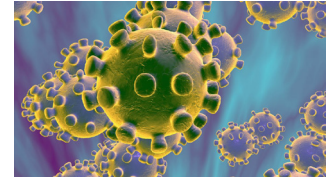


Plateformes gratuites d'écoute et soutien psychologique en ligne COVID-19 - CONFINEMENT

Pour le personnel soignant



- **Psy pro Lyon**

Dispositif permanent de prise en charge psychiatrique sur rdv.

Prise de rdv par téléphone au **04 72 43 33 10** ou par mail : secmed@psypro-lyon.fr

Consultation médicale (deux psychiatres en secteur 1 et un psychiatre en secteur 2) ou possibilité d'hospitalisation à l'hôpital de jour. Prise en charge à 100% quand hospitalisation dans l'hôpital de jour.

- **Réseau d'Aide aux Soignants d'Auvergne Rhône-Alpes (ASRA)**

Dispositif permanent d'écoute par les pairs

Numéro à composer : **06 805 620 133** ou contact par mail : contact@reseau-asra.fr

- **Soins aux Professionnels en Santé**

24h/24 et 7j/7, des psychologues vous répondent au **0 805 232 336** (n° vert national).

- **Cellule nationale d'écoute destinée aux soignants (ministère de la Santé)**

7j/7, de 8h à minuit. Des psychologues vous répondent au **0 800 73 09 58** (n° vert)

- **INICEA**

Vous êtes soignant et avez besoin de soutien ? Les professionnels INICEA vous proposent une cellule gratuite de soutien psychique. Envoyez un courriel à soutien@inicea.fr et vous serez recontacté dans les 24h (du lundi au vendredi).

- **Le pari de Lacan**

Quiconque souffre dans le confinement peut joindre un psychanalyste au **09 80 80 18 15**

- **PsyForMed**

Plateforme de prise de rdv en ligne (téléphone ou visioconférence) avec un psychologue bénévole.

- **Psychologues solidaires**

Plateforme de prise de rdv en ligne (téléphone ou visioconférence) avec un psychologue bénévole.

- **Psy-solidaires-Covid**

Liste de psychiatres bénévoles proposant des créneaux de téléconsultation.

- **Réseau national du risque psycho-social**

Cette plateforme vous met en relation avec un psychologue, 24h/24 et 7j/7.

N° à composer : **0 805 23 23 36** ou via l'appli Asso SPS

- **Conseil national de l'Ordre des médecins (Cnom)**

N° à composer : **0 800 288 038**

Ce numéro est opérationnel 24h/24 et 7j/7.

Du lundi au samedi 9h à 19h : réponse par des assistantes sociales qui répondent et qui réorientent les PS.

La nuit de 19h à 9h et le dimanche de 9h à 19h : réponse par des psychologues qui répondent et réorientent si besoin.

Pour la population générale

- **Psy pro Lyon**

Dispositif permanent de prise en charge psychiatrique sur rdv.

Prise de rdv par téléphone au **04 72 43 33 10**

ou par mail, à l'adresse suivante : secmed@psypro-lyon.fr

Consultation médicale (deux psychiatres en secteur 1 et un psychiatre en secteur 2) ou possibilité d'hospitalisation à l'hôpital de jour. Prise en charge à 100% quand hospitalisation dans l'hôpital de jour.

- **Terra Psy**

Accompagnement psychologique par téléphone et en urgence.

Entretiens avec un psychologue proposés en français, anglais et arabe, 7j/7 au **0 805 383 922**.

- **LIVE : Ligne info Vinatier écoute**

Accueil téléphonique d'écoute, d'information et d'orientation pour les personnes concernées par la santé mentale : patients, familles, entourage, professionnels de santé du secteur médico-social ou social.

N° à composer : **04 37 91 55 99**, 7j/7, de 8h à 20h ou à l'adresse mail : LIVE@ch-levinatier.fr

- **Santé mentale COVID-19**

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**

Ligne d'appel ouverte du lundi au vendredi de 9h00 à 17h00

- **Centre Psychothérapique de l'Ain**

Accueil téléphonique d'écoute, d'information et d'orientation à destination des personnes concernées par une souffrance psychologique de tout ordre en lien avec le COVID-19 et ses conséquences, tant sur le plan individuel que collectif.

La permanence d'écoute est joignable du lundi au vendredi, de 9h30 à 17h30

par téléphone : **04 74 52 24 40** ou par mail : echo@orsac-cpa01.fr

- **Conseil départemental du Cantal**

Dispositif d'écoute, de soutien et de coordination en direction des cantaliens.

N° : **04 71 46 99 77**, du lundi au vendredi de 8h30 à 12h00 et de 13h30 à 17h30 (16h30 le vendredi)

- **UDAF du Cantal**

Pour lutter contre l'isolement social, l'Udaf a créé une plateforme d'écoute et de soutien accessible du lundi au vendredi midi (L-J : 9h à 12h / 14h à 17h) pour écouter et soutenir les majeurs affectés par la situation de confinement. N° : **04 71 43 53 55**

- **Cogito'z**

Plateforme d'écoute et de soutien au **0 805 822 810**.

- **Psysolidaires.org**

Plateforme de prise de rdv en ligne (téléphone ou visioconférence) avec un psychologue bénévole.

- **SOS Amitié**

Des écoutants bénévoles sont à votre écoute 24h/24 si vous avez besoin de parler pour rompre l'isolement : **09 72 39 40 50**.

- **STOPBLUES**

Des vidéos informent sur le blues, le mal être et la souffrance, leurs signes, leurs causes, les solutions et les aides et actions possibles.

Cellule d'urgence médico-psychologique

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

Victimes de violences physiques, psychologiques, conjugales

- Numéro national d'Aide aux Victimes : **116 006**
- Numéro national d'aide aux femmes victimes de violences et à leur entourage : **39 19**
- Violences intrafamiliales : les victimes peuvent donner l'alerte par SMS : **114**

- Enfant en danger

Sur les heures ouvrables :

Téléphone de la cellule de recueil d'informations préoccupantes : **04 72 61 72 62**

Mail : enfance-endanger@rhone.fr

Les Maisons du Rhône suivantes sont joignables également par téléphone :

- . Villefranche : 04 74 65 85 85
- . Tarare : 04 74 05 36 20
- . Chaponost : 04 37 54 43 80
- . L'Arbresle : 04 74 72 08 40

En dehors des heures ouvrables : appeler le **119**

- En cas d'urgence, appelez le **17**
- **Plateforme de signalement des violences**

Pour les violences sexistes et sexuelles