

ASSOCIATION RÉNOVATION

GUIDE RESSOURCES

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

SUD-GIRONDE
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	15
	A. ENFANTS ET ADOLESCENTS	16
	B. ADULTES	18
→	LES CONSULTATIONS	19
	A. ENFANTS ET ADOLESCENTS	19
	B. ADULTES	22
	C. ÉQUIPES MOBILES	23
→	DISPOSITIFS D'ACCUEIL, DE SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE ET DE PRISE EN CHARGE	25
	A. ENFANTS, ADOS ET JEUNES ADULTES	25
	B. MAL-ÊTRE, SOUFFRANCE PSYCHOLOGIQUE	28
	C. SOUTIEN ET PAIR-AIDANCE	33
	D. SANTÉ ET ACCÈS AUX DROITS	35
	E. ADDICTIONS	38
	F. VICTIMES DE VIOLENCES	40
	G. IDENTITÉ DE GENRE	42
	H. PERSONNES ÂGÉS ET GÉRIATRIE	44
	I. FIN DE VIE ET ACCOMPAGNEMENT AU DEUIL	46
	J. DISPOSITIFS D'ÉCOUTE	49

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 le SUD-GIRONDE, la réalisation de cet objectif s'accompagne d'une collaboration avec le Groupement Sanitaire de Coordination Rives de Garonne, un partenariat avec le Centre Hospitalier de Cadillac et ainsi qu'à la collaboration active avec d'autres acteurs locaux 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 le Sud-Gironde, 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

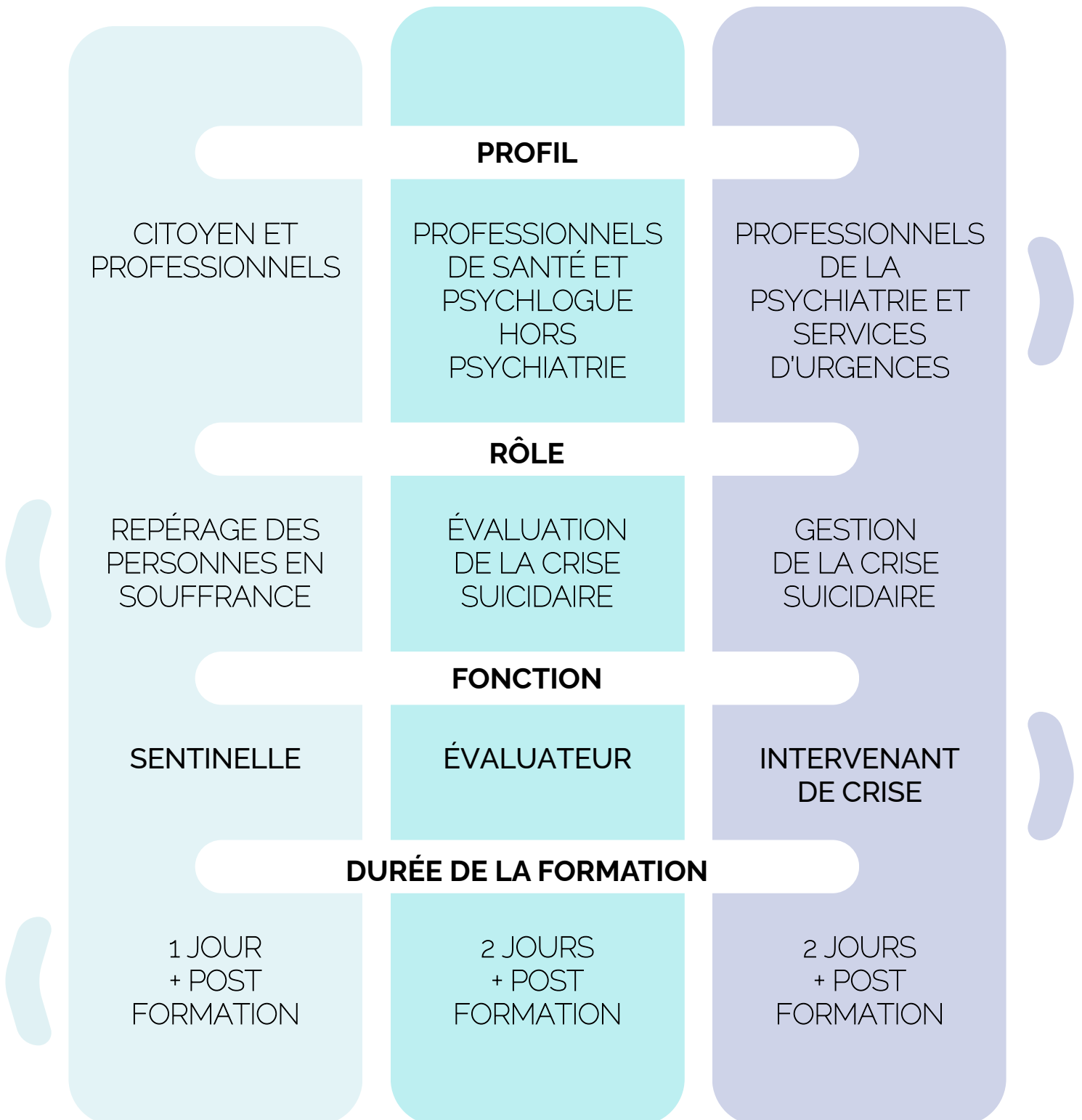
*Référent territorial du Projet Prévention du Risque Suicidaire
Bordeaux Métropole et Sud-Gironde*

 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


URGENCES SMUR


CH SUD GIRONDE

Le Centre Hospitalier Sud Gironde dispose d'un service d'urgences sur le site de Langon, siège du SMUR (Service Médical d'Urgence et de Réanimation) ainsi que d'un service d'Accueil et de Premiers Soins sur le site de La Réole.

En cas d'urgence, il faut appeler le 15 qui régulera l'orientation entre les deux sites de Langon et La Réole.

CONTACT


 05 56 76 57 30

 www.ch-sudgironde.fr

CH LANGON

Tous les jours - 24h sur 24


1 rue Paul Langevin 33210 LANGON

 05 56 76 57 57

MAISON MÉDICALE DE GARDE - LANGON

En semaine du lundi au vendredi de 20:00 à minuit, et le weekend (samedi de 12:00 à minuit et dimanche de 8:00 à minuit). L'orientation des patients est faite par l'infirmière d'accueil.


1 rue Paul Langevin 33210 LANGON (au niveau des urgences)

 05 56 76 57 57

ANTENNE D'ACCUEIL DE PREMIERS SOINS - LA RÉOLE

Tous les jours de 8:00 à 20:00 (samedi et dimanche compris)


37 chemin de Ronde 33190 LA RÉOLE

 05 56 61 52 53

MAISON MÉDICALE DE GARDE - LA RÉOLE

La permanence de soins est assurée sur rendez-vous au niveau du bureau médical dédié à proximité de l'Antenne d'Accueil de Premiers Soins

37 chemin de Ronde 33190 LA RÉOLE

 05 56 76 57 57

PSYCHIATRIE D'URGENCE


CH CADILLAC


Pour les prises en charge psychiatriques, une convention avec le Centre Hospitalier de Cadillac permet l'intervention d'une équipe de psychiatrie de liaison pluridisciplinaire. Sa mission est de réaliser une évaluation psychiatrique du patient hospitalisé en soins généraux ou en institution médico-sociale.

Le Centre Hospitalier de Cadillac, spécialisé dans la prise en charge de la maladie mentale et l'accompagnement des souffrances psychiques, prend en charge à temps plein ou partiel des adultes, des adolescents et des enfants au sein d'unités d'hospitalisation principalement implantées sur le site de Cadillac.

CONTACT

89 rue de Cazeaux Cazelets 33410 CADILLAC


 05 56 76 54 54


 info@ch-cadillac.fr

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

HOSPITALISATIONS

Les structures d'hospitalisation psychiatrique sont soumises au régime de la sectorisation et dispensent plusieurs 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

SEGLAS UNITÉ HOSPITALISATION

CH CADILLAC

i Adolescents et jeunes adultes de 16 à 25 ans


L'unité SEGLAS accueille des patients présentant des psychoses infantiles d'évolution déficitaire ou des troubles du spectre de l'autisme.

Intersectorielle, elle propose des prises en charge en hospitalisation à temps complet ainsi qu'à temps partiel, dans un cadre de soins assuré sous surveillance médicale 24h/24. L'unité dispose de 15 lits et de 5 places en hospitalisation de jour.

CONTACT

Site Château Lassalle 33410 LAROQUE

 05 57 98 20 23

 hj.seglas@ch-cadillac.fr - unite.seglas@ch-cadillac.fr

LITS D'HOSPITALISATION ADOLESCENTS

CH CADILLAC


i Enfants et adolescents de 0 à 16 ans

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

CONTACT

6 rue Victor Jara 33140 VILLENAVE D'ORNON

 05 56 79 56 79

 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

B. ADULTES

ÉTABLISSEMENTS PUBLICS

CENTRE HOSPITALIER CADILLAC


Le Centre Hospitalier de Cadillac prend en charge à temps plein ou partiel, des adultes, des adolescents et des enfants en souffrance, au sein d'unités d'hospitalisation implantées sur le site de Cadillac. Pour diversifier les modalités de prise en charge et mieux répondre aux besoins spécifiques des patients, des unités d'hospitalisation sont également à proximité de Bordeaux (Lormont, Villenave d'Ornon) et sur le Sud-Gironde (Bazas).


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.

L'offre du territoire Sud Gironde est couverte par le Pôle Clinique adulte C, une partie des structures du Pôle infanto-juvénile et des services intersectoriels.

CONTACT

89 rue Cazeaux Cazalet 33410 CADILLAC

 05 56 76 54 54


 info@ch-cadillac.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


EMR ÉQUIPE MOBILE RESSOURCES


L'équipe mobile intervient auprès des établissements sociaux et médico-sociaux accueillant des mineurs confiés à l'Aide Sociale à l'Enfance et à la Protection Judiciaire de la Jeunesse.

Elle accompagne les professionnels dans la prise en charge de situations particulièrement complexes, en apportant un appui clinique et un soutien adapté aux besoins rencontrés sur le terrain.


CONTACT

89 rue Cazeaux Cazalet 33410 CADILLAC

 05 56 76 51 33

 emr@ch-cadillac.fr

CMPEA CENTRES MÉDICO PSYCHOLOGIQUES POUR ENFANTS ET ADOLESCENTS


 Enfants et adolescents de 3 à 16 ans

Le CMPEA est un service de consultations de proximité dédié aux enfants, adolescents et leurs familles, dans le cadre du service public de santé mentale, jusqu'à 17 ans. Il propose des consultations spécialisées de première intention ou de suivi, pouvant conduire si besoin à une orientation vers un hôpital de jour ou un CATTP.

CONTACT


CMPEA BAZAS - 0 à 17 ans

4 chemin dit de Marmande 33430 BAZAS

 05 56 25 25 40


CMPEA BELIN-BÉLIET - 0 à 17 ans

28 route de Suzon 33830 BELIN-BÉLIET

 05 56 88 04 45


CMPEA CADILLAC - 0 à 17 ans

5 bis Lotissement les Jardins des Baries 33410 CADILLAC

 05 57 98 23 05


CMPEA CESTAS - 0 à 17 ans

16 allée de la Pinède 33610 CESTAS

 05 57 95 31 58


CMPEA CRÉON - 0 à 17 ans

30 boulevard Victor Hugo 33670 CRÉON

 05 56 23 25 10


CMPEA LANGON - 6 à 17 ans

9 avenue de Comberlin 33210 LANGON

 05 56 63 09 82


CMPEA LANGON "À PETITS PAS" - 0 à 6 ans

9 avenue de Comberlin 33210 LANGON


 07 61 65 47 27

CMPEA LA RÉOLE - 0 à 17 ans

4 place Saint-Michel 33190 LA RÉOLE


 05 56 61 01 13

EMAND ÉQUIPE MOBILE ADOLESCENTS NON DEMANDEURS


 Adolescents de 12 à 17 ans

L'EMAND propose des soins auprès des adolescents (et leur famille) présentant des troubles psychiques préoccupants qui n'adhèrent pas aux soins classiques et met en place des actions de soins pour (r)accrocher l'adolescent à moyen terme à une prise en charge en Centre Médico-Psychologique pour Adolescents (CMPA) ou l'orienter vers une structure médico-sociale, libérale ou extra-hospitalière en fonction des besoins.

CONTACT


 emand@ch-cadillac.fr

EQ4P ÉQUIPE PLURIDISCIPLINAIRE DE PROXIMITÉ DE PSYCHIATRIE PÉRINATALE

 Futurs et jeunes parents suivis à la maternité de LANGON

Face aux difficultés psychiques pendant la période périnatale, du devenir parent et ses aléas, l'Eq4P propose un accompagnement spécifique et individualisé auprès des femmes et des couples depuis la période préconceptionnelle jusqu'à la fin de la première année de l'enfant dans le Sud-Gironde.

CONTACT

 06 60 25 59 66

 unite.psyperinatalite@ch-cadillac.fr

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 CRÉON

40 rue Geynet 33670 CRÉON

 05 56 23 21 42


CMP CADILLAC

17 rue du Pourret 33410 CADILLAC

 05 56 76 76 80


CMP LA RÉOLE

3 place Saint Michel 33190 LA RÉOLE

 05 56 71 20 05


CMP LANGON

72 cour du Quatorze Juillet 33210 LANGON

 05 56 76 82 76


CMP BAZAS

4 chemin dit de Marmande 33430 BAZAS

 05 56 25 25 39

CMP CESTAS

2 place du Chanoine Patry 33610 CESTAS

 05 56 21 62 10


C. ÉQUIPES MOBILES

PSYCHIATRIE DE LIAISON SUD-GIRONDE CADILLAC


Pour les prises en charge psychiatriques, une convention avec le Centre Hospitalier de Cadillac permet l'intervention d'une équipe de psychiatrie de liaison. Une permanence (tous les jours de 10:00 à 12:00) est effectuée par 2 infirmiers du CH Cadillac sur le site du Centre Hospitalier Sud Gironde de Langon.

CONTACT

Rue Paul Langevin 33212 LANGON


 05 57 76 57 30

ÉQUIPE MOBILE CONSULTATIONS SOMATIQUES

 Adultes suivis en CMP Sud Gironde sans médecin traitant

L'équipe mobile somatique propose un bilan somatique aux patients présentant des troubles psychiatriques avant de les orienter vers un suivi par un médecin traitant. Le médecin collabore avec les différents partenaires autour du patient pour travailler l'adhésion aux soins somatiques, prévenir, diagnostiquer et orienter vers un suivi somatique pérenne.

CONTACT

 05 56 76 52 70

 emsomatique@ch-cadillac.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 différents lieux de consultation selon le public accueilli :

CONTACT


CPCT RIVE DROITE
3 avenue Aristide Briand 33150 CENON

 06 62 72 00 33

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

A. ENFANTS, ADOS ET JEUNES ADULTES

MDA MAISON DES ADOLESCENTS

 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

Anonyme et gratuit.

ANTENNE LA RÉOLE

Le mardi de 12:00 à 18:00 (hors vacances scolaires)


Place des Jacobins 33190 LA RÉOLE

 05 56 38 48 65

ANTENNE LANGON


Le mardi de 14:00 à 17:30 et jeudi de 9:00 à 17:00 sur rendez-vous

44 cours Gambetta 33210 LANGON

 05 56 38 48 65

ANTENNE BAZAS

Le mercredi de 13:30 à 17:30 avec ou sans rendez-vous

 05 56 25 11 62

 www.mda33.fr ou sur facebook : Maisondesados33


MISSION LOCALE DU SUD-GIRONDE

La Mission Locale permet à tous les jeunes de 16 à 25 ans de bénéficier d'une prise en charge de leur parcours afin de surmonter les difficultés qui font obstacle à leur insertion. Partenaire privilégiée de Pôle Emploi, la Mission Locale assure le suivi de jeunes demandeurs d'emploi ou tous salariés en phase de reconversion professionnelle.

CONTACT

SIÈGE SOCIAL

Du lundi au vendredi de 8:30 à 17:00
20 rue Condorcet 33210 LANGON

 05 57 98 09 80

CDC DU SUD GIRONDE

SAINT SYMPHORIEN : *2 vendredis matin par mois à la mairie*
SAINT MACAIRE : *tous les mercredis matin à la mairie*
VILLANDRAUT : *2 vendredis matin par mois à la mairie*

CDC DU RÉOLAIS

LA RÉOLE : *le lundi, mardi et jeudi à la mission locale de La Réole*
MONSÉGUR : *2 mercredis après-midi par mois à la CDC*
AUROS : *2 mardis matin par mois à 1 rue Castenau AUROS*

CDC DU BAZADAIS


BAZAS : *le lundi, mardi, vendredi - mercredi matin 14 av. de la République*
CAPTIEUX : *1 jeudi matin par mois à la mairie*
GRIGNOLS : *2 jeudis matin par mois à la mairie*


CPCT RIVE DROITE

Le CPCT Rive Droite accueille les jeunes de 11 à 25 ans en difficulté psychique ou relationnelle souhaitant échanger avec un psychanalyste. Après une première consultation, une orientation adaptée ou un accompagnement thérapeutique bref et gratuit peut être proposé.

CONTACT

Uniquement sur rendez-vous
3 avenue Aristide Briand 33150 CENON

 06 62 72 00 33


 cpct.aquitaine@gmail.com


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

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

L'ENVOL

 Personnes de plus de 16 ans

L'Envol accompagne des adultes souffrant de troubles psychiques impactant leur quotidien, ainsi que leurs proches et aidants. Son équipe pluridisciplinaire propose un accompagnement personnalisé favorisant l'évaluation clinique, l'inclusion sociale et le soutien aux familles, tout en développant des actions de sensibilisation, de pair-aidance et de partenariat sur le territoire.


CONTACT

 05 57 98 21 02 / 05 56 49 43 71

 envol@ch-cadillac.fr

LAROQUE : Château Lasalle - route de Branne 33410 LAROQUE
BÈGLES : 1 rue du Général Kléber 33130 BÈGLES


MDRT MAISON DE LA RÉHABILITATION THÉRAPEUTIQUE

 Personnes de 18 à 50 ans

La MDRT accueille des personnes souffrant de troubles psychotiques ou de troubles de l'humeur stabilisés souhaitant définir ou conforter leur projet de vie et de réinsertion (*logement, emploi ...*).

CONTACT

85-87 rue Cazeaux-Cazalet 33410 CADILLAC

 maison.rehabilitation@ch-cadillac.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

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

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 :

 crpsychotraumatolo@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

 secretariat.caspertt@ch-cadillac.fr

C. SOUTIEN ET PAIR-AIDANCE


UNAFAM GIRONDE


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 33000 BORDEAUX

 05 56 81 44 32

 33@unafam.org

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


GEM GROUPES D'ENTRAIDE MUTUELLE

Lieu convivial 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 ENTRE ACTES


73 rue Cazeaux-Cazalet 33410 CADILLAC


 05 56 27 35 27

 entreactecadillac@gmail.com

GEM LANGON


29 rue Biran 33210 LANGON

 07 83 89 10 23

 gemlangon@free.fr

GEM LE PHARE

32 rue Amaury de Craon 33670 CRÉON

 05 54 49 13 11 / 06 14 96 28 19

 gem.lephare33@gmail.com


SAPPH SERVICE D'ACCOMPAGNEMENT À LA PARENTALITÉ POUR PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP


Ce service a pour mission d'accompagner les parents en situation de handicap dans l'exercice de leur parentalité dans le respect du cheminement de la personne et la reconnaissance de ses potentialités. Accompagnement personnalisé avec des interventions individuelles ou des activités collectives : préparer l'arrivée de l'enfant, apporter un soutien dans la relation avec l'enfant, aider à la construction d'un cadre sécurisant ...

CONTACT

Du lundi au vendredi de 9:00 à 17:00

Centre Jean Bernard, 14 Peyrefitte, 33190 LA RÉOLE

 05 56 61 24 02 / 07 55 58 73 18

 sapph-direction@cjb33.fr

SERVICE D'ACCUEIL MÈRE-ENFANT


L'accueil mère-enfant a pour objectif d'aider les femmes enceintes ou les mères isolées accompagnées d'enfants de moins de trois ans et qui ont besoin d'un soutien matériel et psychologique. L'objectif est d'éviter les abandons d'enfants.

Les femmes accueillies peuvent être hébergées en foyer collectif ou dans un réseau d'appartements et contribuent financièrement à leur prise en charge (le plus souvent grâce à l'allocation de parents isolés, l'API). Cette participation prend la forme d'un forfait unitaire ou peut être calculée en fonction des ressources de la personne. Cet hébergement permet aux mères de bénéficier d'une formation professionnelle adaptée, de rechercher ou d'exercer un emploi. La durée du séjour des femmes est initialement prévue pour une période de 6 mois renouvelable, avec un maximum de 3 ans.

CONTACT

CCAS DE BORDEAUX - ANTENNE DE GRADIGNAN

6 avenue Charles et Émilie Lestage, 33170 GRADIGNAN

 05 56 89 07 16

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

Permanence médico-sociale (avec ou sans rendez-vous) :

- Mardi de 10:00 à 16:30, salle d'attente des urgences à Langon
- Mercredi de 10:00 à 16:30, salle consultations externes à La Réole
- 2è et 4è vendredi du mois, MSP de Sauveterre de Guyenne

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

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

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

PERMANENCE DE CADILLAC

2ème et 4ème lundi du mois de 9:00 à 12:00


4 route de Branne 33410 CADILLAC

 05 56 76 93 74

PERMANENCE DE CRÉON

Le vendredi de 9:30 à 12:00

32 rue Amaury de Créon, 33670 CRÉON

 05 57 34 42 55


TRANS'APPART

Les appartements associatifs permettent à des personnes ayant été hospitalisées en psychiatrie, démunies et souffrant de troubles psychiques, d'accéder à un logement en vue d'une admission en structure médico-sociale ou vers un logement autonome.

C'est un lieu de vie qui permet à la personne d'être accompagnée par du personnel socio-éducatif et soignant et de redécouvrir progressivement ses capacités à mener une vie indépendante.

CONTACT


Du lundi au vendredi de 8:30 à 16:00

 05 56 76 52 79

UIH UNITÉ INSERTION HÉBERGEMENT

L'unité assure un accompagnement socio-éducatif et un suivi des patients ayant intégré le dispositif Trans'appart visant à favoriser leur autonomie par l'accès au logement. L'équipe, composée d'éducateurs et d'un ergothérapeute, intervient au domicile des patients pour garantir le maintien des soins, proposer des évaluations et les orienter en fonction de leurs besoins.

CONTACT

 ingrid.marchivie@ch-cadillac.fr

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

ELSA ÉQUIPE DE LIAISON ET DE SOINS EN ADDICTOLOGIE

L'ELSA intervient dans l'ensemble des services de soins, notamment aux urgences et à la maternité, pour aider au repérage précoce des problèmes addictifs (alcool, tabac, substances illicites, médicaments, addictions sans produits). Le repérage est accompagné selon la gravité de la situation, de conseils simples, d'interventions brèves ou d'une orientation dans le dispositif addictologique.


La filière d'addictologie du Sud-Gironde œuvre en coopération avec l'association Addictions France (activités de groupe), et le Centre de soins d'accompagnement et de prévention en addictologie du Centre hospitalier Charles Perrens pour le suivi des patients souffrant de pathologies addictives sévères et comorbides.

CONTACT

CH SUD GIRONDE

Consultations du lundi au vendredi

Site de LANGON - unité ambulatoire (rez-de-chaussée)


 05 56 76 34 09

 elsa@ch-sudgironde.mssanté.fr

Consultations infirmières spécialisées destinées à des patients adultes suivis en ambulatoire par les équipes de secteurs, présentant une problématique addictive et ayant une comorbidité psychiatrique. Les missions sont : *l'information, la prévention, l'accompagnement au sevrage des patients et la prévention des rechutes.*

CONTACT

CH CADILLAC
89 rue Cazeaux-Cazalet 33410 CADILLAC

 05 56 76 51 01

 addictologie@ch-cadillac.fr

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, 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

F. VICTIMES DE VIOLENCES

CAUVA CELLULE D'ACCUEIL D'URGENCES 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


Permanences gratuites et ouvertes à tous sur rendez-vous

Résidence de l'horloge, Place de l'Horloge, 33210 LANGON

 05 56 01 28 69


 victaid@institut-don-bosco.fr

SAAVIF SERVICE D'AIDE ET D'ACCOMPAGNEMENT VIOLENCES INTRAFAMILIALES

 À partir de 16 ans et résidant sur le secteur du Sud Gironde

Le SAAVIF accueille toute personne victime de violences conjugales et/ou intrafamiliales hors situation d'urgence sur le secteur du Sud-Gironde. Il accueille les personnes victimes de violences (hors situation d'urgence), propose des rendez-vous, effectue un suivi thérapeutique et des orientations si nécessaires.

CONTACT

 06 72 21 91 68 / 06 69 70 97 97

 saavif@ch-cadillac.fr

LA MAISON D'ELLA

La Maison d'Ella regroupe des salariés et des bénévoles, soignants, travailleurs sociaux, accompagnants rassemblés en un seul lieu pour soutenir les femmes victimes de violences et leur offrir un accompagnement global pour une meilleure prise en charge du psycho traumatisme.

Elle propose : *accueil et écoute, accompagnement social, suivi médical et gynécologique, suivi paramédical, ateliers de conseil juridique, ateliers psycho corporels, groupe de parole, permanences de partenaires.*


CONTACT

Le lundi de 9:00 à 12:00

Le mardi de 9:00 à 13:00 et de 14:00 à 17:00

Le jeudi de 14:00 à 17:00 et toute la semaine sur rendez-vous.

381 boulevard du Président Wilson 33200 BORDEAUX

 05 57 09 25 77

 maisondella33@gmail.com


G. 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


H. PERSONNES ÂGÉES ET GÉRIATRIE

UGPA UNITÉ GÉRONTOLOGIE-PSYCHIATRIE AMBULATOIRE

L'UGPA est une unité de coordination et d'accueil en milieu ouvert proposant des consultations sur le territoire de l'ensemble du pôle et destinée à des patients âgés atteints de troubles mentaux. Elle organise des actions de préventions, de diagnostics et de soins ambulatoires et d'intervention à domicile. Cette unité a pour vocation de maintenir et de favoriser une existence autonome par actions de soutiens, de thérapie de groupe et d'aide aux patients, c'est une alternative à l'hospitalisation.

CONTACT

UGPA CRÉON
40 rue Geynet, 33670 CRÉON

 05 33 90 02 48

EMGPI UNITÉ MOBILE GÉRONTOPSYCHIATRIE INTERSECTORIELLE

Unité de coordination et d'accueil en milieu ouvert proposant des consultations sur le territoire de l'ensemble du pôle et destinée à des patients âgés atteints de troubles mentaux. Cette unité est une alternative à l'hospitalisation.

CONTACT

CH CADILLAC
89 rue Cazeaux Cazalet 33410 CADILLAC

 emgpi@ch-cadillac.fr (*prise de contact par mél uniquement*)

UNITÉ PARCHAPPE


CH CADILLAC

 Adultes de plus de 65 ans

Unité intersectorielle d'hospitalisation à temps complet. Destinée à des patients adultes de plus de 65 ans atteints de troubles mentaux. Lieu de soins sous surveillance médicale 24/24.

CONTACT

89 rue Cazeaux Cazalet 33410 CADILLAC

 05 56 76 54 44

HÔPITAL DE JOUR D'ÉVALUATION GÉRONTOPSYCHIATRIE

L'Hôpital De Jour assure une évaluation pluridisciplinaire des personnes âgées vivant à domicile ou résidant en EHPAD pour les orienter vers une prise en charge adaptée et personnalisée (*hors maladies neurodégénératives isolées : Alzheimer, Parkinson ...*)

CONTACT

CH CADILLAC
89 rue Cazeaux Cazalet 33410 CADILLAC


 hdj.gerontopsychiatrie@ch-cadillac.fr


AIDE AUX AIDANTS

Proches aidants d'un patient âgé ayant un trouble neurodégénératif (*Parkinson, Alzheimer...*). Ces consultations psychologiques sont destinées aux aidants devant faire face à la maladie de leur proche vivant à domicile, en institution ou en service hospitalier (*information, écoute, conseils*).

CONTACT

6 rue Victor Jara, 33140 VILLENAVE D'ORNON

 05 57 35 88 40

 eric.bauza@ch-cadillac.fr


I. 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

LES MAMANS LUMINEUSES ET LES PAPAS AUSSI

Créée en 2021, l'association a pour mission d'apporter un soutien moral et spirituel aux parents endeuillés, ainsi qu'à toute personne confrontée au deuil. Elle propose notamment des groupes de parole, une écoute téléphonique, des entretiens individuels assurés par des pairs aidants, des ateliers de méditation en visioconférence, des séances de sophrologie et des conférences.

CONTACT

18 avenue Henri Vigneau 33700 MÉRIGNAC

 07 86 95 82 12

 contact@lesmamanslumineuses.com

 www.lesmamanslumineuses.com


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


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/

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	50
ÉCOUTE DÉDIÉE PAR MILIEU PROFESSIONNEL	52
ENFANTS, ADOS ET JEUNES ADULTES	57
HARCÈLEMENT	59
SOUTIEN À LA PARENTALITÉ	60
TROUBLES PSYCHIQUE, MAL-ÊTRE ET SOLITUDE	61
ADDICTIONS	63
VICTIMES DE VIOLENCES	64
AFFECTIONS LONGUE DURÉE	67
SOINS PALLIATIFS ET FIN DE VIE	68
ÉCOUTE ET SOUTIEN FACE AU DEUIL	68
APPUIS SUR MESURE	70
AUTRES SITES D'INFORMATIONS	73

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/J

 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 AIGUË

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/J

 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

Écoute, 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

Écoute 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

 victimes@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

Écoute 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 DÉTENUS

 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.

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

