



# GUIDE RESSOURCES BORDEAUX MÉTROPOLE

---

RISQUE SUICIDAIRE  
À qui s'adresser ?



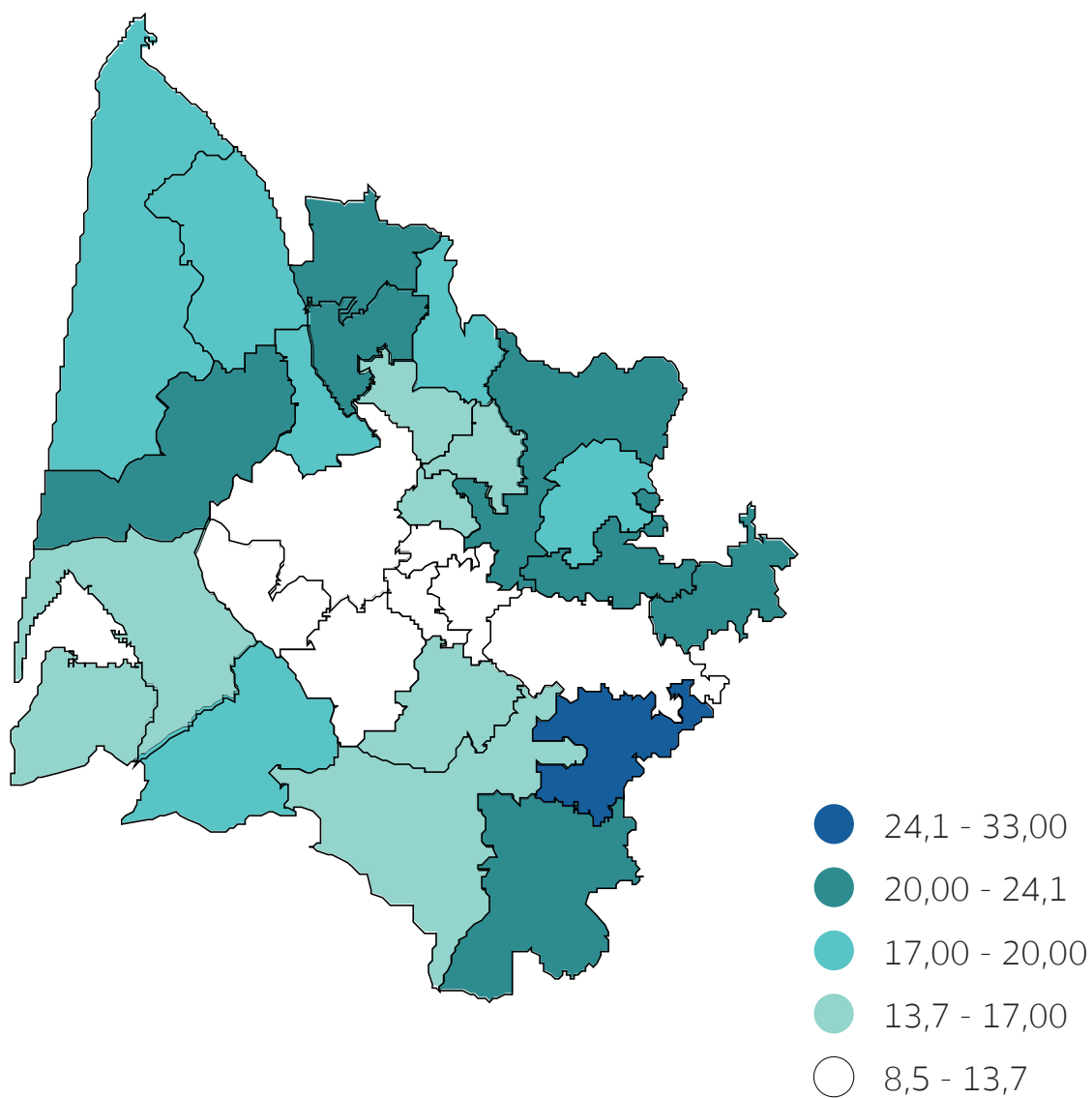
# TABLE DES MATIÈRES

---

<b>ÉTAT DES LIEUX</b>	4	
<b>DISPOSITIF DE FORMATION</b>	6	
<b>ORIENTATION</b>	8	
<b>URGENCES</b>	9	
<b>HOSPITALISATIONS</b>	11	
Enfants et adolescents.....	11	
Adultes.....	15	
<b>CONSULTATIONS</b>	19	
Enfants et adolescents.....	19	
Adultes.....	20	
<b>DISPOSITIFS SPÉCIFIQUES</b>	21	
Santé mentale.....	21	Identité sexuelle..... 31
Ados, jeunes et étudiants.....	24	Santé et accès aux droits..... 32
Addiction.....	27	Fin de vie et accompagnement au deuil.... 33
Victimes de violences.....	28	Soutien à la parentalité..... 34
Mal-être et souffrance psychologique.....	29	
<b>DISPOSITIFS D'ÉCOUTE</b>	36	
Prévention du suicide.....	36	Addiction..... 42
Par milieu professionnel.....	37	Harcèlement..... 42
Enfants et jeunes.....	40	Violences..... 43
Troubles psychiques et solitude.....	41	Populations spécifiques..... 44
<b>POUR ALLER PLUS LOIN...</b>	47	
Liens utiles.....	47	
Guides, plaquettes et rapports.....	47	

## ÉTAT DES LIEUX

Taux standardisé de mortalité par suicide pour 100 000 habitants (2005-2014)



Source : Atlas de la Santé Nouvelle-Aquitaine 2018 (ORS)

Chaque année en France plus de 8 500 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 sur les territoires sont supérieurs au taux standardisé de mortalité par suicide pour 100 000 habitants, régional (18,7) et national (15,6). Avec 105 décès annuels moyens par suicide, Bordeaux et sa métropole affichent le taux standardisé pour 100 000 habitants le plus bas du département (12,3 %), mais aussi, le plus élevé en termes d'hospitalisation pour tentative de suicide (source ORS NA). La concentration sur ce territoire d'une plus grande offre hospitalière pouvant expliquer cela.

Le suicide, cause majeure de décès prématuré 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 trois axes clés de cette stratégie.

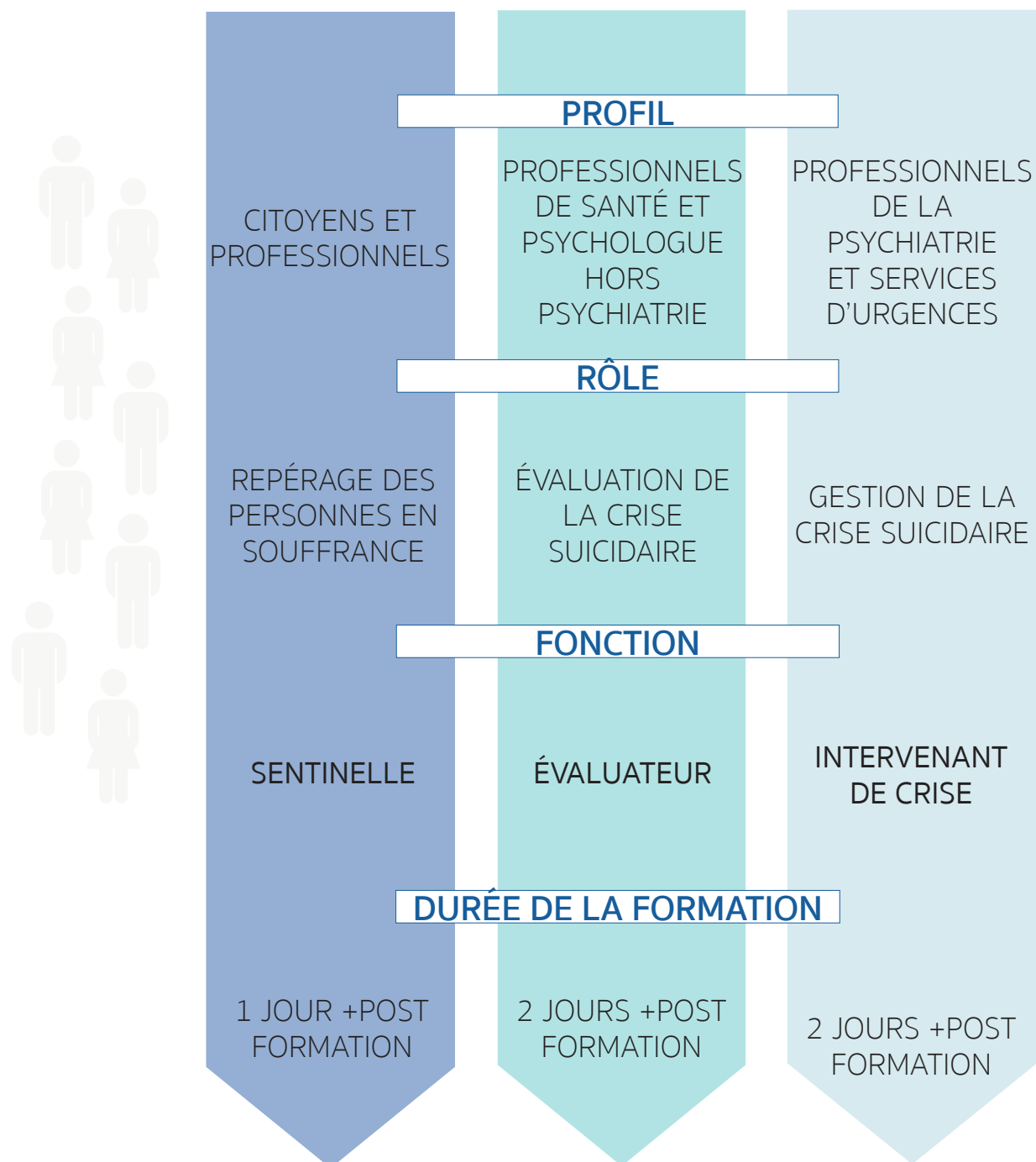
Au côté du dispositif Vigilans recontacte des personnes ayant fait une tentative de suicide (SUVA-Psy en Gironde) et de la lutte contre le risque de contagion suicidaire (PAPAGENO).

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 vue 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 proposés 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. **Pour toute question sur ce guide, vous pouvez contacter l'équipe du projet Prévention du risque suicidaire de l'Association Rénovation au : 05 56 02 00 31 / 06 75 18 32 11 / 06 07 18 41 00.**

## DISPOSITIF DE FORMATION





### 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, risque et protection)
- 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

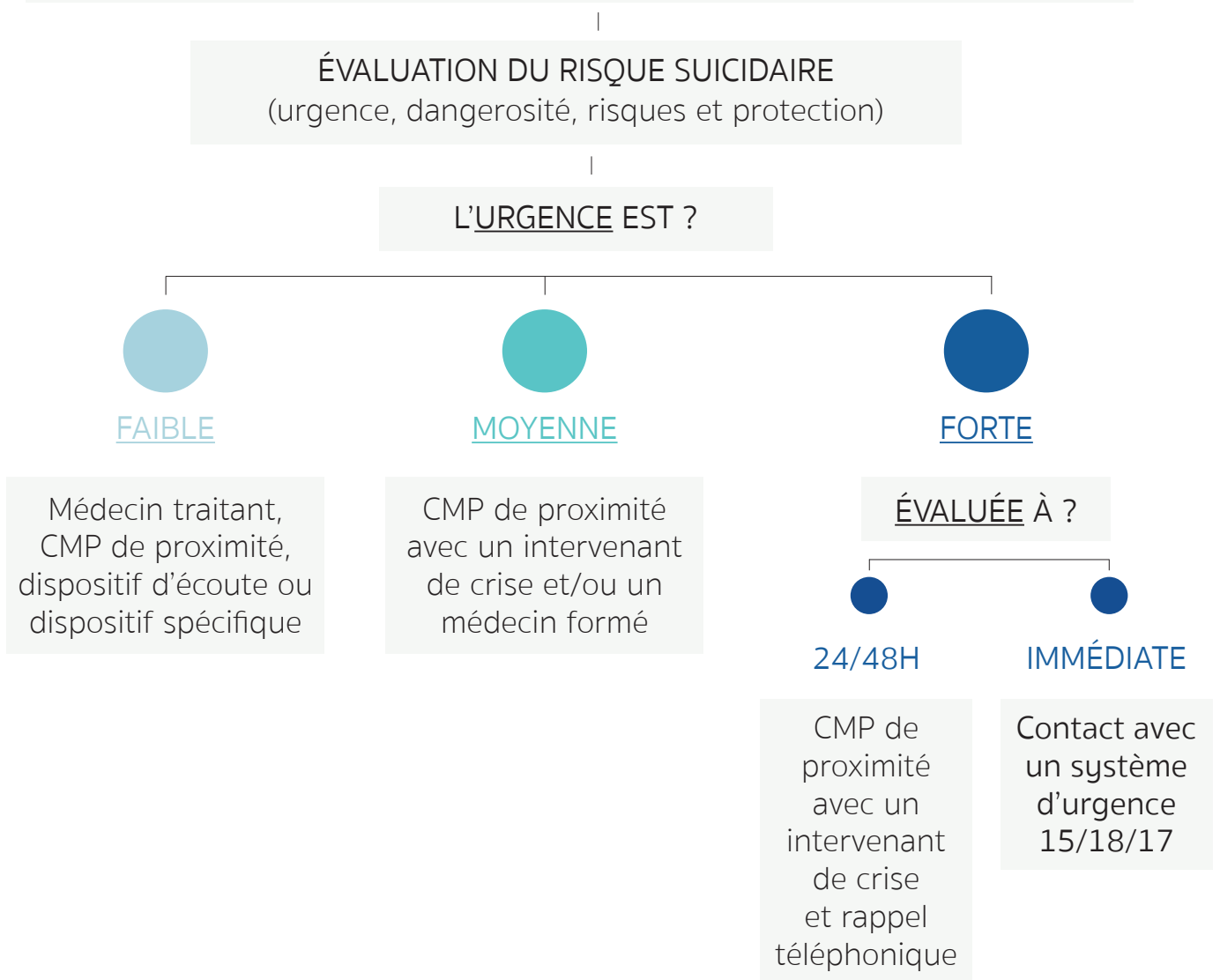
- Évalue avec une évaluation clinique adéquate le degré de dangerosité, d'urgence et de risque de passage à l'acte
- Fait baisser l'intensité de la crise
- Préviend le passage à l'acte
- Organise la prise en charge à court terme en fonction de la nature de la crise et élabore un plan d'action pour le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

## ORIENTATION

L'orientation se fera 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.



**EN CAS DE DIFFICULTÉ NON RÉSOLUE**  
Appel à la référente territoriale - 07 85 99 19 17



# URGENCES

---

## LES SITUATIONS D'URGENTES

---

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

**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

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

## URGENCES PÉDIATRIQUES

CH. PELLEGRIN

Enfants de moins de 15 ans et 3 mois

Service d'urgence, intégré au pôle de pédiatrie médicale du Centre Hospitalier de Pellegrin.

### CONTACT ET HORAIRES

24h/24h et 365 jours par an

Rue de la Pelouse de Douet, 33000 BORDEAUX

Tél. : 05 56 79 59 72

## SERVICE D'ÉVALUATION DE CRISE ET D'ORIENTATION PSYCHOLOGIQUE

CH. CHARLES PERRENS

Plus de 15 ans et 3 mois

Le SECOP est le lieu d'accueil des patients en situation de crise. Il fait partie du Pôle de Psychiatrie d'Urgence Medoc-Arcachon (PUMA). Le SECOP accueille tout type d'hospitalisation (libre, sans consentement, urgence...).

Lors de l'accueil, un médecin évalue la situation. Trois types de réponses peuvent être apportés :

- une consultation et un entretien avec un psychiatre
- une observation (jusqu'à 24h) suivie d'une prise en charge à l'extérieur de l'hôpital
- l'hospitalisation dans un service de soins en psychiatrie

### CONTACT ET HORAIRES

24h/24h et 365 jours par an

Secrétariat : 05 56 56 34 70

Bureau Médical : 05 56 56 35 50

Plus d'informations sur : <https://www.ch-perrens.fr/secop-0>

## CELLULE D'URGENCE MÉDICO-PSYCHOLOGIQUE

Possibilité de prise en charge immédiate et post-immédiate des témoins d'un événement traumatique (catastrophes de grandes ampleurs, évènement catastrophiques à effets limités, évènement à fort retentissement psychologique) par des psychiatres, psychologues et infirmiers afin d'éviter l'installation d'un stress post-traumatique. C'est le médecin régulateur du Samu-Centre 15 qui déclenche la CUMP en contactant le médecin ou le psychologue de la CUMP. Ils évaluent ensemble la suite à donner.

### CONTACT

Un médecin ou psychologue se rend sur place dans un véhicule du SAMU.

Tél. : 15

## HOSPITALISATIONS

---

2 établissements hospitaliers publics ont pour mission la prise en charge des besoins de la population vivant sur la métropole bordelaise en matière de santé mentale :

- Le Centre Hospitalier de Cadillac
- Le Centre Hospitalier Charles Perrens

Ils sont soumis au régime de la sectorisation.

Ces établissements publics de santé sont spécialisés dans la prise en charge de la maladie mentale et l'accompagnement des souffrances psychiques. Ces établissements dispensent plusieurs modes de soin :

- Soins libres en accord avec le patient (SL)
- Soins psychiatriques sans consentement
- Soins psychiatrique 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)
- Soins Psychiatriques sur Décision du Représentant de l'Etat (SPDRE)

### CONTACT ET HORAIRES

---

#### CENTRE HOSPITALIER CHARLES PERRENS

121 rue de la Béchade, 33076 BORDEAUX

Tél. : 05 56 56 34 34

#### CENTRE HOSPITALIER CADILLAC

89 rue Cazeaux Cazalet, 33410 CADILLAC SUR GARONNE

Tél. : 05 56 76 54 54

Mél. : [info@ch-cadillac.fr](mailto:info@ch-cadillac.fr)

## ENFANTS ET ADOLESCENTS : ÉTABLISSEMENTS PUBLICS

### UNITÉ D'HOSPITALISATION À TEMPS PARTIEL POUR ENFANTS ET ADOLESCENTS (UPSILON)

CH. CHARLES PERRENS

Enfants et adolescents de 7 à 17 ans

Cette unité de Psychiatrie Infanto-juvénile et de Liaison comprend 15 lits d'hospitalisation. La demande d'admission s'effectue par le médecin psychiatre ou le médecin traitant du jeune via un formulaire fourni par le secrétariat du pôle. Contre-indication : refus de soin de l'adolescent; trouble du Spectre Autistique.

#### CONTACT

---

Tél. : 05 56 56 34 30

## UNITÉ DE SOINS AÏGUS POUR ADOLESCENTS (USAA)

CH. CHARLES PERRENS

Enfants et adolescents de 11 à 18 ans

Cette unité, composée de 5 lits d'hospitalisation, reçoit les jeunes présentant un danger pour eux-mêmes et/ou pour autrui et nécessitant une prise en charge plus soutenue que le service UPSILON.

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

CONTACT

Tél. : 05 56 56 17 46

## LITS D'HOSPITALISATION ADOLESCENTS

CH. CADILLAC

Enfants et adolescents de 0 à 16 ans

La Clinique d'Ornon (CVO), unité d'hospitalisation à temps complet dispose de 5 lits de crise pour adolescents.

CONTACT

CLINIQUE D'ORNON

6 rue Victor Jara, 33140 VILLENAVE D'ORNON

Tél. : 05 57 35 88 40

## UNITÉ POUR TROUBLES DES CONDUITES ALIMENTAIRES (UTCA)

CHU. PELLEGRIN

Dès la puberté jusqu'à 22 ans maximum

Cette unité, composée de 8 lits à temps complet et de 5 places d'hôpital de jour (accueil du lundi au vendredi) reçoit les jeunes souffrant d'anorexie et de boulimie. Des consultations-évaluations sont proposées avec des psychiatres, psychologues cliniciennes, endocrinologue. L'accueil ne se fait jamais en urgence: le jeune doit être stabilisé et en demande de soin.

La demande d'admission s'effectue par le médecin traitant ou le médecin psychiatre du jeune au secrétariat du pôle.

CONTACT

CENTRE JEAN ABADIE

Tél. : 05 56 79 58 69

## UNITÉ MÉDICO-PSYCHOLOGIQUE DE L' ADOLESCENT ET DU JEUNE ADULTE (UMPAJA)

CHU. PELLEGRIN

Dès la puberté jusqu'à 20 ans maximum

Cette unité, composée de 13 lits à temps complet, reçoit les adolescents ayant effectué une tentative de suicide ou se signalant par des conduites à risque répétées. Des consultations-évaluations sont proposées avec des psychiatres et des psychologues cliniciens. Le jeune doit être stable et en demande de soin.

L'admission peut être demandée par les urgences suite à une tentative de suicide ou des propos préoccupants. Une demande d'admission peut aussi s'effectuer par le médecin traitant ou le médecin psychiatre du jeune au secrétariat du pôle.

### CONTACT

CENTRE JEAN ABADIE

Tél. : 05 56 79 58 67

## UNITÉ UNIVERSITAIRE D'HOSPITALISATION DE L'ENFANT ET DE L'ADOLESCENT (UUHEA)

CHU. PELLEGRIN

Enfants et adolescents de 7 à 17 ans

L'UUHEA, constituée de 10 lits à temps complet, est destinée aux jeunes souffrant notamment de dépression sévère, de troubles anxieux sévères et de troubles des conduites alimentaires péripubaires.

La demande d'admission s'effectue par le médecin traitant ou le médecin psychiatre du jeune au secrétariat de l'UUHEA et doit être accompagnée des différentes synthèses de suivis et bilans du jeune s'ils ont eu lieu.

### CONTACT

CENTRE JEAN ABADIE

Tél. : 05 56 79 47 41

## ENFANTS ET ADOLESCENTS : ÉTABLISSEMENTS PRIVÉS

### CLINIQUE MÉDICALE ET PÉDAGOGIQUE JEAN SARRAILH

Enfants et adolescents de 14 à 20 ans

La Clinique Jean SARRAILH, établissement de Santé Privé d'Intérêt Collectif, s'adresse à des jeunes filles et garçons présentant des troubles psychiatriques et résident dans les régions Aquitaine et Midi-Pyrénées.

La clinique propose une hospitalisation à temps complet, avec associé à l'activité médicale un service d'études, annexe de la Cité Scolaire publique locale, qui dispense les cursus allant du Collège à la Terminale. Une unité Post-Aigu (10 lits) propose des séjours de courte durée pour une prise en charge à visée de stabilisation thymique et psychique, de séjour de rupture et/ou d'évaluation et d'étayage diagnostique. La scolarité ne faisant pas partie de la prise en charge.

Les admissions se font exclusivement sur indication médicale et se font sur le principe de l'hospitalisation de service libre.

#### CONTACT

2 rue de Prat, 40800 AIRE-SUR-L'ADOUR  
Tél. : 05 58 71 65 08  
Mél. : [j.sarrailh@fsef.net](mailto:j.sarrailh@fsef.net)

### CLINIQUE BÉTHANIE

La Clinique Béthanie est un établissement privé spécialisé en santé mentale. Elle accueille des adolescents, à temps partiel, présentant des troubles psychiatriques en dehors des phases aiguës et en hospitalisation libre. 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  
Tél. : 05 56 84 81 00  
Mél. : [accueil@clinique-bethanie.fr](mailto:accueil@clinique-bethanie.fr)

Plus d'informations sur : <http://clinique-bethanie.fr/>

## ÉTABLISSEMENT THÉRAPEUTIQUE POUR ADOLESCENTS À PONS (ETAP)

ASSOCIATION RÉNOVATION

L'établissement accueille des adolescents, filles et garçons, de 13 à 19 ans, présentant des troubles de la personnalité, non déficitaires pour une hospitalisation complète en appartements thérapeutiques.

### CONTACT

28 cours Jules Ferry, 17800 PONS

Tél. : 05 46 94 78 06

Mél. : [etap@renovation.asso.fr](mailto:etap@renovation.asso.fr)

## ADULTES : ÉTABLISSEMENTS PUBLICS

### CENTRE HOSPITALIER CHARLES PERRENS

Le Centre Hospitalier Charles PERRENS dispose de quatre pôles de psychiatrie adultes (PUMA, BSM, UNIVA, pôles 3-4-7) dans son territoire.

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

### CONTACT

Tél. : 05 56 56 34 34

Plus d'informations sur : <https://www.ch-perrens.fr/offre-de-soins>

### CENTRE HOSPITALIER DE CADILLAC

Le Centre Hospitalier dispose de 3 pôles cliniques adultes, d'un pôle perspective et un pôle de psychiatrie médico-légale. Les unités de soins basées sur Bordeaux métropole et 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, 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

Tél. : 05 56 76 54 54

Mél. : [info@ch-cadillac.fr](mailto:info@ch-cadillac.fr)

Plus d'informations sur : <https://www.ch-cadillac.fr/>

## HÔPITAL D'INSTRUCTION DES ARMÉES ROBERT PICQUÉ

L'hôpital propose un service de psychiatrie de l'adulte, un service de reconnaissance précoce, prise en charge et prévention du traumatisme psychique ainsi que des pathologies addictives (alcool, cannabis, médicaments et addictions sans produit).

### CONTACT ET HORAIRES

351 route de Toulouse, 33882 VILLENAVE D'ORNON  
Tél. : 05 56 84 70 00

Prise de rendez-vous :

Tous les jours de 9h à 11h et de 14h à 16h  
Tél. : 05 56 84 70 78

## UNITÉ INTERSECTORIELLE SPÉCIALISÉE EN GÉRONTOPSYCHIATRIE (UISG)

## HÔPITAL XAVIER ARNOZAN

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'UISG : 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

Avenue du Haut-Lévêque « Les jardins de l'Alouette », 33604 PESSAC  
Tél. : 05 56 56 17 71 / 05 56 56 17 32

Plus d'informations sur :

<https://www.ch-perrens.fr/sites/default/files/files/Offre%20de%20soin/plaquetteUISG.pdf>



## ADULTES : ÉTABLISSEMENTS PRIVÉS

### CLINIQUE LES HORIZONS

Les 60 lits d'hospitalisation complète accueillent des patients souffrant de pathologies diverses, principalement : dépressions chroniques, psychoses débutantes, névroses, patients alcooliques après une cure en service spécialisé. La clinique Les Horizons dispose de trois unités :

- L'Unité de moyen séjour à orientation de réhabilitation psycho-sociale, accueille des patients adultes atteints de pathologies mentales et s'inscrivant dans une démarche de soins volontaire (hospitalisation libre).
- L'Unité de court séjour prend en charge principalement les patients dont le risque suicidaire est avéré, et/ou souffrant de dépressions sévères.
- L'Unité de soins post-aigus accueille les patients à la suite d'une hospitalisation en court séjour en vue de favoriser son retour au domicile et à la vie quotidienne.

Les admissions se font uniquement sur prescription médicale.

#### CONTACT

44 La Borie du Roy, 33880 CAMBES  
Tél. : 05 57 97 08 08

Plus d'informations sur : <https://www.inicea.fr/clinique-les-horizons-cambes/accueil>

### CLINIQUE BÉTHANIE

La Clinique Béthanie est un établissement privé spécialisé en santé mentale. Elle 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 Clinique Béthanie accueille aussi des personnels de santé, à temps partiel, présentant des troubles psychiatriques ou un épuisement professionnel en hospitalisation libre.

#### CONTACT

144 Avenue Roul, 33400 TALENCE  
Tél. : 05 56 84 81 00  
Mél. : [accueil@clinique-bethanie.fr](mailto:accueil@clinique-bethanie.fr)

Plus d'informations sur : <http://clinique-bethanie.fr/>

## CLINIQUE LES PINS

La maison de santé les pins est un établissement de santé, elle prend en charge des patients en hospitalisation libre et à temps plein ayant des troubles psychiatriques. L'hospitalisation se fait sur demande du médecin traitant ou du médecin psychiatre de la personne.

### CONTACT

35 Rue du Blayais, 33600 PESSAC

Tél.: 05 57 89 69 20

Mél. : [clinique.les.pins@wanadoo.fr](mailto:clinique.les.pins@wanadoo.fr)

Plus d'informations sur : <https://www.maisondesantelespins.fr/>

## CENTRE DE RÉADAPTATION

## ASSOCIATION RÉNOVATION

Le Centre de Réadaptation est un établissement de soins qui accueille 44 jeunes adultes entre 18 et 30 ans atteints de troubles psychiques graves 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 (14 à 16 pensionnaires) situés en centre-ville. Les patients y sont accueillis en hospitalisation complète et libre. Elle s'articule également autour d'un ensemble de studios et d'appartements constituant une étape supplémentaire dans le processus d'autonomisation.

Toutes les demandes d'admission doivent être établies par un médecin.

### CONTACT

38 rue Pasteur, 33200 BORDEAUX

Tél. : 05 56 08 22 37

Mél. : [readaptation@renovation.asso.fr](mailto:readaptation@renovation.asso.fr)

## MONTALIER

Montalier est un établissement sanitaire spécialisé en psychiatrie. Il accueille et soigne des jeunes 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

Tél. : 05 57 97 11 30

Plus d'informations sur : <https://montalier.fr/>

## CONSULTATIONS

Selon l'évaluation du risque suicidaire et les possibilités de la personne, l'orientation peut se faire vers un psychiatre et/ou un psychologue libéraux, ou vers les structures présentées ci-après.

Le lien avec le médecin traitant, coordinateur du parcours de soin, est nécessaire.

### ENFANTS ET ADOLESCENTS

#### CENTRE MÉDICO-PSYCHOLOGIQUE POUR ENFANTS ET ADOLESCENTS (CMPEA)

CH. CHARLES PERRENS

Enfants et adolescents de 0 à 18 ans

Les CMPEA réalisent une activité de consultations ambulatoires (diagnostic, soins) et de coordination du parcours de soins en santé mentale pour les enfants et les adolescents.

Les CMPEA sont soumis au régime de la sectorisation. Le secteur se définit comme une aire géographique de prise en charge sanitaire de la personne en souffrance psychique en fonction du domicile.

#### CONTACT

Liste des CMPEA : <https://www.ch-perrens.fr/pedo-psychiatrie#CMPEA>

Trouver son lieu de rattachement : <https://www.ch-perrens.fr/geolocale>

#### CENTRE DE SANTÉ MENTALE INFANTILE (CSMI)

ASSOCIATION RÉNOVATION

Consultation ouverte aux 0-18 ans

Le CSMI regroupe les CMPEA du secteur Bordeaux Nord, Nord-ouest, CUB et Médoc de pédopsychiatrie, rattaché au pôle universitaire de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent du CH Charles Perrens. Il propose une activité de bilans, d'évaluation et de prise en charge ambulatoire.

#### CONTACT

Tour Mozart - 2 rue Jean Artus, 33300 BORDEAUX

Tél. : 05 56 07 57 77

Mél. : [csmi@renovation.asso.fr](mailto:csmi@renovation.asso.fr)

## UNITÉ DE TRAITEMENT AMBULATOIRE POUR ADOLESCENTS (UTAA)

CH. CHARLES PERRENS

Jeunes de 11 ans à 17 ans

Cette unité propose un lieu de consultation pour les situations complexes de pathologie psychiatrique de l'adolescence nécessitant une mobilisation intensive dans un délai bref. La demande s'effectue par les parents, professionnels de santé (psychologue, médecin etc.) ou toute personne autour de l'adolescent se faisant du souci pour lui.

### CONTACT

Tél. : 05 56 56 17 86

## CENTRE DE CONSULTATION POLYVALENT POUR ENFANTS ET ADOLESCENTS (CCPEA)

CHU. PELLEGRIN

Consultation ouverte aux 12-24 ans

Le CCPEA propose des consultations d'experts ayant pour finalité une évaluation. Le CCPEA ne propose aucun suivi. Les consultations sont assurées par des psychiatres et pédopsychiatres, des somaticiens (gynécologue, dermatologue, endocrinologue), psychologues, travailleurs sociaux, diététiciens et infirmiers. Un avocat de la Cellule Départementale de recueil des informations préoccupantes (CRIP) y assure des consultations. Cette unité travaille en synergie avec les autres unités du Centre Jean 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

CENTRE JEAN ABADIE

Tél. : 05 56 79 47 28

## ADULTES

## CENTRE MÉDICO-PSYCHOLOGIQUE (CMP)

CH. CHARLES PERRENS

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 gratuites. Des consultations de psychologues et des entretiens infirmiers et sociaux complètent ce dispositif.

### CONTACT

Liste des CMP : <https://www.ch-perrens.fr/structures-externes-cmp-et-cmpicsmi>

Trouver son lieu de rattachement : <https://www.ch-perrens.fr/geolocale>

# DISPOSITIFS SPÉCIFIQUES

## SANTÉ MENTALE

### ÉQUIPE PSYCHIATRIQUE D'INTERVENTION ET DE CRISE - CONSULTATION FAMILLE SANS PATIENT (ÉPIC-CSFP)

CH. CHARLES PERRENS

L'ÉPIC-CSFP 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-CSFP est également présente pour la famille ou l'entourage en proposant une écoute, un soutien et un accompagnement.

#### CONTACT ET HORAIRES

Du lundi au vendredi de 9h à 20h et le week-end de 10h à 17h45

Tél. : 05 56 56 67 33

Mél. : [epic-cfsp@ch-perrens.fr](mailto:epic-cfsp@ch-perrens.fr)

### CENTRE DE RÉFÉRENCE RÉGIONAL DES PATHOLOGIES ANXIEUSES ET LA DÉPRESSION

CH. CHARLES PERRENS

Dispositif 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

Tél. : 05 56 56 17 98

Mél. : [cerpad@ch-perrens.fr](mailto:cerpad@ch-perrens.fr) / [abilbao@ch-perrens.fr](mailto:abilbao@ch-perrens.fr)

### CENTRES EXPERTS FONDAMENTAL

CH. CHARLES PERRENS

**TROUBLES BI-POLAIRES.** Les centres experts FonDamental proposent : des 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, etc.).

#### CONTACT

Tél. : 05 56 56 17 08

## CENTRE D'ACCUEIL SPÉCIALISÉ DANS LE REPÉRAGE ET LE TRAITEMENT DES TRAUMATISMES PSYCHIQUES (CASPERTT)

CH. CHARLES PERRENS

L'offre de soin du CASPERTT est destinée à une population d'adultes, d'enfants et d'adolescents victime, témoin ou actrice 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...), grâce à la mise en œuvre d'une intervention précoce, au plus près de l'épisode traumatique.

### CONTACT

#### CLINIQUE DES GRAVIÈRES

31 Rue des Cavaillès, 33310 Lormont

Tél. : 06 50 43 24 63 (laissez un message, vous serez ensuite rappelé)

Mél. : [secretariat.caspertt@ch-cadillac.fr](mailto:secretariat.caspertt@ch-cadillac.fr)

## ASSOCIATION ETHNOPIES

### Personnes migrantes et exilées

L'association Ethnotopies, au sein de l'hôpital Saint André, a pour missions le soin et la prévention auprès des populations migrantes et exilées, la recherche, le plaidoyer, la formation, la réflexion, la transmission à partir des liens entre clinique et politique, clinique et société, clinique et culture.

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 leurs bébés : ateliers chants et lectures d'albums pour les tous petits.
- Des ateliers à médiation artistique (peinture).

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

Mél. : [ethnotopies@gmail.com](mailto:ethnotopies@gmail.com)

Plus d'informations sur : <https://www.facebook.com/associationethnotopies/>

## UNAFAM 33

Familles et entourage : Accueil, écoute, soutien, information et accompagnement des familles et l'entourage de personnes vivant avec des troubles psychiques.

### CONTACT ET HORAIRES

Permanences téléphoniques du lundi au samedi et accueil physique sur rendez-vous.

40 rue du Sablonat, 33800 BORDEAUX

Tél. : 05 56 81 44 32

Mél. : [33@unafam.org](mailto:33@unafam.org)

## GROUPE D'ENTRAIDE MUTUELLE (GEM)

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

### CONTACT

#### LE BISTROT GEM

6, rue Ausone, 33000 BORDEAUX

Tél. : 05 56 81 93 22

Plus d'informations sur : [http://asais.over-blog.com/pages/Le\\_Bistrot\\_GEM-3853152.html](http://asais.over-blog.com/pages/Le_Bistrot_GEM-3853152.html)

#### GEM MÉTAMORPHOSE

412 cours de la Libération, 33400 TALENCE

Tél. : 05 56 37 32 11

#### GEM - RÉSEAU PAUL BERT

2 rue Paul Bert, 33000 BORDEAUX

Tél. : 05 56 79 20 44

Plus d'informations sur : <http://reseau paulbert.free.fr/html/gem.html>

#### GEM LE 7ÈME CAFÉ

175 rue Georges Bonnac, 33000 BORDEAUX

Tél. : 05 56 24 03 71

Plus d'informations sur :

<http://gem7cafe.blogspot.fr/>

## ESPOIR 33

Espoir 33 organise son action à partir de services proposant un accueil et un accompagnement adaptés, au sein de lieux ressources : Centre Occupationnel de Jour, Résidence, Dispositif d'Intermédiation Locative, Service d'Accompagnement Médico-Social pour Adultes Handicapés... Les clubs ont pour objectif de favoriser la réinsertion sociale des personnes en souffrance psychique, en proposant un accueil quasi quotidien. Ils cherchent à lutter contre la fragilité, l'inactivité, l'isolement et la solitude en tant que centres occupationnels de jour

### CONTACT

Les clubs sont ouverts du mardi au dimanche en journée ainsi que les jours fériés.

#### CLUB DELORD

78 rue Delord, 33000 BORDEAUX

Tél. : 05 56 39 78 82

#### CLUB GAMBETTA

16 cours Gambetta, 33150 CENON

Tél. : 05 56 40 43 35

#### CLUB MOZART

2 rue Jean Artus, 33300 BORDEAUX

Tél. : 05 56 40 43 35

Plus d'informations sur : <http://www.espoir33.fr/les-clubs-10/index.html>

## ADOS, JEUNES ET ÉTUDIANTS

### 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 aussi un lieu pour pouvoir parler de ses problèmes de tous ordres: scolarité, santé, sexualité, mal-être, doutes, problèmes relationnels ou familiaux.

#### CONTACT ET HORAIRES

Anonyme et gratuit - Du lundi au vendredi de 13h à 18h

5 Rue Duffour Dubergier, 33000 BORDEAUX

Tél. : 05 56 38 48 65

Plus d'informations sur : <http://www.mda33.fr/>

Page Facebook : <https://fr-fr.facebook.com/Maisondesados33/>

### ESPACE SANTÉ ÉTUDIANTS

L'Espace Santé Étudiants (ESE) est un service de santé inter-universitaire de l'Université de Bordeaux et des établissements partenaires, situé au coeur des campus Bordelais. Composé de professionnels de santé qui connaissent les préoccupations et les contextes de vie étudiante, sans avance de frais, l'équipe accueille les étudiants tout au long de l'année.

Les étudiants peuvent accéder à des consultations en médecine générale, en santé sexuelle et en santé mentale, centrées sur l'écoute, l'accompagnement et le soutien de premier recours des médecins, infirmiers, psychologues, assistante sociale et diététicienne.

Le service a développé un «accueil-écoute» ouvert tous les jours avec le soutien de ses partenaires permettant dans un délai bref d'accéder à une écoute en santé mentale et un ensemble de programmes (sentinelles, Premiers Secours en Santé Mentale, FeelGood Campus) qui visent à améliorer la prise en compte de la santé mentale dans les universités. Les étudiants peuvent également participer à des ateliers d'éducation à la santé en matière de gestion du stress, de gestes qui sauvent, etc.

#### CONTACT ET HORAIRES

Avec ou sans rendez-vous - Du lundi au vendredi de 9h à 19h

22 Avenue Pey Berland, 33600 PESSAC

Tél. : 05.33.51.42.00

Prise de rdv : <https://www.doctolib.fr/centre-de-sante/pessac/espace-sante-etudiants-pessac>

Plus d'informations sur : <https://www.u-bordeaux.fr/Campus/Espace-sante-etudiants>



Jeunes de 12 et 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 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(e) psychologue. Ces permanences ne visent pas à assurer un suivi au long cours.
- Des ateliers collectifs de socio-esthétique ou sous formes de rendez-vous individuel avec des sophro-réflexologues.

#### CONTACT

203 route de Toulouse, 33400 TALENCE

Tél. : 05.57.12.40.32

Mél. : [s.centredesante@mspb.com](mailto:s.centredesante@mspb.com)

Plus d'informations sur : <http://www.mspb.com/pole-social-centre-de-sante-dispensaire/>

#### APSYTUDE

Le but de cette association est de favoriser le bien-être des étudiants. Apsytude propose gratuitement et confidentiellement :

- Happs Hour: consultations individuelles avec un(e) psychologue offertes par le Crous Bordeaux Aquitaine
- Happs Line: Vidéo-consultations individuelles avec un(e) psychologue

#### CONTACT ET HORAIRES

Entrée de la résidence François Mauriac - 2 esplanade des Antilles, 33600 PESSAC

Tél. : 06 27 86 91 83

Mél. : [apsytude@gmail.com](mailto:apsytude@gmail.com)

Formulaire de contact sur : [www.apsytude.com](http://www.apsytude.com)

- Pour les Happs Hour :  
Gratuit et confidentiel, avec ou sans rendez-vous certains mardis de 18h à 21h  
Dates disponibles sur : <http://www.apsytude.com/fr/apsytude/ou-sommes-nous/crous-bordeaux-aquitaine-mauriac/>

## LE NOM LIEU

Jeunes de 16 à 25 ans

Le Nom Lieu propose plusieurs dispositifs d'accompagnement en direction des jeunes en situation de fragilité psychique, d'handicap psychique et/ou d'exclusion sociale sur le territoire de la Gironde, afin de faciliter, à eux et à leur famille, une insertion dans la vie sociale et professionnelle.

### CONTACT

12 rue des Faussets, 33000 BORDEAUX

Tél. : 06 25 04 92 96

Mél. : [lenomlieu@gmail.com](mailto:lenomlieu@gmail.com)

Plus d'informations sur : <https://lenomlieu.wordpress.com/>

## PASS'MIRAIL

Jeunes adultes

Pass'Mirail est un dispositif partenarial entre l'Association Rénovation, Montalier, la MGEN et la SHMA. Pass'Mirail propose une approche des soins psychiques qui vise à favoriser la construction d'éventuels projets de soins ou projets de vie à un âge de transition entre adolescence et âge adulte.

La durée de l'accueil au sein de Pass'Mirail n'est pas déterminée. Souples, adaptées à chaque jeune individuelles ou groupales, ponctuelles ou plus régulières, les rencontres ont pour objet d'établir un lien suffisamment sécurisé avec le jeune adulte accueilli afin de :

- Relancer le processus de pensée
- Favoriser l'accompagnement et l'autonomie
- Éventuellement orienter vers des soins plus formalisés.

### CONTACT

48 Rue du Mirail, 33000 BORDEAUX

Tél. : 09 52 98 88 87

Mél. : [contact@passmirail.com](mailto:contact@passmirail.com)

Plus d'informations sur : <http://passmirail.com/>

## ADDICTION

### ASSOCIATION NATIONALE DE PRÉVENTION EN ALCOOLOGIE ET EN ADDICTOLOGIE (ANPAA)

Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention (CSAPA)

L'ANPAA 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.

Les professionnels de l'ANPAA interviennent sous forme de consultations individuelles et reçoivent également l'entourage. L'ANPAA propose des consultations adultes ainsi qu'à destination des jeunes (12/26 ans).

#### CONTACT

67 rue Chevalier, 33000 BORDEAUX

Tél. : 05 57 57 00 77

Mél. : [anpaa33@anpaa.asso.fr](mailto:anpaa33@anpaa.asso.fr) / [csapa.bordeaux@anpaa.asso.fr](mailto:csapa.bordeaux@anpaa.asso.fr)

Plus d'informations sur : [www.anpaa.asso.fr](http://www.anpaa.asso.fr)

### COMITÉ D'ÉTUDE ET D'INFORMATIONS SUR LES DROGUES (CEID)

Les Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie ambulatoires du CEID accueillent les personnes, de tout âge, présentant un ou plusieurs problèmes d'addictions. L'équipe pluridisciplinaire du CEID y assure quotidiennement le suivi médical, psychologique et socio-éducatif de la patientèle

#### CONTACT ET HORAIRES

##### CENTRE MAURICE SERISÉ

Du lundi au vendredi de 9h à 13h et de 14h à 17h.

24 rue du Parlement Saint-Pierre, 33000 BORDEAUX

Tél. : 05 56 44 84 86

##### CENTRE PLANTEROSE

Du lundi au Vendredi 14 h à 17 h

16 rue Planterose, 33000 BORDEAUX

Tél. : 05 56 91 07 23

Mél. : [planterose@ceid-addiction.com](mailto:planterose@ceid-addiction.com)

Plus d'informations sur : <http://www.ceid-addiction.com>

## CAAN'ABUS, CONSULTATIONS JEUNES CONSOMMATEURS

Jeunes jusqu'à 25 ans et entourage proche

CAAN'abus, s'adresse aux jeunes jusqu'à 25 ans, concernés par toutes les problématiques addictives, avec ou sans produits (jeux vidéo et/ou écran), mais également les adultes (entourage, professionnels...) 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 ET HORAIRES

Anonyme et gratuit - Mardi, jeudi et vendredi 10h-13h et 14h-17h - Mercredi 14h-18h  
41 rue Sainte-Colombe, 33000 BORDEAUX  
Tél. : 05 56 01 25 66

## VICTIMES DE VIOLENCES

### CELLULE D'ACCUEIL D'URGENCES POUR LES VICTIMES D'AGRESSION (CAUVA)

CHU. PELLEGRIN

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 près de l'événement traumatique
- Faciliter les procédures judiciaires
- Orienter vers les professionnels de santé, de la justice, de l'action sociale adaptés

### CONTACT

Place Amélie Raba-Léon, 33076 BORDEAUX  
Tél. : 05 56 79 87 77  
Mél. : [secretariat.umlv@chu-bordeaux.fr](mailto:secretariat.umlv@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 (viol, agression, accident, escroquerie, cambriolage, etc.), ayant perdu un ou des proches (homicide volontaire ou involontaire, accident), ou ayant été victime d'un événement traumatique et d'actes de terrorisme. L'équipe propose une prise en charge globale, avec à la fois un volet juridique et psychologique. L'accompagnement est pro-actif sans limite de temps, notamment auprès des personnes victimes de violences intrafamiliales.

### CONTACT

63 Cours Georges Clémenceau, 33000 BORDEAUX (et autres antennes en Gironde)  
Tél. : 05 56 01 28 69  
Mél. : [victaid@institut-don-bosco.fr](mailto:victaid@institut-don-bosco.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 psychotraumatisme.

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 ET HORAIRES

- Le lundi de 9h à 12h
- Le mardi de 9h à 13h et de 14h à 17h
- Le jeudi de 14h à 17h et toute la semaine sur rendez-vous.

381 Boulevard du Président Wilson, 33200 BORDEAUX

Tél. : 05 57 09 25 77 / 06 31 05 85 78

Mél. : [maisondella33@gmail.com](mailto:maisondella33@gmail.com)

## MAL-ÊTRE ET SOUFFRANCE PSYCHOLOGIQUE

### CENTRE PSYCHANALYTIQUE DE CONSULTATION ET DE TRAITEMENT (CPCT)

Le CPCT Aquitaine propose différents lieux de consultations gratuites à destination des familles, jeunes adultes et adultes qui souhaitent parler avec un psychanalyste.

- Le CPCT Lien Social propose des entretiens individuels gratuits aux adultes, 3 entretiens de consultation sont proposés dans un premier temps.
- Le CPCT Rive Droite Cenon est à destination des adolescents et jeunes adultes (11-25 ans)
- Le Clap est un lieu de consultations pour parents et jeunes enfants de moins de 6 ans

Suite à la première consultation, une orientation adaptée ou un traitement par la parole de durée limitée et sans contrepartie financière peuvent être proposés.

### CONTACT

#### CPCT RIVE DROITE

Maison des sports  
3 avenue Aristide Briand, 33150 CENON

#### CLAP

Maison cantonale  
42 bis rue de Nuits, 33100 BORDEAUX

#### CPCT LIEN SOCIAL

95 Ernest Renan, 33000 BORDEAUX

Plus d'informations sur : <http://www.cpct-bordeaux.fr/cpct-aquitaine/>

Tél. : 06 62 72 00 33

Mél. : [cpct.aquitaine@gmail.com](mailto:cpct.aquitaine@gmail.com)

## ASSOCIATION LA PORTE OUVERTE

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

### CONTACT ET HORAIRES

---

Les mardi, mercredi et jeudi de 17h à 20h - et le vendredi de 14h à 18h

14 rue Ségalier, 33000 BORDEAUX

Tél. : 05 56 02 33 65

Mél. : [laporteouvertebordeaux@orange.fr](mailto:laporteouvertebordeaux@orange.fr)

## ASSOCIATION ASTRÉE

Accompagnement individuel et écoute téléphonique, confidentiel, par des bénévoles, destinés aux personnes rencontrant des difficultés d'ordre personnel ou professionnel.

### CONTACT

---

17 rue des Menuts, 33000 BORDEAUX

Tél. : 05 56 31 12 34

Mél. : [bordeaux@astree.asso.fr](mailto:bordeaux@astree.asso.fr)

## IDENTITÉ SEXUELLE

### GIROFARD BORDEAUX

Ce centre Lesbien Gay Bi Trans (L.G.B.T) est un lieu ouvert à toutes les personnes ressentant des difficultés d'acceptation ou de dialogue face aux différentes orientations ou identités sexuelles (sujet lui-même, parents, amis, professeurs...). C'est un lieu d'information, d'écoute, d'accueil et de solidarité.

#### CONTACT ET HORAIRES

Permanence d'accueil du lundi au vendredi de 18h à 20h

34 rue Bouquière, 33000 BORDEAUX

Tél. : 09 81 81 98 77

Mél. : [aquitaine@le-girofard.org](mailto:aquitaine@le-girofard.org)

Plus d'informations sur : [www.le-girofard.org/](http://www.le-girofard.org/)

### LE REFUGE

L'association le Refuge a pour objet de prévenir et lutter contre l'isolement et le suicide des jeunes LGBT, de 18 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

35 rue des Menuts, 33000 BORDEAUX

Tél. : 07 70 49 64 71

Mél. : [d.gozillon@le-refuge.org](mailto:d.gozillon@le-refuge.org)

### ÉQUIPE TRANSGENDER

L'équipe Transgender est chargée de l'évaluation, du suivi et de la prise en charge des personnes souffrant d'une dysphorie de genre et demandeuses d'un traitement hormono-chirurgical. Il s'agit d'une équipe pluridisciplinaire composée de professionnels exerçant sur les sites du CHU de Bordeaux (Hôpital Pellegrin et Hôpital du Haut-Lévêque), du Centre Hospitalier Charles Perrens et en cabinet libéral.

#### CONTACT

Pour télécharger la plaquette avec les contacts de tous les professionnels du programme

Transgender : <https://www.ch-perrens.fr/sites/default/files/files/Offre%20de%20soin/Plaquette%20%C3%A9quipe-1.pdf>

## SANTÉ ET ACCÈS AUX DROITS

### PERMANENCE D'ACCÈS AUX SOINS DE SANTÉ (PASS)

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 etc). 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 pluridisciplinaire (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 :

<https://www.sante-pass-aquitaine.fr/les-pass-en-aquitaine>

### UNITÉ DE COORDINATION DE LA DOULEUR

CHU. PELLEGRIN

Le Centre Anti Douleur est un service où sont reçus les patients souffrants de douleurs chroniques en situation d'impasse (douleurs récurrentes ou permanentes évoluant depuis plus de 3 mois). Ce service a pour objectif d'évaluer et de proposer des stratégies thérapeutiques pour diminuer la douleur ressentie par le patient. Ce centre propose des consultations avec des professionnels de santé différents (médecins de spécialités différentes, infirmières, psychologue, kinésithérapeute...), pour une prise en charge globale du patient et de sa douleur.

#### CONTACT

Standard CHU : 05 56 79 56 79

### PÔLE TERRITORIAL DE SOLIDARITÉ

DÉPARTEMENT DE LA GIRONDE

Le Département propose des services de proximité accessibles à tous dans les Pôles de Solidarité et Maison du Département des Solidarités (MDS).

Les MDS sont présentes sur chaque territoire et ont pour vocation d'informer, accompagner et aider les usagers lors de difficultés ponctuelles ou durables. Elles regroupent plusieurs unités telles que le service social et éducatif, le service de Protection Maternelle et Infantile (PMI), et selon les lieux, un service de planification familiale, un service d'accueil familial, un service APA (Allocation Personnalisée à l'Autonomie), un accueil autonomie des personnes âgées et/ou handicapées...

#### CONTACT

Pour trouver la MDS la plus proche du lieu d'habitation : <https://www.gironde.fr/trouvez-la-maison-du-departement-des-solidarites-la-plus-proche-de-chez-vous>



## FIN DE VIE ET ACCOMPAGNEMENT AU DEUIL

### ASSOCIATION EMPREINTES

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 ET HORAIRES

Les lundi et vendredi de 10h à 13h et de 14h30 à 17h30 - mardi de 18h30 à 20h30

Tél. : 01 42 380 808

Mél. : [accompagnement@empreintes-asso.com](mailto:accompagnement@empreintes-asso.com)

Plus d'informations sur : [www.empreintes-asso.com](http://www.empreintes-asso.com)

### ALLIANCE 33

Alliance 33 est une association qui propose des accompagnements bénévoles des personnes gravement malades 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

Tél. : 05 56 43 07 07

Mél. : [alliance33@alliance.asso.fr](mailto:alliance33@alliance.asso.fr)

Plus d'informations sur : <https://www.alliance.asso.fr/alliance33/>

### ASSOCIATION VIVRE SON DEUIL

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

#### CONTACT

19 rue Baltet, 64100 BAYONNE

Tél. : 05 64 11 52 82

Mél. : [contact@vivresondeuil-aquitaine.fr](mailto:contact@vivresondeuil-aquitaine.fr)

Plus d'informations sur : <http://vivresondeuil.asso.fr/> et sur [www.vivresondeuil-aquitaine.fr](http://www.vivresondeuil-aquitaine.fr)

## SOUTIEN À LA PARENTALITÉ

### RÉSEAU DE PSYCHIATRIE PÉRINATALE

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 (psychiatres, pédopsychiatres, psychologues, équipe infirmière, psychomotricienne, assistante sociale) 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 collaboration avec les équipes d'obstétrique et de pédiatrie du CHU et des professionnels de la santé périnatale du département, et selon les situations, de la région.

#### CONTACT

##### UNITÉ D'HOSPITALISATION TEMPS PLEIN ET CONSULTATIONS

CENTRE HOSPITALIER CHARLES PERRENS - UNIVA

Centre Carreire - 121 rue de la Béchade, 33076 BORDEAUX

Tél. : 05 56 56 35 38

##### HÔPITAL DE JOUR ET CONSULTATIONS

CHU DE BORDEAUX - CHU. PELLEGRIN

Centre Alienor d'Aquitaine - Place Amélie Raba Léon, 33076 BORDEAUX

Tél. : 05 57 82 19 10

### ESPACE FAMILLE

Lieu d'accueil, d'écoute, d'information et d'orientation ouvert à toutes les familles girondines ainsi qu'aux partenaires de la CAF.

#### CONTACT ET HORAIRES

Les lundi et jeudi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 16h - mardi de 13h30 à 16h

41 avenue Pierre Curie, 33270 FLOIRAC

Tél. : 05 57 77 30 15

Plus d'informations sur : <https://www.gironde.caf.fr>

L'Institut Michel Montaigne propose une plateforme de prévention, d'écoute et d'accompagnement du burn-out parental ainsi qu'un groupe d'auto-support via une page facebook. Plusieurs professionnelles proposent des consultations spécialisées individuelles, familiales et des groupes de parents.

**CONTACT**

---

3 allée Elsa Triolet, 33150 CENON

Tél. : 05 56 37 90 95

Mél. : [consultation@institutmichelmontaigne.com](mailto:consultation@institutmichelmontaigne.com)

Plus d'informations sur : [www.institutmichelmontaigne.com](http://www.institutmichelmontaigne.com)

## DISPOSITIFS D'ÉCOUTE

Tous ces services d'écoute sont anonymes. Des ressources sont disponibles sur leurs sites internet.

### PRÉVENTION DU SUICIDE

#### 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 ET HORAIRES

Permanence d'écoute téléphonique 24h/24 et 7j/7  
Tél. : 01 45 39 40 00

Plus d'informations sur : [www.suicide-ecoute.fr](http://www.suicide-ecoute.fr)

#### SOS PHÉNIX ÉCOUTE ET PAROLES

Les associations SOS Suicide Phénix ont pour mission de prévenir le suicide en restaurant le lien social par une écoute et un accueil inconditionnel dans le respect de la confidentialité et de l'anonymat.

L'écoute et l'accueil s'adressent 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. »

#### CONTACT ET HORAIRES

Accueil physique et téléphonique les mercredis de 18h30 à 20h et les samedis de 16h à 18h  
10 avenue Bel Air, 33200 BORDEAUX  
Tél. : 01 45 39 40 00

En dehors de ces horaires, de 13h à 23h tous les jours :  
Tél. : 01 40 44 46 45 (prix d'un appel local)

Un espace de dialogue et d'écoute est également possible par email.  
Ils s'engagent à répondre sous 72h.  
Mél. : [accueil@sos-suicide-phenix.org](mailto:accueil@sos-suicide-phenix.org)

Plus d'informations sur : <https://sos-suicide-phenix.org/>  
Page Facebook : <https://www.facebook.com/sos.suicide.phenix.bordeaux>

## 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 ET HORAIRES

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

Tél. : 05 56 44 22 22

- Permanence d'écoute par chat : du lundi au dimanche de 13h à 3h du matin (dernier appel pris 15 minutes avant la fin de la permanence)
- Permanence d'écoute par courriel (réponse sous 48h maximum).

Plus d'informations et tchat sur : <https://www.sos-amitie.com/web/bordeaux/accueil>

## PAR MILIEU PROFESSIONNEL

### MUTUALITÉ SOCIALE ET AGRICOLE

#### AGRICULTEURS

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 débriefing suite à un passage à l'acte (entourage professionnel et familial)
- Possibilité d'accompagnement individuel des personnes endeuillées par une prise en charge psychologique

Agri'écoute : 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.

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.

### CONTACT ET HORAIRES

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

Tél. : 09 69 39 29 19 (prix d'un appel local)

13 Rue Ferrere, 33052 BORDEAUX

Tél. : 05 56 01 83 83

Plus d'informations sur : <https://www.msa.fr/lfy/solidarite/prevention-suicide>

## PRÉVENTION SUICIDE DANS LA POLICE

### LIGNE EXTERNE DÉDIÉE AUX 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 ET HORAIRES

Permanence d'écoute téléphonique anonyme, gratuite, et confidentielle 24h/24 et 7j/7  
Tél. : 0 805 23 04 05

## ASSOCIATION SOINS AUX PROFESSIONNELS DE SANTÉ

### PROFESSIONNELS DE SANTÉ

SPS vient en aide aux professionnels de santé en souffrance au travail et agit en prévention pour le mieux-être. SPS est destinée à tous les professionnels de santé, les soignants libéraux et salariés, personnels des structures de santé (CPTS, clinique, maison de santé, hôpital, EPHAD ...), étudiants en santé et personnels des institutions et services médico-sociaux ainsi que l'Hospitalisation À Domicile.

L'association propose du soutien en face, ainsi qu'un numéro unique d'appel qui permet d'avoir un accès aux psychologues présents et/ou de pouvoir choisir leur psychologue sur le site SPS mis à leur disposition. Il est possible de rappeler le même psychologue pour bénéficier d'un suivi personnalisé. L'association dispose aussi d'une application mobile.

#### CONTACT ET HORAIRES

Anonyme et gratuit, 24h/24 et 7j/7  
Tél. : 0 805 23 23 36

Blog : [expressionsdesoignants.fr](https://expressionsdesoignants.fr)

Plus d'informations sur : <https://www.asso-sps.fr/prise-en-charge/plateforme-telephonique>

## CONSEIL NATIONAL DE L'ORDRE DES MÉDECINS ET INTERNES

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, soit avec la commission nationale d'entraide du conseil national de l'ordre des médecins pour évoquer toute difficulté financière, administrative, juridique ou autre, soit avec un confrère de soutien des associations qui prendra en charge l'écoute et pourra orienter vers une personne ressource en particulier des psychiatres.

#### CONTACT ET HORAIRES

Gratuit et anonyme, 24h/24 et 7j/7  
Tél. : 0 800 28 80 38

## MÉDECINS ORGANISATION TRAVAIL SANTÉ (MOTS)

MOTS apporte une écoute et des solutions à tout médecin, quel que soit son mode d'exercice (salarié/libéral, en activité/en formation, remplaçant/retraité, généraliste/spécialiste) rencontrant des difficultés professionnelles/personnelles. La démarche est individuelle, structurée et préventive, confidentielle et avec l'aide d'un médecin tiers indépendant non isolé. Les médecins MOTS sont des médecins volontaires compétents (santé au travail et ergonomie).

### CONTACT ET HORAIRES

Anonyme, 24h/24 et 7j/7  
Tél. : 06 08 28 25 89

## ÉCOUTE DÉFENSE

Ecoute Défense est une plateforme téléphonique, dont les répondants sont des psychologues, qui a pour objectif d'apporter aux militaires, anciens militaires, et leurs familles, 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 harcèlement et de souffrance au travail.

### CONTACT ET HORAIRES

Gratuit et anonyme, 24h/24 et 7j/7  
Tél. : 0 808 800 321

## SOS ENTREPRENEUR

Accompagnement et un soutien aux entrepreneurs traversant des difficultés sans précédents.

### CONTACT ET HORAIRES

Anonyme, gratuit, 7j/7 et 24h/24  
Tél. : 06 15 24 19 77

## AIDE PSYCHOLOGIQUE AUX ENTREPRENEURS EN SOUFFRANCE AÏGUE (APESA)

APESA forme des sentinelles dans le monde judiciaire et de l'Entreprise pour détecter les dirigeants en souffrance aiguë voire, en risque suicidaire. Les dirigeants qui acceptent d'intégrer le dispositif APESA, gratuit et confidentiel sont recontactés par un psychologue dans les 24h suivant l'alerte. À l'issue d'un entretien un accompagnement de 5 consultations gratuites peut être mis en place.

### CONTACT

Tél. : 05 46 98 42 85  
Numéro vert : 0 805 65 50 50  
Mél. : [contact33bordeaux@apesa-france.com](mailto:contact33bordeaux@apesa-france.com)

Plus d'informations sur : <https://www.apesa-france.com/>

## ENFANTS ET JEUNES

### FIL SANTÉ JEUNES

Jeunes de 12 à 15 ans

Le Fil Santé Jeunes (FSJ) est un dispositif de prévention répondant à distance aux questions de santé physique, mentale et sociale que se posent les jeunes de 12 à 25 ans. L'activité d'écoute, d'information et d'accompagnement est réalisée au téléphone, à l'aide d'un numéro vert et sur internet par des médecins, des psychologues et des juristes.

#### CONTACT ET HORAIRES

Appel anonyme et gratuit depuis un téléphone fixe et un portable  
Tél. : 0 800 23 52 36

Tchat individuel (de 9h à 22h) ou collectif possible à partir du site internet.  
Plus d'informations sur : [www.filsantejeunes.com](http://www.filsantejeunes.com)

### PHARE ENFANTS-PARENTS

Accueil et écoute téléphonique des parents d'enfants suicidés ou d'enfants en situation de mal-être.

#### CONTACT ET HORAIRES

Du lundi au vendredi de 10h à 17h  
Tél. : 01 45 39 40 00  
Mél. : [cavaoupas@phare.org](mailto:cavaoupas@phare.org) (engagement de répondre sous 48h)

Plus d'informations sur : [www.phare.org](http://www.phare.org)

### NET ÉCOUTE

Ecoute et information à destination des enfants et adolescents, parents et professionnels confrontés à des problèmes dans leurs usages numériques (notamment le cyber harcèlement).

#### CONTACT ET HORAIRES

Anonyme, gratuit et confidentiel  
Du lundi au vendredi de 9h à 20h - samedi de 9h à 18h.  
Tél. : 0 800 200 000 (service et appel gratuit).

Tchat en ligne de 9h à 19h



## ALLO ÉCOUTE ADO

Numéro pour les 11-25 ans, où des professionnels répondent aux questions des adolescents sur le mal-être, les addictions, l'alimentation, la contraception...

### CONTACT ET HORAIRES

Anonyme, gratuit et confidentiel

Du lundi au samedi de 17h à 20h

Tél. : 0 800 506 692 (appel gratuit depuis un poste fixe) / 06 12 20 34 71 (rappel possible)

Forum : <http://forum.alloecouteado.org/>

Plus d'informations sur : <http://www.alloecouteado.org/>

## TROUBLES PSYCHIQUES ET SOLITUDE

### SOS DÉPRESSION

Ligne d'écoute 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 ET HORAIRES

Anonyme

Les mercredi et vendredi de 14h30 à 16h30

Tél. : 0 810 037 037

Plus d'informations sur : [www.ffab.fr](http://www.ffab.fr)

### CROIX-ROUGE ÉCOUTE

Croix-Rouge Ecoute s'adresse à toute personne ressentant le besoin de parler, quel que soit son âge ou sa situation. Des bénévoles Croix-Rouge, formés au soutien psychologique, offrent alors à chacun un temps d'écoute, un moment de pause, un espace de parole, dans un cadre neutre et bienveillant.

### CONTACT ET HORAIRES

Gratuit et anonyme, 7j/7 de 8h à 20h tous les jours de la semaine,

Tél. : 0 800 858 858

## ADDICTION

### LIGNES NATIONALES

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

#### CONTACT ET HORAIRES

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

#### ALCOOL INFO SERVICES

Tél. : 0 980 980 930

#### DROGUES INFO SERVICES

Tél. : 0 800 231 313

#### ÉCOUTE CANNABIS

Tél. : 0 980 980 940

#### JOUEURS ÉCOUTE INFO SERVICES

Tél. : 09 74 75 13 13 (prix d'un appel local)

## HARCÈLEMENT

### HARCÈLEMENT MORAL STOP

Écoute, diagnostic, conseil, orientation des salariés ou agents de la fonction publique qui se considèrent victimes de harcèlement moral.

#### CONTACT ET HORAIRES

Du lundi au vendredi de 10h à 20h

Tél. : 01 56 34 01 76 / 06 07 24 35 93

Mél. : [hms@hmstop.com](mailto:hms@hmstop.com)

### NON AU HARCÈLEMENT À L'ÉCOLE

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

#### CONTACT ET HORAIRES

Du lundi au vendredi de 9h à 20h - le samedi de 9h à 18h (sauf les jours fériés)

Tél. : 3020

## VIOLENCES

### ALLO ENFANCE EN DANGER

Dispositif d'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 ET HORAIRES

Anonyme, gratuit, 24h/24, 7j/7

Tél. : 119

Plus d'informations sur : [www.allo119.gouv.fr](http://www.allo119.gouv.fr)

### STOP MALTRAITANCE

#### ENFANCE ET PARTAGE

Numéro national, dont les 20 comités locaux répartis sur toute la France assurent également l'accueil, l'écoute et l'accompagnement des victimes et de leur famille. Plusieurs aides peuvent être proposées : un suivi psychologique; un rendez-vous téléphonique avec un juriste spécialisé en victimologie; une ouverture de dossier pour un accompagnement juridique à long terme.

#### CONTACT ET HORAIRES

Anonyme et gratuit

Du lundi au vendredi de 10h à 17h

Tél. : 0 800 051 234

### JEUNES VIOLENCES ÉCOUTE

Ecoute, information et orientation par des professionnels pour les jeunes, les parents et les professionnels confrontés à des situations de violence.

#### CONTACT ET HORAIRES

Anonyme, gratuit

Tél. : 0 808 807 700

Plus d'informations sur : [www.jeunesviolencesecoute.fr](http://www.jeunesviolencesecoute.fr)

### NUMÉRO NATIONAL D'AIDE AUX VICTIMES

Information et orientation des victimes d'infractions pénales.

#### CONTACT ET HORAIRES

Anonyme et gratuit, 7j/7 de 9h à 19h

Tél. : 116 006

Plus d'informations sur : [victimes@france-victimes.fr](mailto:victimes@france-victimes.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 ET HORAIRES

Anonyme, gratuit du lundi au samedi de 9h à 19h  
Tél. : 39 19

## ALMA GIRONDE

Personnes âgées

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 ET HORAIRES

Permanence téléphonique nationale : 3377

Du lundi au vendredi de 9h à 19h - les mardi et jeudi de 14h à 17h

3 rue Lafayette, 33000 BORDEAUX

Tél. : 05 56 01 02 18

Mél. : [almagironde.oareil@orange.fr](mailto:almagironde.oareil@orange.fr)

## POPULATIONS SPÉCIFIQUES

### ASSOCIATION SOS SURDUS

Pour les personnes sourdes et malentendantes

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 ET HORAIRES

La Maison des Associations - 81 rue Saint Roch, 31031 TOULOUSE

Mél. : [sossurdus31@gmail.com](mailto:sossurdus31@gmail.com)

Le mardi de 21h à 23h et le jeudi de 10h à 12h

Webcam ou Tchat : [www.sos-surdus.fr](http://www.sos-surdus.fr)

## SOLITUD'ÉCOUTE

## LES PETITS FRÈRES DES PAUVRES

Personnes de plus de 50 ans

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 ET HORAIRES

Gratuit, anonyme et confidentiel, 7j/7 de 15h à 20h  
Tél. : 0 800 47 47 88

## SOS HELP

Personnes anglophones vivant en France

SOS Help offre un 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 quelques-uns des problèmes douloureux soulevés par leurs appelants.

### CONTACT ET HORAIRES

7j/7 de 15h à 23h,  
Tél. : 01 46 21 46 46 (prix d'un appel local)

## CROIX-ROUGE ÉCOUTE LES DÉTENUS

Le CRED est une ligne spécifique d'écoute à destination des personnes détenues.

### CONTACT ET HORAIRES

Numéro transmis sur demande et par convention avec le Ministère de la Justice (gratuit)  
En semaine de 10h à 18h30 en semaine, le samedi de 14h à 18h  
Tél. : 01 44 43 11 00

## COLLECTIF GAY AND GREY

Écoute dédiée aux personnes LGBT de 55 ans et plus, ayant pour objectif de rompre leur isolement, et leur permettre de mieux vivre à la fois leur âge et leur sexualité.

### CONTACT ET HORAIRES

Les mardi et jeudi de 16h à 18h  
Tél. : 01 44 93 74 03 (prix d'un appel local)

## LIGNE AZUR

Dispositif de soutien et d'information pour toute personne qui se pose des questions sur son orientation sexuelle et/ou son identité de genre, et/ou victime d'homophobie. Ligne Azur propose aussi ce service aux proches et aux professionnels qui seraient sollicités ou en lien avec une personne en difficulté.

### CONTACT ET HORAIRES

Anonyme et confidentiel, 7j/7, de 8h à 23h

Tél. : 0 810 20 30 40 (prix d'un appel local)

Contact possible sur : <https://www.ligneazur.org/poser-ma-question/> (réponse sous 48h)

## SOS HOMOPHOBIE

Service d'écoute téléphonique nationale pour les personnes victimes ou témoins, d'actes ou de discriminations lesbophobes, gayphobes, biphobes ou transphobes.

### CONTACT ET HORAIRES

Anonyme

Du lundi au vendredi de 14h à 16h - le samedi de 14h à 16h et le dimanche de 18h à 20h

Tél. : 01 48 06 42 41

Tchat le jeudi de 21h à 22h30 et le dimanche de 18h à 19h30 (hors jours fériés)

Sur : [sos-homophobie.org/chat](https://sos-homophobie.org/chat)

## POUR ALLER PLUS LOIN ...

---

### LIENS UTILES

---

- Info dépression : <http://www.info-depression.fr>
- Info suicide : <http://www.infosuicide.org>
- Union Nationale de Prévention du Suicide : <http://www.unps.fr>
- Conduites Suicidaires : <http://www.conduites-suicidaires.com>
- Centre de ressources en suicidologie (CRES) : <http://www.cresuicidologie.fr>
- Groupement d'Etudes Prévention du Suicide (GEPS) : <https://www.geps.asso.fr>
- Programme PAPAGENO : <https://papageno-suicide.com>

### GUIDES, PLAQUETTES ET RAPPORTS

---

- Rapports annuels et veille stratégique de l'Observatoire National du Suicide : <https://drees.solidarites-sante.gouv.fr/etudes-et-statistiques/la-drees/observatoire-national-du-suicide-ons/article/l-observatoire-national-du-suicide-ons>
- Bulletin de Santé Publique- Nouvelle Aquitaine – Conduites Suicidaires 2019 : <https://www.nouvelle-aquitaine.ars.sante.fr/bulletin-de-sante-publique-bsp-nouvelle-aquitaine-fevrier-2019-conduites-suicidaires>
- Recommandations de bonnes pratiques professionnelles de l'Agence nationale de l'évaluation et de la qualité des établissements et services sociaux et médico-sociaux (ANESM) - « Prise en compte de la souffrance psychique de la personne âgée : prévention, repérage, accompagnement » 2014 : [https://www.has-sante.fr/jcms/c\\_2836216/fr/prise-en-compte-de-la-souffrance-psychique-de-la-personne-agee-prevention-reperage-et-accompagnement](https://www.has-sante.fr/jcms/c_2836216/fr/prise-en-compte-de-la-souffrance-psychique-de-la-personne-agee-prevention-reperage-et-accompagnement)
- Vademecum « Repérer et orienter les élèves en situation de souffrance psychique ». Guide édité par le Ministère de l'éducation nationale et de la jeunesse. 2019 : [http://clsm-ccoms.org/wp-content/uploads/2019/05/Vademecum\\_repere-orienter-eleve-souffrance-psychique\\_WEB.pdf](http://clsm-ccoms.org/wp-content/uploads/2019/05/Vademecum_repere-orienter-eleve-souffrance-psychique_WEB.pdf)
- Prévention du suicide : l'état d'urgence mondial – Rapport 2014 de l'Organisation Mondiale de la Santé : [http://www.who.int/mental\\_health/suicide-prevention/world\\_report\\_2014/fr/](http://www.who.int/mental_health/suicide-prevention/world_report_2014/fr/)
- Dossier « troubles dépressifs » d'Ameli-santé (CPAM) : <http://www.ameli-sante.fr/troubles-depressifs/depression-definition.html?xtmc=d%C3%A9pression&xtcr=1>

- Fiches prévention proposées par l'Association Phare Enfants-Parents. Les différentes situations et les signes de mal-être sont traités sous forme de fiches thématiques. Chacune d'elles fournit des informations et des conseils pour comprendre et agir : <http://www.phare.org/>
- Guide méthodologique sur la conduite à tenir en cas de suicide d'un salarié sur son lieu de travail réalisé par VIES 37 (Vivre et Intervenir Ensemble face au Suicide) : [https://drive.google.com/file/d/1lgXUYjMeZWCKHU3i\\_g9ilGiIJZrtTca/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1lgXUYjMeZWCKHU3i_g9ilGiIJZrtTca/view?usp=sharing)
- Plan National de prévention du suicide 2016-2020 de la Mutualité Sociale Agricole (MSA) : <https://ssa.msa.fr/wp-content/uploads/2018/12/Plan-National-MSA-de-Prevention-du-suicide-2016-2020.pdf>
- Les minorités sexuelles face au risque suicidaire. Acquis des sciences sociales et. Perspectives. Guide réalisé par l'INPES/ Santé Publique France. Nouvelle édition 2014 : [https://www.santepubliquefrance.fr/content/download/121901/file/154364\\_1291.pdf](https://www.santepubliquefrance.fr/content/download/121901/file/154364_1291.pdf)



Pour toutes questions ou informations concernant le PROJET PRÉVENTION DU RISQUE SUICIDAIRE, vous pouvez contacter :

SECRÉTARIAT PROJET PRS  
ASSOCIATION RÉNOVATION

Tél. : 05 57 22 48 72

Mél. : [secretariat-prs@renovation.asso.fr](mailto:secretariat-prs@renovation.asso.fr)

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.

## ASSOCIATION RÉNOVATION

68 rue des Pins Francs, 33200 BORDEAUX  
Mél. : [direction-generale@renovation.asso.fr](mailto:direction-generale@renovation.asso.fr)  
Tél. : 05 56 02 00 31

Plus d'informations sur :  
[www.renovation.asso.fr](http://www.renovation.asso.fr)

