes, présentant des troubles psychiatriques (dont les troubles des conduites alimentaires) en dehors des phases aiguës. Ce type d'hospitalisation a pour but de proposer une prise en soin globale et personnalisée, tout en permettant de conserver l'autonomie de la personne et en séjournant à domicile. Les admissions se font exclusivement sur indication médicale.

CONTACT

144 avenue Roul 33400 TALENCE

 05 56 84 81 34

 accueil@clinique-bethanie.fr · accueil.hdjados@clinique-bethanie.fr

 www.clinique-bethanie.fr

CLINIQUE MÉDICALE ET PÉDAGOGIQUE JEAN SARRAILH

Enfants et adolescents de 14 à 20 ans

La clinique s'adresse à des jeunes présentant des troubles psychiatriques. Les patients accueillis en hospitalisation à temps complet sont âgés de 14 à 20 ans. Ils résident dans les régions Nouvelle-Aquitaine et Occitanie. Le soins-études est placé au service de la santé au sens large, et d'un projet d'émancipation pour chaque jeune. Types de séjour ou de prise en charge : hospitalisation à temps complet, de jour, et de nuit, ainsi qu'un Centre d'Accueil Thérapeutique à Temps Partiel. Les admissions se font exclusivement sur indication médicale et se font sur le principe de l'hospitalisation de service libre.

CONTACT

2 rue du Prat 40800 AIRE SUR L'ADOUR

 05 58 71 65 08

 j.sarrailh@fsef.net

ETAP

ASSOCIATION RÉNOVATION

Adolescents de 13 à 19 ans

ETAP accueille des adolescents, filles et garçons, présentant des troubles de la personnalité, non déficitaires pour une hospitalisation complète en appartements thérapeutiques.

CONTACT

28 cours Jules Ferry 17800 PONS

 05 46 94 78 06

 etap@renovation.asso.fr

 www.renovation.asso.fr

CLINIQUE ANOUSTE

Etablissement privé spécialisé en santé mentale. Cette structure accueille des patients à partir de 16 ans sous la forme d'hospitalisation complète en soins libres ; et propose un projet de soin personnalisé : ateliers thérapeutiques, thérapies cognitivo-comportementales, thérapies systémiques, EMDR.

L'établissement dispose aussi :

- 1 hôpital de jour "CADA" (Centre d'Accueil Dépression Anouste)
- 1 unité de soins ambulatoire en Electro Convulsivothérapie (ECT)

Les demandes d'admission doivent être établies par un médecin.

CONTACT

153 rue Pelouse de Douet 33000 BORDEAUX



05 56 98 17 29



accueil@cliniqueanouste.fr · secretariat.anouste@sante-na.fr



www.clinique-anouste.fr

C. ADULTES

ÉTABLISSEMENTS PUBLICS

PUMA PÔLE PSYCHIATRIE D'URGENCE MÉDOC ARCACHON

Le CH Charles Perrens dispose de 3 unités d'hospitalisation à temps plein rattachées au pôle PUMA (unité Morel, unité Falret, unité Arguin). Le pôle PUMA est le pôle géographique de référence pour les personnes résidant le Médoc. La demande d'admission au sein d'une des unités peut être faite à la demande du patient, ou par le médecin traitant ou psychiatre de la personne ou encore depuis le SECOP.

CONTACT

121 rue de la Béchade 33000 BORDEAUX



05 56 56 34 34

- Unité Morel : 05 56 56 35 37
- Unité Falret : 05 56 56 35 51
- Unité Arguin : 05 56 56 35 34

CENTRE HOSPITALIER CADILLAC

Le Centre Hospitalier de Cadillac dispose de 3 pôles cliniques adultes : Les unités de soins basées sur la zone de Bordeaux métropole et de Bazas sont orientées vers la prise en charge des patients en hospitalisation libre, tandis que l'accueil des patients en soins sans consentement a lieu dans des unités fermées sur le site de Cadillac, pour favoriser à la fois l'hospitalisation de proximité et la sécurité des prises en charge.

La demande d'admission au sein de cette unité peut aussi être effectuée par le médecin traitant ou psychiatre de ville de la personne en contactant le médecin coordinateur d'admission du pôle.

CONTACT

 05 56 76 54 54

 info@ch-cadillac.fr

UNITÉ H2UP CH CHARLES PERRENS

 Adultes de plus de 65 ans

Unité de géronto psychiatrie universitaire de 10 lits, accueillant des patients de plus de 65 ans présentant des troubles psychiatriques

CONTACT

121 rue de la Béchade 33000 BORDEAUX

 05 56 76 34 34

UNITÉ RADAR

CH CHARLES PERRENS

Unité intersectorielle (10 lits d'hospitalisation et de 3 places en hôpital de jour) à destination du public souffrant de trouble dépressif caractérisé, trouble anxieux, y compris dans leur forme résistante. L'unité est aussi spécialisée dans la prise en charge de l'épuisement professionnel soignant.

CONTACT

121 rue de la Béchade 33000 BORDEAUX

 05 33 57 81 51 (secrétariat) / 05 56 56 39 04 (unité)

 u4-radar@ch-perrens.fr

C. ADULTES

ÉTABLISSEMENTS PRIVÉS ET ASSOCIATIFS

CLINIQUE DES HORIZONS

Établissement de santé mentale spécialisé dans la prise en charge de la psychiatrie générale des patients adultes : prise en charge suite à une tentative de suicide, troubles anxieux, troubles addictifs, troubles de l'humeur, troubles de l'adaptation, troubles des conduites alimentaires, TDAH, troubles psychotiques, troubles liés au stress professionnels, burn out, stress post traumatique.

CONTACT

374 route de Créonet 33880 CAMBES

 05 57 97 08 08

 www.inicea.fr/clinique-les-horizons-cambes/accueil

MAISON DE SANTÉ LES PINS

Établissement de santé qui prend en charge des patients ayant des troubles psychiatriques en soins libres sous la forme d'une hospitalisation complète. La structure propose un grand nombre d'activités thérapeutiques et dispose également d'une unité d'électroconvulsivothérapie (ECT). L'hospitalisation se fait sur demande du médecin traitant ou du médecin psychiatre de la personne.

CONTACT

35 rue du Blayais 33600 PESSAC

 05 57 89 69 20

 accueil@lespins.fr · bo@lespins.fr

 www.maisondesantelespins.fr

CLINIQUE BÉTHANIE

Établissement privé spécialisé en santé mentale, qui accueille des patients majeurs en hospitalisation complète ou de jour, présentant des troubles psychiatriques en phase aiguë et en hospitalisation libre dans le cadre de prises en charge spécifiques (post crises, troubles bipolaires, troubles des conduites alimentaires, etc.). La structure propose un grand nombre d'activités thérapeutiques.

Cette structure dispose également de filières d'hôpital de jour spécialisés en santé mentale infanto juvénile, addictologie, troubles des conduites alimentaires.

CONTACT

144 avenue Roul 33400 TALENCE

 05 56 84 81 00

 accueil@clinique-bethanie.fr

 www.clinique-bethanie.fr

CLINIQUE ANOUSTE

Etablissement privé spécialisé en santé mentale. Cette structure accueille des patients à partir de 16 ans sous la forme d'hospitalisation complète en soins libres ; et propose un projet de soin personnalisé : ateliers thérapeutiques, thérapies cognitivo-comportementales, thérapies systémiques, EMDR.

L'établissement dispose aussi :

- 1 hôpital de jour "CADA" (Centre d'Accueil Dépression Anouste)
- 1 unité de soins ambulatoire en Electro Convulsivothérapie (ECT)

Les demandes d'admission doivent être établies par un médecin.

CONTACT

153 rue Pelouse de Douet 33000 BORDEAUX

 05 56 98 17 29

 accueil@cliniqueanouste.fr · secretariat.anouste@sante-na.fr

 www.clinique-anouste.fr

ESAP DE GUYENNE

FONDATION JOHN BOST

Avec une capacité de 30 lits, l'ESAP propose une hospitalisation complète ou à temps partiel pour des personnes atteintes de troubles psychiatriques chroniques. L'ESAP s'est fixé des missions :

- d'accueil dans un lieu de vie rassurant
- de stabilisation des troubles des patients
- d'accompagnement et de soutien dans la vie relationnelle et la communication
- d'élaboration d'un projet thérapeutique individualisé.

CONTACT

23 avenue du Périgord 33220 PORTE SAINTE FOY

 05 53 63 53 20

i Adultes de 18 à 30 ans

Établissement de soins qui accueille des jeunes adultes entre 18 et 30 ans atteints de troubles psychiques après une période de soins aigus en établissement psychiatrique. Il propose un séjour de réhabilitation psycho-sociale s'inscrivant dans une thérapie d'autonomisation et de réinsertion sociale vers le rétablissement. La prise en charge s'articule autour d'un hébergement dans un des trois foyers ou autour d'un ensemble de studios et d'appartements avec pour but de favoriser le processus d'autonomisation.

Les demandes d'admission doivent être établies par un médecin.

CONTACT

38 rue Pasteur 33200 BORDEAUX

 05 56 08 22 37

 readaptation@renovation.asso.fr

 www.renovation.asso.fr

MONTALIER**i Adultes de 17 à 25 ans**

Établissement sanitaire spécialisé en psychiatrie. Il a pour mission d'accueillir et soigner des personnes de 17 à 25 ans présentant des troubles psychiatriques graves après leurs expressions aiguës, altérant leur relation avec l'environnement. Toute demande d'admission doit comporter un courrier médical précisant l'intérêt de l'orientation, un rapport social et un bilan psychologique (si disponible). Voir sur le site les contre-indications d'admission.

CONTACT

4 route de la Paloumeyre 33650 SAINT SELVE

 05 57 97 11 30

 accueil@montalier.fr

 www.montalier.fr

CONSULTATIONS

MON SOUTIEN PSY

 Dès 3 ans.

Toute personne (dès 3 ans), qui se sent angoissée, déprimée ou en souffrance psychique légère à modérée, peut bénéficier d'un accompagnement par un psychologue partenaire (conventionné avec l'Assurance Maladie) : jusqu'à 12 séances par an. Certains critères sont à respecter.

 www.ameli.fr/gironde/assure/remboursements/rembourse/remboursement-seance-psychologue-mon-soutien-psy

A. ENFANTS ET ADOLESCENTS

CSMI

ASSOCIATION RÉNOVATION

 Enfants et adolescents de 0 à 18 ans

Le CSMI regroupe les Centres Médico-Psychologiques pour Enfants et Adolescents (CMPEA) du Médoc et de la CUB Nord/Nord-Ouest. Les CMPEA assurent des consultations ambulatoires (diagnostics, bilans, soins) et coordonnent le parcours de soins en santé mentale pour les jeunes. Le CSMI est géré par l'Association Rénovation et rattaché au Pôle Universitaire de Psychiatrie de l'Enfant et de l'Adolescent (PUPEA) du CH Charles Perrens.

CONTACT

CMPEA BLANQUEFORT

20 rue de la République 33290 BLANQUEFORT

 05 56 35 15 52

CMPEA BORDEAUX

19 rue du commandant Arnould 33000 BORDEAUX

 05 56 02 59 54

CMPEA MÉRIGNAC

3 rue du Jard 33700 MÉRIGNAC

 05 56 10 18 27

CMPEA TALENCE

Pôle Santé, 12 avenue Arthur Rimbaud 33400 TALENCE

 05 56 56 17 52

CMPEA PESSAC

10 avenue Pierre Whien 33600 PESSAC

 05 57 02 11 90

CMPEA BORDEAUX NORD (de 3 à 18 ans)

Tour Mozart, 2 rue Jean Artus 33000 BORDEAUX

 05 56 07 57 70

CMPEA EYSINES

16 rue des Treytins, 33320 EYSINES

 05 56 28 06 35

UTAA UNITÉ DE TRAITEMENT AMBULATOIRE ADOLESCENTS

 Adolescents de 11 à 17 ans

Unité de soins complexes rattachée au CH Charles Perrens pour adolescents de 11 à 17 ans par une équipe pluridisciplinaire composée de médecins psychiatres, psychologues, infirmiers, éducateurs spécialisés, orthophonistes, psychomotriciens et d'une assistante sociale. L'offre de service consiste en un accueil, une évaluation et des soins psychiatriques individuels, familiaux et groupaux et propose une alternative à l'hospitalisation à temps. L'unité est composée de bureaux de consultations et d'un hôpital de jour de crise.

CONTACT

121 rue de la Béchade 33000 BORDEAUX

 05 56 56 17 86 (consultation) / 05 56 56 31 99 (hôpital de jour)

CCPEA CENTRE CONSULTATION POLYVALENTE ENFANTS ET ADOLESCENTS

 Consultation ouverte aux 12 à 24 ans

Le CCPEA propose des consultations assurées par une équipe pluridisciplinaire : pédopsychiatres, médecins somaticiens, psychologues, travailleurs sociaux, diététiciens et infirmiers. Un avocat de la Cellule Départementale de recueil des informations préoccupantes (CRIP) y assure une permanence. Cette unité travaille en synergie avec les autres unités du Centre Abadie. La demande d'hospitalisation s'effectue par le biais du secrétariat par le médecin traitant ou le psychiatre de ville du jeune et doit être accompagnée des différents suivis et bilans s'ils ont eu lieu. La famille ou le jeune s'il est majeur doivent ensuite appeler le secrétariat pour compléter la demande.

CONTACT

 05 56 79 47 28

B. ADULTES

CMP CENTRE MÉDICO-PSYCHOLOGIQUE

Il s'agit d'un lieu d'accueil, de consultation, d'évaluation, d'orientation et de suivi psychiatrique, psychologique et social. Les consultations médicales sont sur rendez-vous et gratuites. Des consultations de psychologues et des entretiens infirmiers et sociaux complètent ce dispositif.

CONTACT

CMP BORDEAUX CENTRE - PÔLE BSM

69 rue du Commandant Arnould 33000 BORDEAUX

 05 56 33 38 00

CMP EYSINES (PÔLE UNIVA)

16 rue du Lieutenant Villemeur 33320 EYSINES

 05 56 57 86 76

CMP MÉRIGNAC (PÔLE PGU)

3 rue du Jard 33700 MÉRIGNAC

 05 56 56 35 16

CMP TALENCE (pôle pgu)

22-24 rue Pierre Curie 33400 TALENCE

 05 56 56 35 16

CMP PESSAC (PÔLE PGU)

10 avenue Pierre Whien 33600 PESSAC

 05 56 56 35 16

CMP ENTRETEMPS (PÔLE UNIVA)

9 avenue du Derby 33320 EYSINES

 05 57 93 29 47

CMP CAUDÉРАН (PÔLE UNIVA)

19 boulevard du Président Wilson 33200 BORDEAUX

 05 56 57 86 76

CMP BORDEAUX NORD (PÔLE BSM)

Tour Mozart, 2 Rue Jean Artus 33200 BORDEAUX

 05 56 11 31 10

CMP BORDEAUX BASTIDE - RIVE DROITE

4 rue Reinette 33100 BORDEAUX

 05 56 32 12 56

CMP CENON

Rue Pauline Kergomard 33150 CENON

 05 56 86 01 39

CMP CRÉON

40 rue Geynet 33670 Créon

 05 56 23 21 42

CMP LORMONT

31 rue des Cavailles 33310 LORMONT

 05 56 48 63 51

RÉPONSE PSY**CH CHARLES PERRENS**

Réponse Psy propose une évaluation psychiatrique médico-soignante rapide (dans un délai de 8 jours) sur adressage de votre médecin généraliste, en absence de prise en charge psychiatrique. Il a pour objectif de comprendre la situation clinique, préciser un diagnostic, (ré)évaluer l'indication du traitement médicamenteux et le prescrire si besoin, ainsi que d'orienter vers un projet de soins adapté. À l'issue, un compte rendu détaillé reprenant ces différents éléments sera envoyé au médecin traitant

CONTACT

Bâtiment Lescure - entrée 137 bis rue Léo Saignat 33000 BORDEAUX

 05 33 51 81 80

 secretariat_reponsepsy@ch-perrens.fr

CENTRE DE PRISE EN CHARGE DES AUTEURS DE VIOLENCES CONJUGALES

Porté par le groupe SOS Solidarité, ce dispositif est à destination des auteurs de violences conjugales. Il contribue à prévenir les récidives, axée sur une prise en charge sanitaire, socio-professionnelle, socio-éducative, socio-judiciaire.

CONTACT

 09 77 38 98 70 / du lundi au vendredi, de 9:00 à 17:00

CH CHARLES PERRENS : *pour les rendez-vous psychologue*
121 rue de la Béchade 33000 BORDEAUX

SOS SOLIDARITÉ TREMPLIN
76 rue Marcel Sembat 33130 BÈGLES

C. ÉQUIPES MOBILES

EPIC ÉQUIPE PSYCHIATRIQUE INTERVENTION ET DE CRISE

 Personnes de plus de 16 ans

L'ÉPIC - CFSP peut être sollicitée par toute personne (personnel médical, social, famille...), agissant dans l'intérêt d'une personne âgée de plus de 16 ans en situation de souffrance psychique, qui est en rupture ou en non-demande de soins. L'ÉPIC - CFSP est également présente pour la famille ou l'entourage en proposant une écoute, un soutien et un accompagnement.

CONTACT

Joignable du lundi au vendredi de 9:00 à 17:45

 05 56 56 67 33

 epic-cfsp@ch-perrens.fr

EMSI ÉQUIPE MOBILE SOINS INITIAUX

Equipe médicale du CH Charles Perrens, infirmières et psychiatres qui peuvent se rendre au domicile des patients où on soupçonne l'entrée dans une psychose ou bipolarité par exemple : tout dysfonctionnement sévère, parfois les TCA.

CONTACT

Du lundi au vendredi 9:00 à 18:00

 05 56 56 39 51

 ems2@ch-perrens.fr

DISPOSITIFS D'ACCUEIL, DE SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE ET DE PRISE EN CHARGE

A. ENFANTS, ADOS ET JEUNES ADULTES

CPCT CENTRE PSYCHANALYTIQUE DE CONSULTATION ET DE TRAITEMENT

Le CPCT Aquitaine propose différents lieux de consultations gratuites à destination des familles, jeunes adultes et adultes qui souhaitent parler avec un psychanalyste. Suite à la première consultation, une orientation adaptée ou un traitement par la parole de durée limitée et sans contrepartie financière peuvent être proposés. Il propose différent lieu de consultation selon le public accueilli :

CONTACT

CPCT RIVE DROITE
3 avenue Aristide Briand 33150 CENON

 06 62 72 00 33

MDA MAISON DES ADOLESCENTS 33

 Jeunes de 11 à 25 ans et entourage proche.

La MDA propose un espace d'accueil, d'écoute et d'accompagnement à l'orientation pour les adolescents et jeunes adultes. La personne peut venir seule ou accompagnée, d'un ami, d'un proche, d'un parent. C'est un lieu pour pouvoir parler de ses problèmes de tous ordres : scolarité, santé, sexualité, mal-être, doutes, problèmes relationnels ou familiaux.

CONTACT

Du lundi au mercredi de 9:00 à 18:00 / jeudi et vendredi de 13:00 à 18:00
5 rue Duffour Dubergier 33000 BORDEAUX

 05 56 38 48 65

 maisondesadolescents33@gmail.com

 www.mda33.fr ou sur facebook : Maisondesados33

ESPACE SANTÉ ÉTUDIANTS

L'Espace Santé Étudiants (ESE) est un service inter-universitaire de l'Université de Bordeaux et de ses établissements partenaires, situé au cœur des campus bordelais. Il accueille les étudiants tout au long de l'année sans avance de frais et propose des consultations en médecine générale, santé sexuelle et santé mentale, assurées par une équipe de professionnels formés aux enjeux de la vie étudiante. L'ESE offre également un accueil-écoute quotidien et des programmes et ateliers (Sentinelles, Premiers Secours en Santé Mentale, FeelGood Campus, gestion du stress, gestes qui sauvent) visant à soutenir le bien-être et la santé mentale des étudiants.

CONTACT

Du lundi au jeudi de 9:00 à 19:00
22 avenue Pey Berland 33600 PESSAC

 05 33 51 42 00

 www.doctolib.fr/centre-de-sante/pessac/espace-sante-etudiants-pessac

RÉSEAUX ADOS GIRONDE

L'association a pour but de favoriser la prévention et la prise en compte précoce du mal être et les troubles de l'équilibre psychique des adolescents dans leur rapport avec leur environnement familial et social. L'équipe compte des intervenants de différentes formations : éducateur spécialisé, psychologue clinicien, psycho-sociologue, psychiatre, pédopsychiatre. Une équipe disponible et à votre écoute qui a pour rôle : soutien et orientation des personnes en difficultés.

CONTACT

16 rue des Menuts 33000 BORDEAUX

 06 28 75 69 71 / 07 78 93 65 47 (ligne dédié deuil, familles)

 reseauxadosgironde@gmail.com

PLATEFORME SANTÉ JEUNES - BAGATELLE

 Jeunes de 11 à 25 ans.

La Plateforme Santé Jeunes est un dispositif gratuit et confidentiel. L'équipe intervient sur les villes de Bègles, Pessac, Talence, Villenave d'Ornon et plus largement sur la communauté de communes de Montesquieu.

La Plateforme Santé Jeunes propose : des permanences d'accueil, d'écoute et d'orientation des jeunes et de leur entourage (*famille/professionnels*) par un psychologue. Ces permanences ne visent pas à assurer un suivi au long cours.

CONTACT

203 route de Toulouse 33400 TALENCE

 05 57 12 34 56

 s.centredesante@mspb.com

 www.mspb.com/pole-social-centre-de-sante-dispensaire/

EMAM ÉQUIPE MOBILE ADOS MÉDOC

 Adolescents de 12 à 18 ans

Bilans et prises en charge d'adolescents. Elle propose des conditions spécifiques d'accueil, de rencontre et de consultation dans des délais brefs avec une équipe formée à la psychopathologie de l'adolescent.

CONTACT

 05 56 35 15 52

 ema.medoc@renovation.asso.fr

LE NOM LIEU

 Jeunes de 16 à 25 ans

Dispositifs d'accompagnement en direction des jeunes en situation de fragilité ou d'handicap psychique et/ou d'exclusion sociale, afin de faciliter une insertion dans la vie sociale et professionnelle.

CONTACT

12 rue des Faussets 33000 BORDEAUX

 lenomlieu@gmail.com

 www.lenomlieu.wordpress.com

PASS'MIRAIL

 Jeunes adultes de 18 à 25 ans

Pass'Mirail est un lieu d'accueil gratuit et sans rendez-vous pour les jeunes adultes, proposant des rencontres individuelles ou groupales adaptées à chacun. Encadrées par au moins deux professionnels, elles visent à créer un lien de confiance, accompagner le parcours des jeunes et favoriser les échanges entre pairs.

CONTACT

2 place Léon Duguit 33800 BORDEAUX

 09 52 98 88 87

 i.cervonidubois@passmirail.com

MISSION LOCALE

La Mission Locale de Bordeaux propose aux jeunes bordelais de 16 à 25 ans, non scolarisés, un accompagnement dans la construction de leur projet professionnel dans la perspective d'accéder à l'emploi. la formation, logement, santé, accès aux droits.

CONTACT

ANTENNE BORDEAUX NORD

127 avenue Emile Counord 33000 BORDEAUX

 05 57 87 45 10

ANTENNE BORDEAUX OUEST

29 rue de l'École Normale 33200 BORDEAUX

 05 56 05 08 00

ANTENNE BORDEAUX SUD

30 rue Armand Caduc 33800 BORDEAUX

 05 56 33 63 70

ANTENNE BORDEAUX NORD-EST

178 rue Achard 33000 BORDEAUX

 05 54 79 41 00

ANTENNE BORDEAUX CENTRE

14 cours Pasteur 33000 BORDEAUX

 05 56 79 97 20

B. MAL-ÊTRE ET SOUFFRANCE PSYCHOLOGIQUE

EMPP ÉQUIPE MOBILE PSYCHIATRIE PRÉCARITÉ MIGRANTS

L'EMPP du CH Charles Perrens cherche à favoriser l'accès aux soins et à la prévention dans le domaine des troubles psychiatriques des publics en situations de grande précarité et d'exclusion. L'EMPP n'engage pas de prise en charge psychiatrique classique, elle facilite l'accès à l'offre de soins. Elle garantit une évaluation clinique, assure un dépistage précoce des situations à risque, oriente les patients vers les structures de soins. Elle est aussi une plateforme d'accueil et d'orientation dédiée au réseau des partenaires sociaux afin de leur apporter un éclairage psychologique voire un avis psychiatrique pour des situations complexes.

Elle est composée d'une équipe pluridisciplinaire à temps partiel (médecins psychiatres, psychologue, assistant de service social, infirmières) et intervient selon différentes modalités :

- Plateforme téléphonique dédiées aux professionnels sociaux
- Permanences dans les structures sociales (Centre d'hébergement, CCAS, MDS, associations, etc.) pour intervenir au plus tôt et prévenir les situations d'urgence

CONTACT

31 place des Capucins 33800 BORDEAUX

 05 56 78 94 64

 empp@ch-perrens.fr

EPIC ÉQUIPE PSYCHIATRIQUE INTERVENTION ET DE CRISE

 Personnes de plus de 16 ans

L'EPIC du CH Charles Perrens a pour mission de réaliser des évaluations cliniques à domicile, pour prévenir, désamorcer ou encadrer la « crise ». Ceci repose sur une approche la plus globale possible de toute situation rapportée par le demandeur, en vue de proposer la prise en charge la plus adaptée, en favorisant, autant que faire se peut, une alternative à une hospitalisation ; ainsi que de conseiller l'entourage de la personne.

L'EPIC intervient auprès d'une population en situation de souffrance psychique, opposée ou non-désireuse de soins et sans suivi psychiatrique en cours.

CONTACT

Joignable du lundi au vendredi de 9:00 à 17:45

 05 56 56 67 33

 epic-cfsp@ch-perrens.fr

CERPAD CENTRE DE RÉFÉRENCE RÉGIONALE DES PATHOLOGIES ANXIEUSES ET DE LA DÉPRESSION

Dispositif rattaché au CH Charles Perrens, destiné à proposer une évaluation diagnostique complète, permettre une évaluation psychométrique de la sévérité des manifestations dépressives et comorbidités anxieuses, offrir une évaluation des fonctions cognitives (*attention, mémoire...*), définir une démarche thérapeutique claire et structurée (*pharmacologique et/ou psychothérapique*), procéder à un travail d'orientation ou réorientation du patient à la demande du médecin référent et lorsque cela s'avèrera nécessaire.

CONTACT

 05 33 57 81 51

 cerpad@ch-perrens.fr

SOS PHÉNIX ÉCOUTE ET PAROLES

SOS Suicide Phénix s'adresse à *"toute personne en détresse qui pense mettre fin à ses jours ou qui soit concerné par la problématique du suicide, dans sa famille ou dans son entourage"*. elle a pour mission de prévenir le suicide en restaurant le lien social par une écoute de qualité et un accueil inconditionnel dans le respect de la confidentialité et de l'anonymat. Passerelle entre les personnes en souffrance et l'offre de soin en santé ; elle propose des espaces de parole pour rompre l'isolement et ne pas rester seul face à sa souffrance morale.

CONTACT

Accueil physique et téléphonique les mercredis de 18:30 à 20:00, les jeudis de 18:00 à 20:00 et les samedis de 16:00 à 18:00
10 avenue Bel Air 33200 BORDEAUX

 05 56 02 24 01

- Accueil téléphonique *en dehors de ces horaires, de 13:00 à 23:00 tous les jours au 01 40 44 46 45 (prix d'un appel local)*
- Espace de dialogue et d'écoute *est également possible par mail avec réponse sous 72h à accueil@sos-suicide-phenix.org*

 www.sos-suicide-phenix.org

RÉSEAU DES CENTRES EXPERTS FONDAMENTAL

Troubles bipolaires

Consultations spécialisées pour un diagnostic ou un avis thérapeutique, l'accès à un bilan exhaustif et systématisé réalisé en hôpital de jour pour des patients adressés par un médecin généraliste ou un psychiatre ; des soins peu diffusés en pratique courante (*psychoéducation, ateliers de gestion du stress, remédiation cognitive...*).

CONTACT

 05 56 56 17 08

CPCT CENTRE PSYCHANALYTIQUE DE CONSULTATION ET DE TRAITEMENT

Le CPCT Aquitaine propose différents lieux de consultations gratuites à destination des familles, jeunes adultes et adultes qui souhaitent parler avec un psychanalyste. Suite à la première consultation, une orientation adaptée ou un traitement par la parole de durée limitée et sans contrepartie financière peuvent être proposés. Il propose différent lieu de consultation selon le public accueilli :

CPCT LIEN SOCIAL

Propose des entretiens individuels gratuits aux adultes, adaptés à chaque cas particulier, à l'exception de tout traitement médical.
95 rue Ernest Rohan 33000 BORDEAUX

CPCT ACCUEIL SANTÉ

Propose 5 entretiens individuels aux soignants, aux patients qui ne sont pas hospitalisés, mais qui consultent à l'hôpital pour prendre le temps de parler de ce qui arrive, dans leur tête/dans leur corps.
Hôpital Saint André - 1 rue Jean Burget 33000 BORDEAUX

CPCT RIVE DROITE CENON ET LIBOURNE

Ils sont à destination des adolescents et jeunes adultes (11-25 ans)

- *Maison des Sports - 3 avenue Aristide Briand 33150 CENON*
- *1 rue Montesquieu 33500 LIBOURNE*

LE CLAP "L'ENFANT QUI VIENT"

Lieu de conversation pour les parents et enfants (0-6 ans) où l'on peut aborder les questions de la vie quotidienne concernant l'enfance, la parentalité, grâce à 4 à 5 entretiens.
Le Petit Prince - 35 rue Jean Mermoz 33800 BORDEAUX

CONTACT



06 62 72 00 33



cpct.aquitaine@gmail.com



www.cpct-bordeaux.fr

ASSOCIATION LA PORTE OUVERTE

Lieu d'écoute bienveillant, de rencontre et d'échange pour toutes personnes souhaitant exprimer ses colères, chagrins ou tensions, à l'abri de tous jugements. Entretiens en face à face, anonymes et gratuits avec des bénévoles, sans rendez-vous.

CONTACT

Mardi, mercredi et jeudi de 17:00 à 20:00 et vendredi de 14:00 à 18:00
14 rue Ségalier 33000 BORDEAUX

 05 56 02 33 65

 laporteouvertabordeaux@orange.fr

ASSOCIATION ASTRÉE

Association à destination de toute personne, par un accompagnement individuel (rencontre et/ou écoute téléphonique), confidentiel, par des bénévoles. S'inscrivant dans la durée par un suivi régulier, elle a pour mission de rompre la solitude et restaurer le lien social. L'association organise également des temps de sensibilisation dans les collèges pour favoriser la solidarité entre élèves.

CONTACT

17 rue des Menuts 33000 BORDEAUX

 05 56 31 12 34

Le Réseau de Psychiatrie Périnatale (RPP) propose des soins spécifiques pour les mères et pères souffrant de troubles psychiques ou de difficultés relationnelles avec leurs enfants. L'équipe multidisciplinaire du RPP propose des soins conjoints mère – enfant :

- En hospitalisation à temps complet (Unité mère-enfant)
- En hospitalisation de jour (Hôpital de jour)
- En consultations

L'accompagnement des mères et des enfants se fait en étroite avec les équipes d'obstétrique et de pédiatrie du CHU et professionnels de la santé périnatale du département, et selon les situations, de la région.

CONTACT

UNITÉ HOSPITALISATION TEMPS PLEIN ET CONSULTATIONS
CH CHARLES PERRENS - UNIVA, CENTRE CARREIRE
121 rue de la Béchade 33000 BORDEAUX

 05 56 56 35 38

HÔPITAL DE JOUR ET CONSULTATIONS
CHU DE BORDEAUX - MATERNITÉ (*Centre Aliénor d'Aquitaine*)
Entrée 2 - Niveau 2, place Amélie Raba Léon 33000 BORDEAUX

 05 57 82 19 10

CENTRE RÉGIONAL PSYCHOTRAUMATISME SUD NOUVELLE AQUITAINE

Centre rattaché au CH Charles Perrens, il prend en charge les victimes de psychotraumatisme (violences physiques, sexuelles ou conjugales, accidents graves, attentats, guerre, catastrophes naturelles, deuils traumatiques) sur l'ensemble de la Gironde. L'équipe pluridisciplinaire (médecins, psychologues, infirmiers) propose des soins spécialisés : EMDR, TCC, ICV et thérapie de la reconsolidation (méthode Brunet).

CONTACT

Lundi au vendredi de 9:00 à 17:00
121 rue de la Béchade 33000 BORDEAUX

 05 56 56 35 78 (de 14:00 à 17:00)

L'accueil des patients au CRP se fait uniquement sur adressage médical. Le psychiatre traitant ou médecin traitant doit remplir le dossier de demande d'évaluation et l'adresser par mail :

 crpsychotraumato@ch-perrens.fr

 www.ch-perrens.fr/centres-experts-et-ressources/centre-regional-psychotraumatisme-sud-nouvelle-aquitaine

CASPERTT CENTRE D'ACCUEIL SPÉCIALISÉ REPÉRAGE ET LE TRAITEMENT DES TRAUMATISMES PSYCHIQUES

L'offre de soin du CASPERTT est destinée à une population d'adultes, d'enfants et d'adolescents victimes, témoins ou actrices d'événement(s) traumatisant(s). Le but de cette structure est de faciliter l'accès à une équipe de professionnels spécialement formés à la prise en charge du psycho-traumatisme, afin de prévenir l'installation d'un trouble de stress post traumatique ou de pathologies associées (dépression, addictions, troubles anxieux, etc.), grâce à la mise en œuvre d'une intervention précoce, au plus près de l'épisode traumatique. Le CASPERTT n'est pas un service d'urgence

CONTACT

Sur rendez-vous du lundi au vendredi de 9:00 à 17:00
31 rue des Cavallès 33310 LORMONT

 06 50 43 24 63

 secretariat.casper tt@ch-cadillac.fr

C. SOUTIEN ET PAIR-AIDANCE

GEM GROUPES D'ENTRAIDE MUTUELLE

Un GEM est un lieu convivial de rencontres sans contraintes et sans suivi médical permettant à des personnes souffrant de troubles psychiques et d'isolement de développer des liens sociaux au travers d'activités sportives, culturelles, de loisirs, choisies par les personnes elles-mêmes.

CONTACT

GEM GRAIN DE CAFÉ

1 rue Maucoudinat 33000 BORDEAUX

 05 56 81 93 22 / 06 17 87 73 07

 gemgraindecafe@gmail.com

GEM MÉDIAGORA

60 quai de Bacalan 33300 BORDEAUX

 05 56 50 72 50

 contact@mediagorabordeaux.fr

GEM LES NEUROFESTIFS 33

29 rue des Sablières 33800 BORDEAUX

 06 52 36 97 16 / 06 24 22 39 73

 gem.neurofestifs33@hotmail.fr

GEM JEUNES BORDEAUX

11 rue des Bouviers 33800 BORDEAUX

 gem.neurofestifs33@hotmail.fr

UNAFAM GIRONDE

L'UNAFAM est une association reconnue d'utilité publique, qui accueille, écoute, soutient informe et accompagne les familles et l'entourage de personnes vivant avec des troubles psychiques. L'UNAFAM propose également des points d'accueil, des groupes de parole, des conférences, des formations et différentes actions autour de la santé mentale.

CONTACT

Permanences téléphoniques du lundi au vendredi de 14:00 à 17:00, et accueil physique sur rendez-vous.

196 rue Achard - Impasse Amédée Jouandot - Résidence "La lumineuse" (porte 107) 33000 BORDEAUX

 05 56 81 44 32

 33@unafam.org

 www.unafam.org/33 ou sur Facebook : Unafam Gironde

ASSOCIATION PSYHOPE

Troubles de l'humeur et proches

Association de celles et ceux vivant avec des troubles de l'humeur (cyclothymie, trouble dépressif, trouble bipolaire, trouble schizoaffectif) et leurs proches. Propose des permanences, des RDV individuels, des groupes d'entraide et de parole, un groupe jeune et jeunes adultes, des conférences et diverses actions.

CONTACT

Espace le Lab, 130 bis avenue Louis Barthou 33200 BORDEAUX

 info.psyhope@gmail.com (1er contact par mail)

 www.psyhopebordeaux.fr / www.psyhope.fr

CLUBHOUSE BORDEAUX

Les Clubhouses sont des lieux d'activité non médicalisés qui offrent un accompagnement à la réinsertion sociale et professionnelle des personnes vivant avec un trouble psychique (les « membres ») et dans l'objectif de s'inscrire dans un projet de rétablissement.

La cogestion est au cœur des clubs et offre aux membres une autonomie d'action et de décision. L'accès à des formations et à des ateliers professionnels les aide à une remise en mouvement.

CONTACT

63 rue de Tivoli 33000 BORDEAUX

 05 57 99 47 23

 bordeaux@clubhousefrance.org

 www.clubhousefrance.org ou sur Facebook : Clubhouse Bordeaux

ARGOS 2001

Troubles bipolaires et proches aidants

Association Nationale reconnue d'intérêt public et général par l'État, spécialisée dans les troubles Bipolaires et leurs Proches Aidants. Elle propose un accompagnement en vue d'obtenir des renseignements, du soutien et faciliter l'orientation. Elle organise sur le territoire de la Gironde des permanences, groupes de paroles, accompagnements personnalisés, des ateliers et conférences thématiques (*à distance ou en présentiel*)

CONTACT

Alexis BORNAZEAU

 06 22 44 54 70

 argos2001.gironde@gmail.com

 www.argos2001.net

D. SANTÉ ET ACCÈS AUX DROITS

PASS PERMANENCES D'ACCÈS AUX SOINS DE SANTÉ

Les PASS ont pour mission d'accueillir, d'orienter et d'accompagner toutes personnes ayant besoin de soins et présentant des difficultés d'accès au système de santé (*CMU non mis à jour, absence de mutuelle, difficultés financières...*). Elles sont situées dans les établissements de santé ou mobiles. Elles assurent alors des permanences au sein d'associations ou d'autres institutions. L'équipe (*médecin, assistante sociale, infirmière...*) accompagne les personnes dans leurs parcours de santé et dans leurs démarches d'accès aux droits.

CONTACT

Pour trouver la PASS la plus proche du domicile :

 www.sante-pass-nouvelle-aquitaine.fr

HÔPITAL SAINT SANDRÉ
1 rue Jean Burguet 33000 BORDEAUX

 05 56 79 56 79

DAC DISPOSITIF D'APPUI À LA COORDINATION

Dispositif de coordination qui agit en faveur des parcours de santé complexe (maladie chronique et perte d'autonomie) et pour le maintien à domicile. Le DAC réunit et intègre les missions des PTA, MAIA et CTA en un seul dispositif. Disposant d'antennes de proximité, et composé de professionnels issus de différents horizons professionnels du médicosocial ; le DAC s'articule avec la plupart des acteurs du territoire pour proposer des actions coordonnées, adaptées à la personne, en fonction de son lieu d'habitat et de sa zone géographique.

CONTACT

 0 809 109 109

 www.dac-33.fr

ETHNOTOPIES

Ethnotopies a pour mission le soin et la prévention auprès des populations migrantes et exilées. L'association développe ses actions auprès des femmes migrantes en situation de périnatalité, des femmes migrantes victimes de violences intentionnelles, des victimes de la torture, et des Mineurs Non Accompagnés. Elle propose un accompagnement thérapeutique à travers des consultations psychothérapeutiques (*au sein de la consultation transculturelle du CHU – Saint André*), des ateliers pour les parents et leur bébé et des ateliers à médiation artistique. La consultation transculturelle est une consultation de seconde intention, c'est-à-dire que les personnes doivent être adressées par des professionnels ou des bénévoles.

CONTACT



ethnotopies@gmail.com



Sur Facebook : Association Ethnotopies

E. ADDICTIONS

ADDICTOCLIC

Moteur de recherche / annuaire recensant les différentes structures de soins ou les dispositifs d'accompagnement en addictologie sur la Nouvelle Aquitaine. Le moteur de recherche est gratuit, sans inscription préalable.

@ www.addictoclic.com

ASSOCIATION ADDICTIONS FRANCE

Anciennement appelée ANPAA, l'Association Addictions France a pour mission la prévention, la réduction des risques, les soins et l'accompagnement des personnes présentant des conduites à risques et/ou des problèmes d'addictions. L'Association Addictions France gère différents types de structures et centres d'addictologie :

- Les CSAPA (ou CEID) accompagnent les personnes ayant une consommation excessive, un usage nocif ou présentant une addiction ainsi que leur entourage à travers une approche pluridisciplinaire (*médecin, psychologue, infirmier, éducateur, travailleur social*). La plupart comprennent des Consultations Jeunes Consommateurs (CJC) dédiées aux jeunes et à leur famille et plus de la moitié interviennent en milieu carcéral.
- Les CAARUD accompagnent les usagers de drogues, notamment en leur délivrant du matériel de réduction des risques (*seringues, kit d'hygiène...*) et en les orientant dans leurs démarches d'accès aux droits.
- Les établissements de soin résidentiel (*appartements de coordination thérapeutique, LHSS, LAM...*) proposent un hébergement aux personnes accompagnées, sur une courte ou longue durée selon les problématiques rencontrées.
- Des lieux d'écoute pour les jeunes (*Maison des Adolescents, Point d'accueil écoute jeunes*) ou encore de médiation familiale.

@ www.addictions-france.org

CJC CONSULTATIONS JEUNES CONSOMMATEURS

 Adolescents et jeunes adultes de 12 à 26 ans

Cette consultation s'adresse aux jeunes de 12 à 26 ans confrontés de près ou de loin à des consommations de substances psychoactives et/ou tout autre comportement addictif. Également à destination des adultes (*entourage, professionnels...*) qui s'interrogent sur ces consommations et ces comportements.

CONTACT

Les consultations ont lieu à la Mission locale des Hauts de Garonne
54 avenue Hubert Dubedout 33150 CENON

 05 57 57 00 77

CCA CENTRES DE CONSULTATIONS AVANCÉES

Centre de consultations et de soins et de réduction des risques. Toutes les consultations ont lieu sur rendez-vous.

CONTACT

CCA CASTELNAU DE MÉRIGNAC
Consultations sur rendez-vous à la MDSI
419 avenue de Verdun 33700 MÉRIGNAC

 05 57 57 00 77 (numéro unique pour les 3 sites)

 anpaa33@anpaa.asso.fr / csapa.bordeaux@anpaa.asso.fr

 www.anpaa.asso.fr

PIEA PÔLE INTER-ÉTABLISSEMENT D'ADDICTOLOGIE

Le pôle organise une filière unique sanitaire, médico-sociale et universitaire pour les addictions, intégrant prévention, soins de proximité et de recours, enseignement, recherche et innovation. Il prend en charge les personnes souffrant d'addictions avec ou sans troubles associés, incluant l'hospitalisation pour les troubles du comportement alimentaire (TCA) de l'adulte. Les services proposés se répartissent en quatre filières :

- **FILIÈRE AMBULATOIRE** : CSPA : unité de consultations, consultations jeune consommateurs
- **FILIÈRE ADDICTOLOGIE DE LAISON** : équipe mobile ELSA, Équipe Mobile Addiction Parentalité, dispositif RENAPSUD, unité de tabacologie
- **FILIÈRE ADDICTOLOGIE DE RECOURS** : unité d'hospitalisation en soins complexes, hôpital de jour, unité de consultation hospitalière de recours
- **FILIÈRE TROUBLES DES CONDUITES ALIMENTAIRES** : consultations et groupe d'information, hôpital de jour TCA, unité d'hospitalisation complète TCA

CONTACT

CH CHARLES PERRENS
121 rue de la Béchade 33076 BORDEAUX

GROUPE HOSPITALIER SUD - HÔPITAL HAUT LÉVÊQUE
Avenue de Magellan 33604 PESSAC

 05 56 56 67 02 / 05 56 79 56 79

 contact@addictologie33.fr

TCA FILIÈRE DES TROUBLES DU COMPORTEMENT ALIMENTAIRE

Unité ambulatoire d'addictologie et de Troubles des Conduites Alimentaires du CHU de Bordeaux et CH Charles Perrens. Les consultations se réalisent sur RDV via le secrétariat ou après orientation par l'équipe de liaison. Ce premier contact avec un professionnel (infirmier, médecin) peut nécessiter plusieurs entretiens selon la complexité de la situation. La prise de rendez-vous s'effectue par l'envoi d'un courrier médical au secrétariat du service d'addictologie.

CONTACT

Avenue du Haut Lévêque 33600 PESSAC

 05 56 79 56 79

CAAN'ABUS

 Jeunes jusqu'à 25 ans et entourage proche.

CAAN'abus s'adresse aux jeunes concernés par toutes les problématiques addictives, avec ou sans produits (jeux vidéo et/ou écran), mais également les adultes (entourage, professionnels, etc.) s'interrogeant sur ces mêmes consommations. Une évaluation de la situation et un accompagnement adapté si nécessaire, de l'information, de la documentation. Il est conseillé de prendre rendez-vous.

CONTACT

Anonyme et gratuit : Lundi, mardi, jeudi et vendredi de 9:30 à 13:00 et de 14:00 à 17:00 et le mercredi de 14:00 à 18:00
39-41 rue Sainte Colombe, 33000 BORDEAUX

 05 56 01 25 66

 caanabus.bordeaux@ceid-addiction.com

CEID COMITÉ D'ÉTUDE ET D'INFORMATION SUR LES DROGUES

Plusieurs dispositifs existent sur le territoire :

- Un centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention des Addictions ambulatoire assure un accueil gratuit et anonyme de la personne et de son entourage. Il est constitué d'une équipe pluridisciplinaire pour assurer un suivi médical, psychologique et socio-éducatif (*médecin, éducateur et psychologue*).
- Un service CANNABUS (*ou consultation de jeunes consommateurs*) qui s'adresse essentiellement aux jeunes (*jusqu'à 25 ans*) consommateurs de substances psychoactives tel le tabac, l'alcool, le cannabis et /ou d'autres drogues. Il constitue un premier lieu d'accueil anonyme et gratuit des jeunes, de leur entourage et des professionnels.
- Une consultation Jeux (*jeux d'argent, de hasard, en ligne et vidéo*)

CONTACT

CENTRE MAURICE SERISÉ

Du lundi au vendredi de 9:00 à 13:00 et de 14:00 à 17:00
24 rue du Parlement Saint Pierre 33000 BORDEAUX

 05 56 44 84 86

CENTRE PLANTEROSE

Du lundi au vendredi de 14:00 à 17:00
16 rue Planterose 33000 BORDEAUX

 05 56 91 07 23

CENTRE THÉRAPEUTIQUE RÉSIDENTIEL DE BÈGLES

Du lundi au vendredi de 9:00 à 13:00 et de 14:00 à 17:00
33/35 impasse du 4 septembre 33130 BÈGLES

 05 56 49 59 58

SERVICE D'APPARTEMENTS THÉRAPEUTIQUES

Du lundi au vendredi de 9:00 à 13:00 et de 14:00 à 17:00
23 rue des Capérans 33000 BORDEAUX

 05 56 81 40 34

 planterose@ceid-addiction.com

 www.ceid-addiction.com

NARCOTIQUES ANONYMES FRANCE

N'importe quelle personne ayant un problème de drogue, ou qui pense en avoir un, quelles que soient la ou les drogues consommées, peut se déclarer membre de NA. Narcotiques Anonymes est une association d'hommes et de femmes du monde entier qui s'entraident pour rester abstinents. Ils offrent la même aide à quiconque a un problème de drogue et désire faire quelque chose à ce sujet. L'accompagnement repose sur un programme de rétablissement repose principalement sur l'entraide.

CONTACT

Tous les jours de 9:00 à 22:00
32 rue du Hâ 33000 BORDEAUX

 01 43 72 12 72

ASSOCIATION LES ALCOOLIQUES ANONYMES

Association d'entraide pour les personnes en difficulté avec l'alcool. Accès anonyme, libre, sans inscription, sans rendez-vous, et sans aucune forme d'engagement.

CONTACT

Place Saint Christoly 33000 BORDEAUX

 09 69 39 40 20

 aa.athenee@laposte.net

F. SOUTIEN À LA PARENTALITÉ

PSYCHIATRIE PÉRINATALE

CH CHARLES PERRENS

Le Réseau de Psychiatrie Périnatale (RPP) propose des soins spécifiques pour les mères et pères souffrant de troubles psychiques ou de difficultés relationnelles avec leurs enfants. L'équipe multidisciplinaire du RPP propose des soins conjoints mère – enfant :

- En hospitalisation à temps complet (Unité mère-enfant)
- En hospitalisation de jour (Hôpital de jour)
- En consultations

L'accompagnement des mères et des enfants se fait en étroite avec les équipes d'obstétrique et de pédiatrie du CHU et professionnels de la santé périnatale du département, et selon les situations, de la région.

CONTACT

UNITÉ HOSPITALISATION TEMPS PLEIN ET CONSULTATIONS
CH CHARLES PERRENS - UNIVA, CENTRE CARREIRE
121 rue de la Béchade 33000 BORDEAUX

 05 56 56 35 38

HÔPITAL DE JOUR ET CONSULTATIONS
CHU DE BORDEAUX - MATERNITÉ (*Centre Aliénor d'Aquitaine*)
Entrée 2 - Niveau 2, place Amélie Raba Léon 33000 BORDEAUX

 05 57 82 19 10

MAMAN BLUES

Site non médical de soutien, d'écoute et de conseils dans le cadre de la difficulté maternelle. Il a un forum de discussions et des informations en libre accès autour de la périnatalité, au travers d'un regard bienveillant. Présence de référentes locales qui peuvent écouter, conseiller et guider les mères vers les ressources appropriées.

CONTACT

 mamanblues33@gmail.com

 www.maman-blues.fr

LA PARENTÈLE

La Parentèle est une structure de service public qui propose un accueil aux familles : ouvert à tous, anonyme, et gratuit. Elle assure des missions d'information (*sur les lieux ressources, sur les propositions faites aux familles dans la ville...*), et d'orientation si nécessaire (*vers d'autres espaces de prise en charge, d'aide ou de soutien*). Cet accueil favorise une prévention précoce dès l'établissement des premiers liens, et permet questionnements et ressources sur les liens familiaux tout au long des étapes de la vie de parent...

CONTACT

2 rue Courpon 33000 BORDEAUX

 05 56 24 62 35

RPNA RÉSEAU PÉRINAT NOUVELLE AQUITAINE

La RPNA porte une mission de santé publique sur la prévention de l'ensemble des problématiques qui peuvent graviter autour de la périnatalité : pour les mères ou futures mères, l'enfant mais aussi les professionnels de santé. Il dispose d'un vaste champ d'intervention, propose des formations, et des parcours d'accompagnement spécifiques pour les enfants prématurés ou présentant des problèmes de santé. De nombreux outils pédagogiques, d'information sont disponibles gratuitement sur leur site internet.

 www.rpna.fr

G. VICTIMES DE VIOLENCES

CAUVA CELLULE D'ACCUEIL D'URGENTES DES VICTIMES D'AGRESSIONS

Le CAUVA est une structure destinée à accueillir en urgence les victimes d'agression et leur entourage. Ses objectifs sont de :

- Offrir un accueil et un accompagnement pluridisciplinaire au plus près de l'événement traumatique, grâce à une équipe spécialisée, composée de médecins légistes, infirmiers, psychologues, assistants sociaux éducatifs
- Faciliter les procédures judiciaires
- Orienter vers les professionnels de santé, de la justice, de l'action sociale et des associations adaptées

CONTACT

Place Amélie Raba Léon 33000 BORDEAUX

 05 56 79 87 77 (du lundi au vendredi de 9:00 à 19:00)

 3919 (en dehors des horaires pour les femmes victimes de violences)

 17 (en dehors des horaires pour les autres situations)

 cauva@chu-bordeaux.fr

VICT'AID

INSTITUT DON BOSCO

VICT'AID est un service d'aide aux victimes d'infractions pénales, mineure ou majeure, ayant subi une atteinte corporelle, psychique ou aux biens, ayant perdu un ou des proches, ou ayant été victime de tout événement traumatique. L'équipe propose une prise en charge globale de la personne, avec à la fois un volet juridique et psychologique. L'accompagnement est proactif sans limite de temps, notamment auprès des personnes victimes de violences intrafamiliales.

CONTACT

63 cours Georges Clémenceau 33000 BORDEAUX

 05 56 01 28 69

Une juriste de VICT'AID intervient:

- 3^e lundi matin du mois : 10 place Maréchal Foch LESPARE
- 3^e lundi après-midi du mois : 7 rue Lucien Teyssier PAUILLAC

CIDFF CENTRE D'INFORMATION SUR LES DROITS DES FEMMES ET DES FAMILLES

Le CIDFF est un lieu d'accueil et d'information sur les droits pour tout public et en particulier pour les femmes : accès aux droits, accès à l'emploi, soutien psychologique.

CONTACT

Le mercredi de 14:00 à 17:00 sans rendez-vous
99 rue Goya 33000 BORDEAUX

 05 56 44 30 30

LA MAISON D'ELLA

La Maison d'Ella réunit salariés et bénévoles – *soignants, travailleurs sociaux et accompagnants* – pour soutenir les femmes victimes de violences et leur offrir un accompagnement global du psycho-traumatisme. Elle propose : accueil et écoute, accompagnement social, suivi médical, gynécologique et paramédical, ateliers juridiques et psycho-corporels, groupes de parole et permanences de partenaires.

CONTACT

381 boulevard du Président Wilson 33200 BORDEAUX

 05 57 09 25 77 / 06 31 05 85 78

 maisondella@cacis.fr

APAFED

L'APAFED, membre de la Fédération Nationale Solidarité Femmes, accompagne les femmes victimes de violences conjugales, seules ou avec enfants. L'association propose un accueil, une écoute, ainsi que des solutions d'hébergement sécurisé et d'urgence.

CONTACT

 05 56 40 93 66

 cae@apafed.fr

LA MAISON DE SIMONE

L'association La Maison de Simone créée en juin 2008, a pour objectif l'accueil et l'information des femmes victimes de violences conjugales avec ou sans enfants, le soutien et l'accompagnement dans leurs démarches et leur recherche d'autonomie, la gestion d'une structure d'hébergement temporaire, avec un accompagnement social et psychologique, permettant d'accueillir 5 femmes et leurs enfants ainsi que l'information et la sensibilisation des personnes relais.

CONTACT

Les mardis de 14:00 à 17:00 et vendredis de 14:00 à 16:00
11 allée des Tulipes 33600 PESSAC

 06 59 39 13 27

 maison.de.simone@numericable.fr

LA MAISON DES FEMMES

La Maison des Femmes de Bordeaux est un lieu d'accueil, d'écoute et d'orientation pour toutes les femmes. Elle favorise l'accès aux dispositifs sociaux et l'accès aux droits. Elle dispose d'un accueil pour les femmes en difficultés d'insertion socioprofessionnelle.

La Maison des Femmes a également mis en place une écoute spécifique aux femmes victimes de violences conjugales et des actions de sensibilisation, d'information et de prévention.

CONTACT

Du lundi au vendredi de 10:00 à 18:00
5 bis rue du Noviciat 33800 BORDEAUX

 05 56 31 30 95

 www.maisondesfemmes.net

CENTRE RÉGIONAL PSYCHOTRAUMATISME SUD NOUVELLE AQUITAINE

Centre rattaché au CH Charles Perrens, il prend en charge les victimes de psychotraumatisme (violences physiques, sexuelles ou conjugales, accidents graves, attentats, guerre, catastrophes naturelles, deuils traumatiques) sur l'ensemble de la Gironde. L'équipe pluridisciplinaire (médecins, psychologues, infirmiers) propose des soins spécialisés : EMDR, TCC, ICV et thérapie de la reconsolidation (méthode Brunet).

CONTACT

Lundi au vendredi de 9:00 à 17:00
121 rue de la Béchade 33000 BORDEAUX

 05 56 56 35 78 (de 14:00 à 17:00)

L'accueil des patients au CRP se fait uniquement sur adressage médical. Le psychiatre traitant ou médecin traitant doit remplir le dossier de demande d'évaluation et l'adresser par mail :

 crpsychotraumato@ch-perrens.fr

 www.ch-perrens.fr/centres-experts-et-ressources/centre-regional-psychotraumatisme-sud-nouvelle-aquitaine

H. IDENTITÉ DE GENRE

LE GIROFARD

Le Girofard est le centre pour les personnes lesbiennes, gays, bi, trans, intersexe, non binaire de la Gironde. Il a pour objectif d'être un lieu d'accueil, d'écoute et de convivialité. Le Girofard propose également des accompagnements spécifiques sur RDV (*psychologue, conseil juridique, santé sexuelle & dépistage, demande d'asile...*).

CONTACT

*Permanence d'accueil les mercredis et vendredis de 18:00 à 20:00.
Sur rendez-vous du lundi au vendredi.
21 rue du Loup 33000 BORDEAUX*

 05 64 72 14 94

 contact@le-girofard.org

 www.le-girofard.org

LE REFUGE

 Adolescents et jeunes adultes de 14 à 25 ans

L'association le Refuge a pour objet de prévenir et lutter contre l'isolement et le suicide des jeunes LGBT, de 14 à 25 ans, victimes d'homophobie ou de transphobie, et en situation de rupture familiale. Elle héberge et accompagne ces jeunes vers leur reconstruction émotionnelle et matérielle.

CONTACT

29-31 cours Evrard de Fayolle 33000 BORDEAUX

 06 31 59 69 50 (appel ou SMS de 8:00 à 00:00)

 bordeaux@le-refuge.org

 www.le-refuge.org

PROGRAMME TRANSGENDER

Programme inter établissement (Charles Perrens, CHU Bordeaux et Haut Levêque), le programme Transgender réunit sur ces trois sites plusieurs disciplines médicales, à destination des personnes souffrant d'une dysphorie de genre et demandeuses d'un : soutien et accompagnement psychologique dans le parcours de transition, traitement hormono-chirurgical, endocrinologie, orthophoniste, socio esthétique etc. Le programme dispose, entre autres, d'une unité hospitalière : UTINA.

CONTACT

121 rue de la Béchade 33000 BORDEAUX

 05 56 66 31 58

 utina@ch-perrens.fr

 www.ch-perrens.fr/unite-transidentites-nouvelle-aquitaine-utina

I. PERSONNES ÂGÉES ET GÉRIATRIE

ÉQUIPES MOBILES GÉRONTO PSYCHIATRIE

CH. PERRENS

 Personnes âgées de plus de 60 ans en perte d'autonomie

Intervention sur prescription du médecin traitant, au sein des EHPAD, à domicile et dans des lieux de vie, pour réaliser une évaluation auprès des personnes de plus de 60 ans, en perte d'autonomie, afin de prévenir et/ou de limiter leur souffrance psychique ainsi que celle de leur famille et en vue d'éviter les hospitalisations liées à ces troubles.

CONTACT

Du lundi au vendredi de 9:15 à 17:00

 05 56 66 35 92 (secrétariat EMGP) 06 69 72 15 95 (secteur médoc)

 emgppam@ch-perrens.fr

ÉQUIPES MOBILES HERMES

CH. CHARLES PERRENS

Les équipes HERMES prennent en charge des patients connus de la psychiatrie résidants dans les structures médico-sociales. HERMES Séniors est destiné aux patients hébergés en EHPAD et HERMES Handicap s'adressent aux patients hébergés en foyers. Ces équipes interviennent directement au sein des EHPAD et des foyers, sur le principe de visites, dans le suivi régulier de patients souvent stabilisés mais pouvant accuser une rechute. Si le résidant a déjà eu un contact avec la psychiatrie, les équipes médico-sociales peuvent directement demander un nouveau suivi auprès des infirmiers de l'équipe.

CONTACT

 05 56 56 34 34

UISG UNITÉ INTERSECTORIELLE SPÉCIALISÉE EN GÉRONTO-PSYCHIATRIE

L'UISG est destinée à l'exploration et au traitement des pathologies psychiatriques chez des sujets âgés de plus de 65 ans résidant sur les secteurs du Centre Hospitalier Charles-Perrens. Certaines situations ne sont pas compatibles avec une admission à l'U.I.S.G. : patients nécessitant une hospitalisation sans consentement, indication médicale centrée sur une pathologie démentielle (bilan, orientation, traitement de troubles du comportement...), patients présentant une autonomie très réduite, pathologies somatiques graves non stabilisées. La demande d'admission se fait auprès du médecin responsable de l'unité par le médecin ayant en charge le patient.

CONTACT

HÔPITAL XAVIER ARNOZAN
Avenue du Haut Lévêque 33604 PESSAC

 05 56 56 17 71 / 05 56 56 17 32

J. FIN DE VIE - ACCOMPAGNEMENT AU DEUIL

CPES CONSULTATION DÉDIÉE AUX PROCHES ENDEUILLÉS PAR SUICIDE

Un service de Consultation dédiée aux Proches Endeuillés par Suicide (CPES) a récemment ouvert sur le CH Charles Perrens à Bordeaux. Une équipe pluridisciplinaire y propose des consultations individuelles ou familiales à visée d'évaluation, de prévention des complications du deuil, de soins et d'orientation. Ce travail est réalisé dès les premières semaines suivant le décès et jusqu'à un an après, en lien avec le CRP, la Cellule d'Urgence Médico-Psychologique, les services de réanimation du CHU, l'offre de soins libérale, les Centres Médico-Psychologiques de secteur et les associations de familles.

CONTACT

Secrétariat du lundi au vendredi de 9:15 à 16:45

 05 56 56 34 11

 cpes@ch-perrens.fr

PLATEFORME ESPOIR

Ressources pour les personnes endeuillées par suicide

Plateforme numérique qui centralise des informations et des ressources de qualité à destination des personnes endeuillées par suicide, des professionnels et des associations spécialisées dans la postvention individuelle.

- Apporter des réponses aux questions que se posent les personnes endeuillées par suicide
- Permettre aux personnes endeuillées par suicide de trouver plus facilement les associations et professionnels de santé mentale spécialisés sur les questions du deuil
- Prévenir les effets négatifs du suicide de leur proche sur la santé mentale des personnes endeuillées

 www.espoir-suicide.fr/le-projet-espoir

ALLIANCE 33

Alliance 33 est une association qui propose des accompagnements bénévoles auprès des personnes gravement malades, en soins palliatifs ou en fin de vie, ainsi qu'un soutien à leurs proches en vue de soulager la souffrance. Les soutiens et suivis de deuils s'effectuent en institution, à domicile ou à l'antenne.

CONTACT

380 cours de la Somme 33000 BORDEAUX

 05 56 43 07 07

 alliance33@alliance.asso.fr

 www.alliance.asso.fr/alliance33/

DIALOGUE ET SOLIDARITÉ

Association venant en aide gratuitement à toute personne endeuillée par la perte d'un conjoint, d'un concubin, d'un partenaire de PACS. Elle met à disposition des lieux d'accueil et des groupes de parole ou des entretiens individuels, pour favoriser la reconstruction de la personne en deuil et de sa famille. L'équipe propose un accueil neutre, non confessionnel, confidentiel et ouvert à tout public.

CONTACT

Les mercredis de 9:00 à 17:00 sur rendez-vous
99 rue Gaya 33000 BORDEAUX (locaux du CIDFF)

 0800 494 627 (numéro vert)

 dialogue@dialogueetsolidarite.asso.fr

LA PETITE FILLE AUX ALLUMETTES

Dispositif thérapeutique où des psychologues cliniciens accueillent des familles en deuil d'un ou de plusieurs proches. Avec attention, bienveillance et délicatesse, les psychologues proposent un accueil, une écoute et un accompagnement susceptible d'aider à une mise en mots de l'absence de l'autre. Le deuil, son déroulement, ses étapes et ses difficultés sont abordés, afin d'intégrer au fil du temps, cet événement dans la vie. L'écoute a pour objectif de favoriser un travail d'élaboration du deuil dans la famille. En fonction des âges et de la place de chacun dans la famille, plusieurs espaces de parole sont proposés pour : Les enfants, les adolescents et les jeunes adultes, les parents et les grands-parents.

CONTACT

1 mardi par mois à 18:00 (contacter Mme LOMBARD ou LAHARIE avant)
Pavillon Mutualité - 45 rue du Maréchal Gallieni 33000 BORDEAUX

 06 80 14 25 96 (Mme LOMBARD) 06 46 42 62 30 (Mme LAHARIE)

 lpfaa.asso33@gmail.com

AGAPA

Accueil, écoute et soutien aux personnes ou à leurs proches en souffrance après un deuil périnatal. L'association propose des entretiens individuels suivis, des « cafés rencontre » sur inscription obligatoire, et des groupes de parole.

CONTACT

Lundi, mardi et mercredi de 9:00 à 17:30
116 avenue du Truc 33700 MÉRIGNAC

 05 56 08 84 47 / 01 40 45 06 36

 contact@agapa.fr

 www.association-agapa.fr

DISPOSITIFS D'ÉCOUTE

Tous ces services d'écoute sont anonymes. Des ressources sont disponibles sur leurs sites internet. Plus de lignes d'écoute sur le site Psycom :

@ www.psycom.org/sorienter/les-lignes-decoute

SOMMAIRE

ÉCOUTE DÉDIÉE À LA PRÉVENTION DU SUICIDE	57
ÉCOUTE DÉDIÉE PAR MILIEU PROFESSIONNEL	59
ENFANTS, ADOS ET JEUNES ADULTES	64
HARCÈLEMENT	66
SOUTIEN À LA PARENTALITÉ	67
TROUBLES PSYCHIQUE, MAL-ÊTRE ET SOLITUDE	68
ADDICTIONS	70
VICTIMES DE VIOLENCES	71
AFFECTIONS LONGUE DURÉE	74
SOINS PALLIATIFS ET FIN DE VIE	75
ÉCOUTE ET SOUTIEN FACE AU DEUIL	75
APPUIS SUR MESURE	77
AUTRES SITES D'INFORMATIONS	84

A. ÉCOUTE DÉDIÉE À LA PRÉVENTION DU SUICIDE

3114 LIGUE NATIONALE DE PRÉVENTION DU SUICIDE

Le 3114 est un numéro d'appel gratuit géré par des professionnels de santé formés à la gestion risque suicidaire.

Confidentiel et géolocalisé, ce numéro permet de répondre aux besoins immédiats des personnes en recherche d'aide : écoute, évaluation, intervention, urgence, orientation ou suivi de crise. Cette ligne s'adresse également aux professionnels en contact avec des personnes en détresse ou en quête d'information sur le suicide et sa prévention.

Tout le monde peut appeler :

- Les personnes en souffrance
- L'entourage inquiet pour un proche
- Les citoyens inquiets pour une personne en détresse
- Les personnes endeuillées par suicide
- Les intervenants en prévention du suicide et les professionnels soignants
- Tout professionnel au contact de personnes en détresse ou confrontées à des problématiques suicidaires
- Les personnes ayant reçu une formation de Sentinelles
- Les institutions impactées par un suicide
- Toute autre personne touchée ou intéressée de près ou de loin par le sujet du suicide.

CONTACT

24h sur 24, 7 jours sur 7, Gratuitement, en France entière

 3114
 www.3114.fr

3114

SOS PHÉNIX ÉCOUTE ET PAROLES

SOS Suicide Phénix s'adresse à *"toute personne en détresse qui pense mettre fin à ses jours ou qui soit concerné par la problématique du suicide, dans sa famille ou dans son entourage"*. elle a pour mission de prévenir le suicide en restaurant le lien social par une écoute de qualité et un accueil inconditionnel dans le respect de la confidentialité et de l'anonymat. Passerelle entre les personnes en souffrance et l'offre de soin en santé ; elle propose des espaces de parole pour rompre l'isolement et ne pas rester seul face à sa souffrance morale.

CONTACT

Accueil physique et téléphonique les mercredis de 18:30 à 20:00, les jeudis de 18:00 à 20:00 et les samedis de 16:00 à 18:00
10 avenue Bel Air 33200 BORDEAUX

 05 56 02 24 01

- Accueil téléphonique *en dehors de ces horaires, de 13:00 à 23:00 tous les jours au 01 40 44 46 45 (prix d'un appel local)*
- Espace de dialogue et d'écoute *est également possible par mail avec réponse sous 72h à accueil@sos-suicide-phenix.org*

 www.sos-suicide-phenix.org

SUICIDE ÉCOUTE

Écoute des personnes qui souffrent tant psychologiquement que physiquement, qu'elles envisagent un passage à l'acte ou non. Écoute également des proches de personnes déprimées ou suicidaires, ceux qui ont dû subir le suicide d'un être aimé, ou le redoutent.

CONTACT

Permanence d'écoute téléphonique 24h/24 et 7j/7

 01 45 39 40 00

 www.suicide-ecoute.fr

B. ÉCOUTE DÉDIÉE PAR MILIEU PROFESSIONNEL

AGRI-ÉCOUTE

MSA GIRONDE

Agriculteurs

Agri'écoute est proposé par la Mutualité Sociale Agricole (MSA) à ses adhérents, c'est un service d'écoute et d'aide psychologique, anonyme et accessible à tout moment, pour prévenir le suicide chez les agriculteurs : Mal être, solitude, dépression, difficultés personnelles ou professionnelles, etc. Les appeler permet de dialoguer anonymement et de façon confidentielle avec des professionnels, pour soi-même ou quelqu'un de son entourage familial ou professionnel, en situation de souffrance ou de détresse, relevant de la MSA.

Possibilité d'intervention en postvention par des professionnels lors d'un passage à l'acte d'un ressortissant de la MSA. Prise en charge du traumatisme collectif en debriefing suite à un passage à l'acte (entourage professionnel et familial). Possibilité d'accompagnement individuel des personnes endeuillées par une prise en charge psychologique

Depuis novembre 2021, le service Agri'écoute s'enrichit d'une plateforme www.agriecoute.fr, vous pouvez :

- Tchat (conversation écrite) en direct avec un psychologue
- Prendre rendez-vous pour un entretien avec un psychologue
- Consulter des fiches et conseils sur la santé mentale.

La plateforme est accessible avec un identifiant et un mot de passe identiques pour tous.

- Identifiant : monespaceagriecoute
- Mot de passe : AGRIECOUTE

CONTACT

Permanence d'écoute téléphonique 24h/24 et 7j/7

 09 69 39 29 19

 www.msa.fr/lfp/solidarite/prevention-suicide

PRÉVENTION SUICIDE DANS LA POLICE

Policiers

Ce numéro vert offre la possibilité aux policiers désireux de recevoir une aide de joindre l'un des 70 psychologues travaillant sur la plateforme ou le contacter via une application. Ils pourront ensuite être redirigés vers le réseau de psychologues de l'association Soins aux professionnels de Santé (SPS) pour un rendez-vous.

CONTACT

LIGNE EXTERNE

Ligne externe dédiée aux policiers, Permanence d'écoute téléphonique anonyme, gratuite et confidentielle 24h/24 et 7j/7

 0 805 23 04 05

LIGNE INTERNE

Ligne interne du Service de Soutien Psychologique Opérationnel pour être mis en relation avec l'un des psychologues cliniciens de la Police Nationale

 0 805 20 17 17

SERVICE DE SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE OPÉRATIONNEL

Police nationale, service de soutien psychologique opérationnel (SSPO, Ministère de l'Intérieur). Aide psychologique pour les policiers, service gratuit

 01 80 15 47 09 (heures de bureau)

 01 80 15 47 00 (le soir, la nuit, le week-end et jours fériés)

ÉCOUTE DÉFENSE

 Militaires et anciens militaires, et familles

Ecoute Défense est une plateforme téléphonique, dont les répondants sont des psychologues, qui a pour objectif d'apporter aux militaires, anciens militaires, leurs familles, et civils de la défense, un accueil téléphonique, une écoute professionnelle, et une orientation vers un lieu de soins pour une prise en charge psychologique ou médico-psychologique si nécessaire.

Ecoute Défense répond aussi aux situations de stress et traumatismes psychiques en service, harcèlement et souffrance au travail.

CONTACT

Permanence téléphonique anonyme et gratuite 24h/24 et 7j/J

 0 808 800 321

SPF ASSOCIATION SOINS AUX PROFESSIONNELS DE SANTÉ

La SPS est une association qui vient en aide aux professionnels de la santé et aux étudiants. Prise en charge via un maillage territorial avec des téléconsultations ou consultations par le réseau national du risque psychosocial et l'orientation vers des unités dédiées. La SPS dispose également d'une application mobile

CONTACT

Permanence téléphonique gratuite 24h/24 et 7j/J

 0 805 23 23 36

MOTS MÉDECINS ORGANISATION TRAVAIL SANTÉ

Tous professionnels de santé

L'association MOTS apporte une écoute, un accompagnement global et des solutions concrètes à tous médecins, soignants, filière paramédicale, internes, quel que soit son mode d'exercice (salarié ou libéral, en activité ou en formation, remplaçant ou retraité, généraliste ou spécialiste) rencontrant des difficultés professionnelles et/ou personnelles, ou en situation d'épuisement professionnel.

La démarche est individuelle, structurée, préventive, et en toute confidentialité. Bénéficiez d'un suivi personnalisé avec l'aide d'un médecin indépendant, spécialisé dans le soin aux soignants et intégré dans une équipe médicale nationale.

CONTACT

Permanence téléphonique gratuite et nationale 24h/24 et 7j/7

 06 08 28 25 89

 www.association-mots.org

CONSEIL NATIONAL ORDRE DES MÉDECINS ET INTERNES

Médecins et professionnels de santé

Numéro unique destiné à l'écoute et à l'assistance des médecins et des autres professionnels de santé. Le professionnel en faisant la demande pourra être mis en relation, soit avec un psychologue clinicien, ou avec la commission nationale d'entraide pour évoquer toute difficulté financière, administrative, juridique ou autre, soit avec un confrère de soutien des associations qui pourra orienter vers une personne ressource, en particulier des psychiatres

CONTACT

Permanence téléphonique gratuite et anonyme 24h/24 et 7j/7

 0 805 500 005

APESA AIDE PSYCHOLOGIQUE AUX ENTREPRENEURS EN SOUFFRANCE AIGÜE

Entrepreneurs et dirigeants

Le dispositif APESA offre un soutien psychologique gratuit aux entrepreneurs en souffrance aiguë. Le dispositif repose sur un réseau de "sentinelles" formées qui détectent les situations de souffrance et déclenchent une alerte. Un psychologue contacte alors rapidement l'entrepreneur pour une évaluation de sa situation et une prise en charge confidentielle près de son domicile. Cette approche, déployée dans de nombreuses juridictions, apporte une réponse humaine aux difficultés des chefs d'entreprise.

CONTACT

Pour tous les chefs d'entreprise du ressort du tribunal de commerce de BORDEAUX

 05 46 98 42 85

 contact33bordeaux@apesa-france.com

 www.apesa-france.com

SOS ENTREPRENEURS

SOS Entrepreneur (Association) a pour objectif d'apporter une aide concrète à l'entrepreneur en grande difficulté, lui permettre de dégager des solutions. Des accompagnants spécifiquement formés disponibles pour agir rapidement et dans le bon sens.

CONTACT

Permanence téléphonique gratuite et anonyme 24h/24 et 7j/7

 06 50 02 73 14

C. ENFANTS, ADOLESCENTS ET JEUNES ADULTES

PHARE ENFANTS - PARENTS

Prévention du mal-être et du suicide des jeunes : Accompagnement des jeunes en souffrance et de leurs familles.

CONTACT

Permanence téléphonique du lundi au vendredi de 10:00 à 17:00

 01 43 46 00 62

 cavaoupas@phare.org

ALLO ÉCOUTE ADOS

Pour les 10 à 25 ans, où des professionnels répondent aux questions sur le mal-être, les addictions, l'alimentation, la contraception...

CONTACT

Écoute anonyme et confidentielle du lundi au vendredi de 17:00 à 20:00

 06 12 20 34 71 (rappel possible)

ALLO ÉCOUTE ADOS

Ecoute, soutien et orientation des jeunes de 12 à 25 ans sur la santé, la sexualité, l'amour, le mal-être, par des professionnels de santé et des professionnels du net, service anonyme et gratuit

CONTACT

 0800 235 236 (7j/7 de 9:00 à 23:00)

RÉAGIR RÉSEAU ADOS GIRONDE

L'association a pour but de favoriser la prévention et la prise en compte précoce du mal être et les troubles de l'équilibre psychique des adolescents dans leur rapport avec leur environnement familial et social. Ligne pour les enfants et adolescents, mais aussi leur famille.

CONTACT

-  06 28 75 69 71 (*ligne RéAGir*)
-  07 78 93 65 47 (*ligne dédiée au deuil*)

SPS ÉTUDIANTS EN SOUFFRANCE

Ecoute pour les étudiants, étudiantes, préoccupés par un avenir incertain, la solitude, l'isolement ou la précarité, par des psychologues, service anonyme et gratuit

CONTACT

-  0 805 23 23 36

LIGNE D'ÉCOUTE DES CROUS

Ecoute pour les étudiantes et les étudiants en cas d'anxiété, d'angoisse, d'éloignement familial ou de rupture amoureuse, par des psychologues, service anonyme et gratuit mis en place par les Centres régionaux des œuvres universitaires et scolaires (CROUS). Possibilité d'avoir ensuite jusqu'à 5 entretiens individuels avec la ou le même psychologue

CONTACT

Permanence téléphonique gratuite 24h/24 et 7j/7

-  0 800 73 08 15

D. HARCÈLEMENT

CONTRE LE HARCÈLEMENT À L'ÉCOLE

Ligne d'écoute anonyme gratuite destiné aux enfants aux jeunes, parents, professionnels qui ont avoir avec une situation de harcèlement.

CONTACT

Du lundi au vendredi de 9:00 à 20:00 et samedi de 9:00 à 18:00

 3018

E-ENFANCE

L'Association e-Enfance propose aux jeunes, leurs parents et les professionnels des interventions en milieu scolaire et des formations sur les usages responsables d'internet et les risques éventuels comme le cyber-harcèlement, le cybersexisme et les autres formes de cyberviolence. Elle opère le 3018, le numéro national pour les victimes de violences numériques. L'Association est le point d'entrée unique sur tous les enjeux liés aux usages numériques des jeunes et à l'accompagnement à la parentalité numérique afin que les jeunes puissent profiter d'Internet en toute sécurité

CONTACT

Permanence téléphonique gratuite 24h/24 et 7j/7

Joignable par téléphone, SMS, Messenger ou Whatsapp

 3018

 www.e-enfance.org

E. SOUTIEN À LA PÉRINATALITÉ

ALLÔ PARENTS BÉBÉ

Des professionnels de la petite enfance sont à l'écoute pour parler, soutenir et orienter vers les ressources adaptées les parents inquiets dès la grossesse et jusqu'aux trois ans de l'enfant.

CONTACT

Du lundi au vendredi de 10:00 à 13:00 et de 14:00 à 18:00

 0 800 00 34 56

ALLÔ ÉCOUTE PARENTS

Composé de professionnels spécialisés sur l'adolescence et ses particularités, cette association propose un espace d'écoute et de conseils pour accompagner les parents en difficulté avec leurs enfants et adolescents

CONTACT

Du lundi au vendredi de 13:00 à 15:00

 06 01 18 40 36

F. TROUBLES PSYCHIQUES, MAL-ÊTRE ET SOLITUDE

SOS DÉPRESSION

Ligne dont le rôle est d'aider les personnes dépressives ou les personnes suspectant une dépression chez un proche. Ce ne sont pas des médecins psychothérapeutes ou psychiatres, mais des écoutants.

CONTACT

Permanence téléphonique anonyme et confidentielle 24h/24 et 7j/7

 0 890 88 88 00 (0,80€/min + prix appel)

 www.sosdepression.fr

FRANCE DÉPRESSION

Ecoute, aide pour les personnes vivant avec des troubles dépressifs ou bipolaires et leurs proches, par les bénévoles de l'association regroupant des patients et ex-patients, service gratuit.

CONTACT

Du lundi au samedi de 10:00 à 20:00 et le dimanche 14:00 à 20:00

 07 84 96 88 28

SOLITUD'ÉCOUTE

LES PETITS FRÈRES DES PAUVRES

Ligne d'écoute et de soutien téléphonique destinée aux personnes de plus de 50 ans souffrant de solitude, d'isolement ou de mal-être.

CONTACT

Écoute anonyme, gratuite et confidentielle 7j/7 de 15:00 à 20:00

 0 800 47 47 88

SOS AMITIÉ

Service d'écoute destiné à accueillir la parole de celles et ceux qui, à un moment de leur vie, traversent une période difficile.

CONTACT

*Permanence d'écoute téléphonique 24h/24 et 7j/7
Chat du lundi au dimanche de 13:00 à 3:00 du matin.
Messagerie : réponse sous 48h maximum.*

 05 56 44 22 22

 www.sosamitie.org

ASSOCIATION SCHIZO ? OUI !

Service d'écoute gratuit sur la schizophrénie tenu par une psychologue clinicienne et une équipe de bénévoles avec une formation en psychologie.

CONTACT

Permanence du lundi au vendredi de 9:30 à 18:30

 01 45 89 49 44

 contact@schizo-oui.com

ASSOCIATION ÉCOUTE ET ENTRAIDE AUTOUR DES TROUBLES DU COMPORTEMENT ALIMENTAIRE

Ecoute et information des personnes concernées par l'anorexie, la boulimie, l'hyperphagie, ou de leurs proches, par des bénévoles formés, service confidentiel et gratuit, anonymat si demandé.

CONTACT

Permanence le lundi et le jeudi de 20:00 à 22:00

 01 40 72 64 44

FFAB FÉDÉRATION FRANÇAISE ANOREXIE BOULIMIE

Association qui regroupe des spécialistes du dépistage, du diagnostic, de la prise en charge, du traitement et de la recherche sur les troubles du comportement alimentaire (TCA), ainsi que des représentants des fédérations et associations de familles et d'usagers.

CONTACT

Écoute anonyme les lundis, mardis, jeudis et vendredi de 16:00 à 18:00

 09 69 325 900

G. ADDICTIONS

LIGNES NATIONALES

Ecoute, informations, aide personnalisée et des orientations adaptées à chaque situation.

CONTACT

Anonyme et non surtaxé, 7j/7, de 8:00 à 2:00, 7 jours sur 7

ALCOOL INFO SERVICE

 0 980 980 930

DROGUES INFO SERVICE

 0 800 23 13 13

ÉCOUTE CANNABIS

 0 980 980 940

JOUEURS INFO SERVICE

 0 980 980 940

H. VICTIMES DE VIOLENCES

NUMÉRO NATIONAL D'AIDE AUX VICTIMES

Pour toute personne victime, ou proche d'une personne victime de violences physiques, sexuelles ou psychologiques, au sein de la famille ou en dehors, d'un accident de la route, d'un vol ou d'une escroquerie, ou de n'importe quel autre fait à porté préjudice...

CONTACT

Écoute anonyme et gratuite 7j/7 et 24h/24.



116 006



victim@france-victimes.fr

119 ALLÔ ENFANCE EN DANGER

Écoute pour les enfants et adolescents en danger ou en risque de l'être et de toute personne confrontée à ce type de situations.

CONTACT

Écoute anonyme et gratuite 7j/7 et 24h/24.



119



www.allo119.gouv.fr

SOS VIOLS FEMMES INFORMATIONS

Information, écoute, soutien, et solidarité ainsi que des informations aux personnes qui ont subi des violences sexuelles, à l'entourage inquiet et aux professionnels accompagnants.

CONTACT

Écoute anonyme et gratuite du lundi au vendredi de 10:00 à 19:00



0 800 05 95 95

STOP MALTRAITANCE ENFANCE ET PARTAGE

Numéro national, dont les 20 comités répartis en France assurent aussi l'accueil, l'écoute et l'accompagnement des victimes et de leur famille. Des aides peuvent être proposées : un suivi psychologique ; un RDV téléphonique avec un juriste spécialisé en victimologie ; une ouverture de dossier pour un accompagnement juridique à long terme

CONTACT

Écoute anonyme et gratuite du lundi au vendredi de 10:00 à 18:00

 0 800 05 1234

SOS HOMOPHOBIE

Service d'écoute téléphonique nationale pour les personnes victimes ou témoins, d'actes ou de discriminations lesbophobes, gayphobes, biphobes, transphobes ou intersexophobes de sortir de l'isolement et obtenir des éléments pour agir.

CONTACT

Écoute anonyme du lundi au jeudi de 18:00 à 22:00, le vendredi de 18:00 à 20:00, le samedi de 14:00 à 16:00, et le dimanche de 18:00 à 20:00.

 01 48 06 42 41

Chat'écoute : le jeudi de 20:00 à 22:00 et le dimanche de 18:00 à 20:00

 www.sos-homophobie.org/chatecoute

SOS INCESTE ET VIOLENCES SEXUELLES

Ecoute pour les personnes âgées de 15 ans et plus, victimes d'inceste ou de violences sexuelles dans l'enfance ou à l'âge adulte, ainsi que pour leurs proches, par des psychologues formées aux violences sexuelles, service gratuit et confidentiel, anonymat si demandé.

CONTACT

Écoute anonyme et gratuite du lundi au vendredi de 9:00 à 17:00

 02 22 06 89 03

VIOLENCES CONJUGALES INFO

Numéro d'écoute national destiné aux femmes victimes de violences, à leur entourage et aux professionnels concernés. Le 3919 n'est pas un numéro d'urgence.

CONTACT

Écoute anonyme et gratuite 7j/7 et 24h/24.

 39 19

CENTRE ALMA GIRONDE

 Personnes vulnérables victimes de maltraitance

Centre d'écoute pour les personnes âgées et/ou handicapées, familles, proches, professionnels et de tout témoin suspectant un acte de maltraitance chez les personnes âgées et/ou handicapées.

CONTACT

Permanence téléphonique nationale du lundi au vendredi de 9:00 à 19:00 et samedi dimanche de 9:00 à 13:00 et de 14:00 à 19:00

 39 77

ALMA GIRONDE

Permanence téléphonique le mardi et jeudi de 14:00 à 17:00

 05 56 01 02 18

 www.oareil.org/alma-gironde-presentation.html

I. AFFECTIONS LONGUE DURÉE

CANCER INFO SERVICE

Écoute et soutien pour les personnes touchées par un cancer ou proches accompagnants.

CONTACT

Écoute du lundi au vendredi de 9:00 à 19:00

 0 805 123 124

LA LIGUE CONTRE LE CANCER

Écoute et soutien pour les personnes concernées par le cancer, assuré par des psychologues, service anonyme et gratuit.

CONTACT

Écoute du lundi au vendredi de 9:00 à 19:00

 0 800 940 939 (puis taper 1)

SIDA INFO SERVICES

Sida Info Service (SIS) agit dans la lutte contre le VIH, les IST et les hépatites, et œuvre pour la prévention et la santé sexuelle. Elle lutte également contre l'homophobie, la sérophobie et la transphobie grâce à un dispositif complet de relation d'aide à distance : *téléphone, sites internet, livechat, mail, forum et réseaux sociaux*. Que la personne soit concernée directement, proche, en attente de résultats ou non dépistée, chaque demande est accueillie avec écoute, respect, sans jugement et dans la plus stricte confidentialité.

CONTACT

7jours / 7 (jour fériés compris) de 8:00 à 23:00

 0 800 840 800

J. SOINS PALLIATIFS ET FIN DE VIE

CENTRE NATIONAL DES SOINS PALLIATIFS ET DE LA FIN DE VIE

Écoute et soutien pour les personnes confrontées à des situations difficiles pour elles-mêmes ou leur proche en fin de vie, ainsi que pour les professionnels de santé, service gratuit. A aussi pour vocation de favoriser l'accès aux droits et participe à l'amélioration de la fin de vie en France.

CONTACT

Du lundi au vendredi de 9:30 à 17:30

 01 53 72 33 04

K. ÉCOUTE ET SOUTIEN FACE AU DEUIL

PLATEFORME ESPOIR

 Personnes endeuillées par suicide : dispositif d'accueil

Plateforme numérique qui centralise des informations et des ressources de qualité à destination des personnes endeuillées par suicide, des professionnels et des associations spécialisées dans la postvention individuelle.

- Apporter des réponses aux questions que se posent les personnes endeuillées par suicide
- Permettre aux personnes endeuillées par suicide de trouver plus facilement les associations et professionnels de santé mentale spécialisés sur les questions du deuil
- Prévenir les effets négatifs du suicide de leur proche sur la santé mentale des personnes endeuillées

 www.espoir-suicide.fr

ASSOCIATION EMPREINTES

Accompagnement du deuil

Soutien aux personnes endeuillées, notamment par suicide par une ligne d'écoute téléphonique nationale, des entretiens individuels et familiaux et des groupes de parole.

CONTACT

Du lundi au vendredi

 01 42 380 808

 contact@empreintes-asso.com

FÉDÉRATION VIVRE SON DEUIL

Affiliée à la Fédération Européenne Vivre Son Deuil, l'association s'engage dans l'accompagnement et le soutien des personnes touchées par le deuil. Par la présence, l'écoute et l'échange, elle accompagne les personnes en souffrance vers un apaisement et une acceptation de la mort.

CONTACT

 05 64 11 52 82

 vivresondeuilaquitaine64@gmail.com

 www.vivresondeuil-aquitaine.fr

ASSOCIATION NAÎTRE ET VIVRE

Association de soutien et d'accompagnement des parents, grands-parents et proches confrontés au décès d'un tout-petit, qu'il s'agisse d'une mort inattendue du nourrisson ou d'un deuil périnatal. Fondée par des parents endeuillés, rejoints par des professionnels médicaux et paramédicaux, elle propose une ligne d'écoute ainsi que des échanges par mail lorsque la communication verbale est difficile.

CONTACT

Gratuit, 7 jours / 7 et 24h/24



01 47 23 05 08



contact@naitre-et-vivre.org

L. APPUIS SUR MESURE

ASSOCIATION SOS SURDUS



Pour les personnes sourdes et malentendantes, gratuit, confidentiel et anonyme.

Les écoutants, en collaboration avec l'équipe et avec la personne écoutée, se penchent attentivement sur ces différentes problématiques tout en essayant d'apaiser et d'enrayer cette souffrance. Leur rôle est d'écouter à distance la demande de la personne en souffrance via webcam, d'offrir un espace de parole libre, de proposer une orientation adaptée afin que la personne demandeuse soit relayée vers un autre service qui répondra plus précisément à sa demande. En cas d'urgence, possibilité de contacter par mail pour prendre un rendez-vous.

CONTACT



sossurdus31@gmail.com



www.sos-surdus.fr (webcam ou tchat)

SOS HELP

 Pour les anglophones vivant en France

Soutien émotionnel empathique et sans jugement à ceux qui traversent une période difficile. La solitude, la santé mentale ou physique, les conflits familiaux, le deuil et les pensées suicidaires sont des problèmes douloureux soulevés par leurs appelants.

CONTACT

Écoute 7jours/7 de 15:00 à 23:00

 01 46 21 46 46

CRED CROIX-ROUGE ÉCOUTE LES DÉTENU·ES

 Pour les personnes détenues

Ligne d'écoute à destination des personnes détenues. Numéro transmis sur demande, par convention avec le Ministère de la Justice.

CONTACT

Gratuit - lundi au vendredi de 10:00 à 18:00 et le samedi de 12:00 à 18:00

 0 800 858 858

SOS DÉTENUS

ASSOCIATION ARAPEJ

Pour les personnes détenues

Écoute, information juridique et sociale en réponse aux besoins des détenus, de leurs familles et des professionnels, service anonyme et gratuit assuré par des bénévoles formés et des juristes

CONTACT

Depuis un point phone dans un établissement pénitentiaire du lundi au vendredi de 9:00 à 18:00

 0 800 870 745

Pour les familles du lundi au vendredi de 9:00 à 17:00

 01 43 72 98 41

CONTACT (UNION D'ASSOCIATIONS)

Identité de genre et orientation sexuelle

Écoute pour les personnes qui s'interrogent sur leur orientation sexuelle ou leur identité de genre ainsi que leurs proches, par des bénévoles formés. Service anonyme et gratuit

CONTACT

Du lundi au jeudi de 17:00 à 21:00, le vendredi de 15:00 à 20:00 et le samedi de 1:30 à 15:30

 0 805 69 64 64

M. AUTRES SITES D'INFORMATIONS

Site Info Suicide

@ www.infosuicide.org

Site de l'Union Nationale de Prévention du Suicide

@ www.unps.fr

Groupement d'Études et de Prévention du Suicide (GEPS)

@ www.geps.fr

Programme PAPAGENO : *prévention contagion suicidaire*

@ www.papageno-suicide.com

Psycom : *site d'informations sur la santé mentale*

@ www.psycom.org



Note : ce document est également le vôtre, nous restons attentifs à toute suggestion quant à son évolution et ses mises à jour. Il ne vise pas l'exhaustivité, mais nous vous invitons à nous communiquer tout changement, omissions, et vous en remercions par avance.

Nous remercions toutes les personnes qui ont contribué à la réalisation de ce document.

NOTES

[illegible]

NOTES

[illegible]

PROJET PRÉVENTION DU RISQUE SUICIDAIRE
ASSOCIATION RÉNOVATION

68 rue des Pins Francs, 33200 BORDEAUX

 secretariat-prs@renovation.asso.fr

 05 56 02 00 31

 www.renovation.asso.fr

