

SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

Lignes d'écoute nationales

- **Inter-service parents** Service de soutien à la fonction parentale - *Anonyme.*
Tél. : 01 44 93 44 93 (lundi au vendredi de 10h00 à 13h00 et 14h00 à 17h00)
- **Allô Enfance en danger 119**
- **Femmes victimes de violences** (6j/7) 3919 <https://arretonslesviolences.gouv.fr/>
- **STOP Maltraitance** Le Numéro Vert d'Enfance et Partage est un numéro national, anonyme et gratuit 0 800 05 1234
- **Anorexie Boulimie Info Ecoute** 0 810 037 037 (du lundi au vendredi de 16h à 18h)
- **Enfine** Écoute et entraide autour des troubles du comportement alimentaire
01 40 72 64 44 (lundi et jeudi de 21h00 à 22h30)
- **Cyberharcèlement** 0800 200 000
- **Net Écoute** Confrontés à des problèmes sur Internet ? Contacts dangereux, cyberharcèlement, usurpation d'identité, dépendance aux jeux vidéo, contrôle parental ?
08 00 20 00 00 (Anonyme et confidentiel du lundi au vendredi de 9h à 19h).
- **STOP harcèlement** 0808 80 70 10
- **Drogue info service** 0 800 23 13 13
- **Ecoute Cannabis** 0 811 91 20 20
- **Fil santé jeunes** 0 800 235 236 (gratuit d'un poste fixe) 01 44 93 30 74 (depuis un portable)
- **France dépression** 07 84 96 88 28 (du lundi au vendredi de 14h30 à 17h00)
- **Suicide écoute** 01 45 39 40 00
- **Phare enfants-parents** Prévention du mal-être et du suicide des jeunes.
Espace d'accueil et d'écoute (gratuit) pour les parents et les enfants en souffrance, soutien aux parents endeuillés par suicide.
01 43 46 00 62 (du lundi au vendredi 10h-17h) ou par mail : cavaoupas@phare.org
- **Unafam** Écoute-famille
Ecoute téléphonique par des psychologues cliniciens, pour toute personne ayant un proche vivant avec des troubles psychiques.
01 42 63 03 03 (du lundi au vendredi de 9h à 13h et de 14h à 18h)
- **Terra Psy** pour les populations vulnérables
Consultations gratuites en français, anglais et arabe de 9h00 à 12h30, et de 13h30 à 17h00 du lundi au vendredi au 0 805 383 922 (numéro vert)

PLATEFORMES GRATUITES D'ECOUTE ET SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE EN LIGNE

COVID19 – CONFINEMENT

POUR LE PERSONNEL SOIGNANT

- **Numéro vert national** de l'association Soins aux Professionnels en Santé.
24/24 et 7/7 des psychologues vous répondent au **0 805 232 336**.
- **PsyForMed.com** : plateforme de prise de rdv en ligne (téléphone ou visioconférence) avec un psychologue bénévole.
- **Psychologues-solidaires.fr** : plateforme de prise de rdv en ligne (téléphone ou visioconférence) avec un psychologue bénévole.
- **Psy-solidaires-covid.org** : listing de psychiatres bénévoles proposant des créneaux de téléconsultation.

POUR LA POPULATION GENERALE

- **Association Terrapsy** : accompagnement psychologique par téléphone et en urgence.
Entretiens avec un psychologue proposés en français, anglais et arabe 7/7 au **0 805 383 922**.
- **Cogito'z** : hotline d'écoute et de soutien au **0 805 822 810**.
- **PsySolidaires.org** : plateforme de prise de rdv en ligne (téléphone ou visioconférence) avec un psychologue bénévole.
- **De nombreux psychologues proposent des permanences gratuites via le site Doctolib.**
- **SOS Amitié** : des écoutants bénévoles sont à votre écoute 24/24 si vous avez besoin de parler pour rompre l'isolement, au **09 72 39 40 50**.

CELLULE D'URGENCE MEDICO-PSYCHOLOGIQUE

- **En cas de détresse psychologique importante, contactez le 0 800 130 000.**

VICTIMES DE VIOLENCES PHYSIQUES, PSYCHOLOGIQUES, CONJUGALES

- **Numéro national d'Aide aux Victimes** : 116 006.
- **Numéro national d'aide aux femmes victimes de violences et à leur entourage** : 39 19.
- **Enfant en danger** : 119.
- **En cas d'urgence, appelez le 17.**
- **Plateforme de signalement des violences** : <https://arretonslesviolences.gouv.fr>