



● Agence Régionale de Santé
Auvergne-Rhône-Alpes



ORSPERE SAMDARRA

Observatoire Santé mentale, Vulnérabilités et Sociétés

**PERMANENCES TÉLÉPHONIQUES
NATIONALES ET EN RÉGION
AUVERGNE-RHÔNE-ALPES
GRATUITES ET CONFIDENTIELLES
COVID-19**

∞ ÉCOUTE ET RENSEIGNEMENTS

- Le **Ministère des solidarités et de la santé** propose un numéro national : **0.800.130.000** (7j/7, 24h/24) ;
- **La Croix-Rouge Française** propose une écoute chaleureuse et rassurante, tenue par des bénévoles formés à l'écoute : **09.70.28.30.00** (7j/7, 8h-20h) ;
- **Solitud'Ecoute** (Les Petits Frères des Pauvres) propose une écoute les plus de 50 ans : **0.800.47.47.88** (7j/7, 15h-20h) ;
- **SOS Amitiés** propose une écoute bienveillante : 09.72.39.40.50 (7j/7, 24h/24) / 01.46.21.46.46 (7j/7, 15h-23h) en anglais ;
- **SOS surdus soutien** (écoute, conseil, information et orientation des personnes sourdes) est disponible sur Skype : sos.surdus (webcam, chat, vidéo) ; par messages privés sur Facebook : SOS Surdus (webcam, chat, video) ; sur Instagram : sossurdus ; et par mail : sossurdus31@gmail.com (7j/7, 10h-23h).

∞ POUR LES PERSONNES AVEC UN RISQUE SUICIDAIRE OU CONFRONTÉES AU SUICIDE ET LEUR ENTOURAGE

- **SOS Suicide Phénix** écoute des personnes en souffrance psychologique ou confrontées au suicide et de leur entourage : **01.40.44.46.45** (7j/7, 13h-23h) ;
- **Suicide écoute** propose une écoute anonyme et sans jugement : **01.45.39.40.00** (7j/7, 24h/24).

∞ POUR LES PERSONNES AYANT DES PROBLÉMATIQUES DE SANTÉ OU DE SANTÉ MENTALE ET LEURS PROCHES

- **Autisme info services** : **0.800.71.40.40** (lundi, mardi, jeudi et vendredi, 9h-13h ; mercredi : 18h-20h) ;
- « **Écoute familles** » (**Unafam**) propose une ligne d'écoute, d'information, d'orientation et de soutien psychologique pour les proches de personnes confrontées aux troubles psychiques, tenue par des psychologues : **01.42.63.03.03** (du lundi au vendredi, 9h-13h/14h-18h [jusqu'à 17h les vendredis]) ;
- **Sida info services** : **0.800.840.800** (7j/7, 8h-21h) ;
- **Terra Psy** propose un accompagnement psychologique par téléphone en français, anglais, arabe, italien et espagnol : **0.805.383.922** (du lundi au vendredi, 9h-12h30/13h30-17h).

∞ POUR LES PERSONNES AYANT DES PROBLÉMATIQUES D'ADDICTIONS

- **Alcool info services** : **0.980.980.930** (7j/7, 8h-20h) ;
- **Drogues info services** : **0.800.23.13.13** (7j/7, 8h-20h) ;
- **Écoute cannabis** : **0.980.980.940** (7j/7, 8h à 20h) ;
- **Joueurs infos services** : **09.74.75.13.13**, (7j/7, 8h-20h).

∞ POUR LES ENFANTS, LES ADOLESCENTS ET LEURS PARENTS OU ÉDUCATEURS

- « **Allo écoute ados** » : **0.800.506.692** ; **06.12.20.34.71** (du lundi au samedi, 17h-20h) ;
- « **Allo parents bébés** » (écoute, soutien, orientation) : **0.800.003.456** (du lundi au vendredi, 10h-13h/14h-18h) ;
- « **Allo parents confinés** », la **Fédération nationale des Écoles des parents et des éducateurs** propose aux parents, aux jeunes et aux professionnels, d'échanger avec des psychologues et des professionnels de l'accompagnement parental : **0.805.382.300** (du lundi au samedi, 10h-22h) ;
- **Enfance et Covid** (écoute, accompagnement et soutien), pour les parents, les futurs parents, les professionnels de l'enfance et l'école à la maison : **0.805.827.827** (7j/7, 10h-18h) ;
- **Fil santé jeunes**, pour les 12-25 ans : **0.800.235.236** (7j/7, 9h-13h/14h-18h) ;
- « **Tous mobilisés** », pour les familles avec un enfant en situation de handicap : **0.805.035.800** (du lundi au samedi, 9h-17h).

∞ POUR LES PERSONNES VICTIMES DE VIOLENCES FAMILIALES ET CONJUGALES

- **France victimes** est un numéro national d'aide aux victimes : **116.006** (7j/7, 24h/24) ;
- **Allo 119** est le service national d'accueil téléphonique de l'enfance en danger : **119** (7j/7, 24h/24) ;
- **Violences femmes info** est un numéro d'écoute national dédié aux femmes victimes de toutes formes de violences, ainsi qu'à leur entourage et aux professionnels concernés : **39.19** (du lundi au samedi, 9h-19h).

∞ POUR LES PERSONNES ENDEUILLÉES

- « **Empreintes, accompagner le deuil** » propose une écoute, un soutien, de l'information pour les particuliers et les professionnels : **01.42.38.08.08** ;
- « **Mieux traverser le deuil** » propose une écoute pour les personnes endeuillées à partir d'une plate-forme : <https://mieux-traverser-le-deuil.fr> (7j/7, 24h/24).

∞ POUR LES PROFESSIONNELS DE SANTÉ

- L'**association Soins aux professionnels de santé** propose une écoute pour les professionnels de santé, les soignants, les personnels du sanitaire et du médicosocial : **0.805.23.23.36** (7j/7, 24h/24) ;
- L'**Ordre des médecins** propose un numéro unique destiné à l'écoute et à l'assistance de l'ensemble des professionnels de santé : **0.800.288.038** (7j/7, 24h/24).
- Une **cellule d'urgence médico-psychologique (Cump)** est active dans chaque département. Elle répond via le Centre 15 et oriente en lien avec les acteurs locaux.

EN RÉGION AUVERGNE-RHÔNE-ALPES

∞ POUR LES PERSONNES AYANT DES PROBLÉMATIQUES DE SANTÉ OU DE SANTÉ MENTALE ET LEURS PROCHES

- L'association **Espairs**, constituée de pairs-aidants professionnels en santé mentale, propose une ligne de soutien téléphonique : **04.26.73.87.99** (du lundi au vendredi, 8h30-12h30).
- Le **Centre psychothérapeutique de l'Ain (01)** propose un soutien psychologique ou social en lien avec le Covid-19 et ses conséquences sur la santé mentale : **04.74.52.24.40** (du lundi au vendredi, 9h30-17h30) ;
- Le **Centre hospitalier universitaire de Saint-Étienne (42)** propose des lignes téléphoniques d'écoute, à destination des patients et de leurs familles : **04.77.82.96.82** (7j/7, 9h-16h30) ;
- Le **Centre hospitalier le Vinatier (69)** propose la ligne téléphonique *Live* (« ligne infos Vinatier écoute »), dédiée aux personnes concernées, leurs familles, les partenaires sanitaires, médico-sociaux et sociaux : **04.37.91.55.99** (7j/7, 8h-20h) ;
- Le **Centre hospitalier spécialisé de la Savoie (73)** propose une ligne d'écoute et d'orientation pour la population de Savoie, centrée sur le mal-être psychique lié à la période actuelle (confinement, Covid-19) : **04.79.60.31.00** (du lundi au vendredi, 9h-16h30) ;

∞ POUR LES PROFESSIONNELS DE SANTÉ

- Le **réseau Aide aux soignants d'Auvergne-Rhône-Alpes (Asra)** propose une plateforme d'écoute et d'orientation, mise en place par des médecins : **0.805.62.01.33** (7j/7, 24h/24) ;
- L'association des **psychologues de l'Ain (01)** propose un soutien téléphonique : **04.74.22.04.31** (7j/7, 7h-23h) ;
- Le **Centre Hospitalier de Moulins (03)** propose une écoute pour les professionnels de l'hôpital : **04.70.35.78.02** (7j/7, 8h-20h) ;

- Le **Centre Hospitalier de Montluçon (03)** propose une écoute pour les professionnels de l'hôpital : **04.70.02.36.82** (du lundi au vendredi, 9h30-12h30/14h-16h) ;
- En lien avec la **Cump 15 (15)**, une écoute est proposée aux soignants au **04.71.46.46.53** (du lundi au vendredi, 10h-17h) ;
- Le **Centre hospitalier universitaire de Saint-Étienne (42)** propose des lignes téléphoniques d'écoute à destination des soignants : **04.77.82.96.96** (7j/7, 9h-16h30) ;
- Les **établissements Sainte-Marie Haute-Loire (43)** proposent une cellule psychologique à destination de l'ensemble des professionnels de santé de Haute-Loire : **04.71.07.55.46** (du lundi au vendredi, 9h-17h) ;
- La **Cump 63 (63)** propose une permanence téléphonique : **04.73.75.41.01** (7j/7, 9h-20h) ;
- Le **Centre hospitalier le Vinatier (69)** propose *Help*, un dispositif d'écoute pour les professionnels de l'hôpital : **04.81.92.56.99** (du lundi au vendredi, 9h-17h) ;
- Le **Centre Hospitalier de Saint-Cyr au Mont d'or (69)** propose une écoute téléphonique pour les professionnels du GHT ainsi les professionnels du médico-social pour le secteur : **04.72.42.19.80** (du lundi au vendredi, 9h-12h/13h30-16h30) ;
- Les **psychologues du Change (74)** proposent un soutien psychologique par téléphone : **04.56.49.74.34** (7j/7) ;
- L'**EPSM 74 (74)** propose un soutien aux professionnels : **06.84.47.39.86**.

Ce document recense les permanences téléphoniques (de manière non exhaustive) qui ont été proposées dans le contexte de la crise sanitaire. Veuillez noter qu'il ne recense pas toutes les permanences qui existaient avant et qui continuent leur activité. Si vous considérez qu'une information est erronée ou manquante, contactez-nous : orspere-samdarra@ch-le-vinatier.fr

Pour plus d'information : <http://www.psycom.org/Actualites/Lignes-d-ecoute-et-de-soutien-actives-pendant-l-epidemie-de-Covid-19>

Sources : **Psycom, Ireps Auvergne-Rhône-Alpes, Orspere-Samdarra**