

Dépression, mal-être : prévenir et s'en sortir

1. NUMEROS D'ECOUTE ET DE SOUTIEN	1
2. LIEUX D'ECOUTE, D'ACCUEIL ET DE SOINS POUR JEUNES EN DIFFICULTES.....	2
3. LIEUX D'ECOUTE ET DE PAROLES POUR PARENTS RENCONTRANT DES DIFFICULTES AVEC LEURS ENFANTS.....	3
4. ADRESSES UTILES	4

1. NUMEROS D'ECOUTE ET DE SOUTIEN

Les numéros cités dans ce chapitre correspondent à des centres d'appels qui écoutent, informent et conseillent les personnes en souffrance. Ces numéros sont la plupart du temps gratuits.

Aide aux victimes

Tél. 0 810 09 86 09 ou 08 suivi du mot « victime » sur votre clavier
Pour joindre une association d'aide aux victimes

Croix Rouge Ecoute

Tél. 0 800 858 858
Anonyme, confidentiel et gratuit à partir d'un poste fixe – 7j/7j
Du lundi au vendredi de 10 h à 22 h
Du samedi au dimanche de 12h à 18 h
Soutien psychologique à toutes formes de détresse : conflits familiaux, états de dépendance, solitudes, violences...

Drogues Info Service

Tél. 0 800 23 13 13
7j/7j - 24h/24h
Appel avec un portable au coût d'une communication ordinaire :
Tél. 01 70 23 13 13
www.drogues.gouv.fr
Ecoute et soutien pour les usagers

Ecoute alcool

Tél. 0 811 91 30 30
7j/7j de 14h à 2h
Des infos, des conseils, du soutien pour que l'alcool ne soit plus un cauchemar
www.drogues.gouv.fr

Ecoute cannabis

Tél. 0 811 91 20 20
Coût d'un appel local depuis un poste fixe
Des réponses aux questions, de l'aide, voire même une prise en charge thérapeutique en cas de besoin.
www.drogues.gouv.fr

Fil Santé Jeunes

Tél. 0 800 235 236
Tous les jours de 8h à minuit
Anonyme et gratuit
Des réponses aux questions par des psychologues, médecins, juristes...
www.filsantejeunes.fr

Ligne azur

Tél. 0 810 20 30 40
Anonyme et confidentiel.
Lundi, mercredi et vendredi de 14h à 19h - mardi et jeudi de 17h à 22 h (coût d'une communication locale).
Des réponses pour ceux et celles qui se posent des questions sur leur identité sexuelle et qui se sentent un peu perdu(e)s.

SOS Amitié

Rouen : Tél. 02 35 03 20 20
Le Havre : Tél. 02 35 21 55 11
www.sos-amitie.com
Anonyme – 24h/24h
Ecoute de toutes les personnes en désarroi dans le but de leur faire prendre du recul pour retrouver le goût de vivre

SOS Suicide Phénix

Tél. 0825 120 364 (n° national)
3, place Danton
76600 Le Havre
Tél. 02 35 43 24 25
Permanence le mercredi de 18h30 à 21h30 et le samedi de 17h00 à 20h00.
Espace « parole » confidentiel en groupe ou en individuel.

SOS Violence

Tél. 0 810 50 60 18
Aide, soutien, orientation et conseils aux personnes qui appellent pour des problèmes de bizutages, rackets, etc.

Suicide Ecoute

Tél. 01 45 39 40 00
Anonyme (7j/7j - 24h/24h).
Dialogue avec des bénévoles qui écoutent et soutiennent les personnes directement ou indirectement en relation avec le suicide.

2. LIEUX D'ECOUTE, D'ACCUEIL ET DE SOINS POUR JEUNES EN DIFFICULTES

Les associations recensées dans ce chapitre, sont des centres d'écoute, de consultations, de diagnostic et de soins. Ces centres reçoivent gratuitement, sans conditions d'accès particulières restrictives.

Les jeunes y trouveront des professionnels de la santé et du secteur social qui les aideront à « sortir » de leur souffrance physique et/ou psychique.

D'autres lieux et personnes ressources constituent par ailleurs des supports d'aide :

- psychologues scolaires et universitaires,
- assistantes sociales,
- missions locales.

Vous trouverez leurs coordonnées dans les pages jaunes de l'annuaire.

Seine Maritime

76720 AUFFAY

Centre médico psycho-pédagogique
Henri Wallon
Les Mésanges
1 rue du 8 mai 1945
Tél. 02 35 32 38 27

76340 BLANGY SUR BRESLE

Centre médico psycho-pédagogique
Henri Wallon
6 rue Montand
Tél. 02 32 97 56 20

76360 BARENTIN

Centre médico-psychopédagogique
Sévigné
13 rue Offenbach
Tél. 02 35 91 18 18

76380 CANTELEU

Centre médico psycho-pédagogique
Sévigné
Maison des services publics
6 ancienne route de Duclair
Tél. 02 35 36 37 79

76160 DARNETAL

Centre médico psycho-pédagogique
Binet
Association AMPER
Rue du 19 mars 1962
Tél. 02 35 08 23 83

76200 DIEPPE

Hôpital de Jour de la MGEN
Avenue Pasteur
Tél. 02 32 14 75 61
Consultation spécialisée (psychiatrie, hôpital de jour)

76200 DIEPPE

Centre médico psycho-pédagogique
Henri Wallon
3 rue de l'Abattoir
Tél. 02 32 90 52 60

76220 GOURNAY EN BRAY

Centre médico psycho-pédagogique
Binet - Association AMPER
Rue Charles Gervais
Tél. 02 35 90 16 79

76600 LE HAVRE

Maison de l'adolescent
14-16 rue Gabriel Péri
Tél. 02 32 74 27 30
www.ville-lehavre.fr
Accueil des 13/20 ans en souffrance psychologique, somatique ou psychiatrique.

76600 LE HAVRE

Association Accueil Ecoute Parents
Enfants
150 rue Maréchal Joffre
Tél. 02 35 25 00 00

76290 MONTIVILLERS

Point écoute parenthèse
12 rue Giroit - Tél. 02 35 30 95 00

76600 LE HAVRE

Maison du Patient
Hôpital Flaubert
55 bis rue Gustave Flaubert
Tél. 02 32 73 37 30
Du lundi au vendredi de 9h00 à 12h00 et de 14h00 à 17h00

76770 LE HOULME

Centre médico psycho-pédagogique
Sévigné
25 rue du 8 Mai
Tél. 02 35 76 03 47

76150 MAROMME

Centre médico psycho-pédagogique
Sévigné
Espace Charle Nicolle
13 place de l'Eglise
Tél. 02 35 74 45 75

76570 PAVILLY

Centre médico psycho-pédagogique
Sévigné
Ecole Jean Maillard
9 rue Vadet
Tél. 02 35 92 03 46

76140 LE PETIT QUEVILLY

L'Aire de Famille
Comité d'Action et de Promotion Sociale (CAPS)
12 rue Gaston Donnette
Tél. 02 35 72 65 01
Lundi de 9h à 12h et jeudi de 14h à 17h

76000 ROUEN

Centre médico psycho-pédagogique
Sévigné
252 boulevard Jean Jaurès
Tél. 02 32 10 76 50

76000 ROUEN

Centre médico psycho-pédagogique
Binet
Association AMPER
21 rue Jean Lecanuet
Tél. 02 35 70 72 04

76000 ROUEN

Ecoute Ado - Accueil 83
16 bis rue Bouquet
Tél. 02 35 88 19 66

76100 ROUEN

Ecoute Ado
106 rue Lafayette
Tél. 02 35 62 93 31

76000 ROUEN

Unité d'accueil pour adolescents
Hôpital de jour de la MGEN
25 rue Saint Maur
Tél. 02 32 08 17 40
Consultation spécialisée (psychiatrie, hôpital de jour)

76000 ROUEN

La Porte Ouverte
22 rue d'Urville
76000 Rouen
Tél : 02 35 70 67 03
Accueil du mardi au vendredi de 14h à 19h – samedi de 14h à 17h
Antenne également au centre social St-Vivien – 10 place St-Vivien : accueil le lundi et vendredi de 9h à 12h

76000 ROUEN

Centre d'accueil et de soins psychiatriques Saint-Exupéry
272 route de Darnétal
Tél. 02 35 07 40 40

76000 ROUEN

Centre de Lutte contre l'isolement et le suicide
20 rue du Bac
Tél. 02 35 88 57 62
Accueil et consultations pour adultes

76000 ROUEN

France Dépression Normandie
Permanences téléphoniques le lundi, mardi et jeudi de 14h à 18h.
Entretien d'information personnalisé et confidentiel sur rendez-vous à la Maison Saint-Sever 12 rue Saint-Julien (Rouen rive gauche) tous les vendredis de 14h à 19h.

Groupe de parole le 1er mercredi et le 3ème lundi de chaque mois de 19H à 21H

Ouvert aux majeurs uniquement

76300 SOTTEVILLE LES ROUEN

Centre hospitalier spécialisé du Rouvray

4 rue Paul Eluard

Tél. 02 32 95 12 34

76470 LE TREPORT

Centre médico psycho-pédagogique Henri Wallon

87 ter rue Alexandre Papin

Tél. 02 27 28 07 07

Eure

27000 EVREUX

ADISSA de l'Eure

10 rue Chartraine

Point accueil écoute jeunes

Tél. 02 32 62 89 20

Consultations anonymes, gratuites et confidentielles pour les 10/25 ans.

Antennes aux Andelys, Bernay, Breteuil, Damville, Louviers, Nonancourt, Rugles, Val-de-Reuil, Verneuil sur Avre, Vernon.

3. LIEUX D'ECOUTE ET DE PAROLES POUR PARENTS RENCONTRANT DES DIFFICULTES AVEC LEURS ENFANTS
--

Les organismes cités dans ce chapitre assurent un accueil par des personnes qualifiées garantissant la confidentialité des échanges.

Selon les lieux il est proposé :

- des permanences pour informer et orienter,
- des entretiens pour une écoute individuelle,
- des groupes de discussion pour échanger, partager et réfléchir sur les difficultés rencontrées avec les adolescents.

Eure

27300 BERNAY

Centre médico-psychologique

5 rue Anne de Ticheville

Tél. 02 32 45 63 00

27520 BOURGTHEROULDE - INFREVILLE

Centre médico psychologique

Place Jacques Rafin

Tél. 02 35 87 00 33

27160 BRETEUIL SUR ITON

Centre médico psychologique

230 rue du Général Leclerc

Tél. 02 32 34 78 34

27190 CONCHES EN OUCHE

Centre médico psychologique

1 rue Flandres

Tél. 02 32 30 24 52

27000 EVREUX

La Bouée

Immeuble Cyprès

3-5 rue Michelet

Tél. 02 32 28 21 52

Ecoute au 02 32 28 34 31

labouee@wanadoo.fr

27000 EVREUX

ADISSA de l'Eure

10 rue Chartraine

Tél. 02 32 62 89 20

Consultations anonymes, gratuites et confidentielles pour les parents rencontrant des problèmes avec leurs enfants.

Antennes sur les Andelys, Bernay, Breteuil, Damville, Louviers, Nonancourt, Rugles, Val-de-Reuil, Verneuil-sur-Havre, Vernon.

27000 EVREUX

Point Jeunes

8 rue Chateaubriand

Tél. 02 32 28 37 12

27000 EVREUX

34 rue Rugby

Tél. 02 32 28 80 62

27000 EVREUX

14 rue de l'Horloge

Tél. 02 32 31 03 02

27000 EVREUX

Centre médico psycho-pédagogique

Victor Hugo

2 rue Dulong

Tél. 02 32 39 03 65

27000 EVREUX

Centre hospitalier spécialisé Navarre

Rue Saint-Louis

Tél. 02 32 33 80 00

27000 EVREUX

Centre médico psychologique

Rue Saint-Louis

Tél. 02 32 33 80 00

27400 LOUVIERS

Centre médico psychologique

73 rue de Beaulieu

Tél. 02 32 50 29 88

27110 LE NEUBOURG

Centre médico psychologique

16 place du Maréchal Leclerc

Tél. 02 32 35 13 80

27130 VERNEUIL SUR AVRE

Centre médico psychologique

566 rue de la Madeleine

Tél. 02 32 32 35 96

27200 VERNON

Centre hospitalier

5 rue du Docteur Burnet

Tél. 02 32 53 66 00

Seine-Maritime

76600 LE HAVRE

Association écoute parents enfants

150 rue Maréchal Joffre

Tél. 02 35 25 00 00

76290 MONTIVILLIERS

Espace parents

Maison de la solidarité et du citoyen

Cour Saint Philibert

Tél. 02 35 30 96 42

76200 DIEPPE

Pause Parents

Association du Foyer Duquesne

Accueil : 02 35 84 04 58

Ecoute téléphonique : 02 32 90 96 48

76500 ELBEUF

Le Lieu dit

Point accueil parents

13 rue du général de Gaulle

Tél. 02 35 78 92 95

76500 ELBEUF

Point écoute parents

CCAS - Service prévention spécialisée

72 rue Guynemer

Tél. 02 35 81 17 30

76140 LE PETIT QUEVILLY

L'aire de famille

Comité d'action et de promotion sociale

12 rue Gaston Donnette

Tél. 02 35 72 65 01

LE TRAIT

Association Prévenir Relier Ecouter

Mission locale

Ecole Flaubert

Rue Pierre Leroux

Tél. 02 35 37 49 14

76000 ROUEN

Espace parents

Association Les Nids

28 rue de Crosne

Tél. 02 35 15 09 23

Espace.parents@wanadoo.fr

4. ADRESSES UTILES

Inspection académique de la Seine-Maritime

5 place des Faïenciers
76037 Rouen Cedex

Service d'action sociale en faveur des élèves

Tél. 02 35 58 49 78

Aide les élèves et leur famille à faire face aux difficultés : scolaires, familiales, personnelles, matérielles et administratives

Service médical / infirmier en faveur des élèves

Tél. 02 35 58 48 32

Accueil, écoute ou examen des enfants et des adolescents par des médecins. Orientation si nécessaire vers des structures de soins appropriées.

Réseaux d'Ecoute, d'Appui et d'Accompagnement des Parents (REAAP)

UDAF

22 rue de l'Hôpital
76043 Rouen Cedex

Dominique Vandebussche

Animateur coordonnateur

Tél. 02 32 08 16 32

Regroupement et coordination sur Rouen, le Havre et Dieppe de partenaires concernés par l'accompagnement des parents. Financement d'actions (journées thématiques, échanges, rencontres...).

Sources : CRES / DRASS / CIDJ

Le CRIJ gère un grand nombre d'informations. Comme tout centre de documentation il est dépendant de ses sources. Des erreurs ou des oublis peuvent tromper notre vigilance. Merci de ne pas nous en tenir rigueur et de nous le signaler le cas échéant.