

Dispositifs de soutien psychologique / COVID 19

En cette période de confinement, voici des informations sur des dispositifs de soutien psychologique à destination de différents publics.

A destination des personnes porteuses de souffrances psychiques et leurs aidants

UNAFAM d'Indre et Loire

Permanences téléphoniques maintenues **du lundi au vendredi de 10 h à 18 h**

au **02 47 64 43 79**

ou via 37@unafam.org

A destination des publics précaires, sans droit, à la rue



L'Equipe Mobile Psychiatrique Précarité Exclusion (EMPPE)

Personnes en **situation de vulnérabilité sociale** (précarité et exclusion) **à la rue relevant du droit commun** présentant des troubles psychiques

Soutien aux acteurs de première ligne (professionnels et bénévoles)

Permanences téléphoniques du lundi au vendredi de 9h00 à 17h00.

Tél: **02 34 37 96 08**

Courriel: emppe@chu-tours.fr

Permanence d'Accès aux Soins de Santé en Psychiatrie (PASS Psy)

Pour toute personne qui, du fait de sa situation sociale, familiale, matérielle, est **en difficulté pour accéder aux soins**:

- Les personnes **sans couverture sociale** (totale ou partielle),
- Les personnes **démunies face à la complexité du système de soins**,
- Les personnes **dont les conditions de vie ne leur permettent pas de suivre des traitements réguliers**.

Permanences téléphoniques du lundi au vendredi de 9h00 à 17h00.

Tél : **02 18 37 05 63**

Courriel : passpsy@chu-tours.fr

A destination des étudiants



Service de santé
universitaire

Bureau d'Aide Psychologique Universitaire (B.A.P.U)

Permanence téléphonique pour répondre aux situations psychologiques préoccupantes (risque suicidaire et/ou de décompensation,...) et aux étudiants isolés ou à l'étranger, ou en difficulté avec le confinement.

Le secrétariat est ouvert **9H00 à 17H00** afin d'organiser les **rendez-vous téléphoniques**. Tout étudiant pourra être rappelé sur son portable, en cas de nécessité

Une offre de **soutien psychologique téléphonique** est adressée **aux étudiants en santé et du champ social et médico-social**.

Contact mail: accueil.bapu@apajh37.org

A destination des adolescents et de leur entourage

Espace Santé Jeunes / Point Accueil Ecoute Jeunes 37



En raison des mesures de confinement, la structure est fermée. Toutefois, il est possible de nous contacter par mail ou par téléphone. Différentes permanences sont mises en place :

Permanences d'écoute pour les jeunes

Du lundi au vendredi
De 10h00 à 17h00
Au 02 47 05 07 09

Pour les jeunes de 12
à 25 ans,

Pour les
professionnels,

Pour les parents.

Permanences d'écoute pour les parents

Lundi de 14h00 à 16h00
Jeudi de 10h00 à 12h00
Au 06 51 21 40 50

Cellule psychologique

Tous les jours
De 13h00 à 16h00
Au 06 51 21 40 50

Gratuit,
Anonyme,
Confidentiel

Par mail : espacesante.jeunes37@wanadoo.fr ou au 02-47-05-07-09 pour toutes autres Informations.

Maison des adolescents d'Indre et Loire

Ecoute par téléphone maintenue pour les adolescents et leurs parents via **02 47 22 20 69** du **lundi au vendredi de 10h-12h / 13h30-17h30**.

Les situations reçues au niveau de la permanence téléphonique:

- Adolescent en situation de **forte anxiété**
- Adolescent en **risque suicidaire, ou grand mal-être** qui ne peut pas attendre quelques semaines pour une consultation avec un psychiatre
- **Situation d'urgence d'ordre familial ou autre situation complexe**

Espace santé jeunes 37

Permanences d'écoute maintenues pour les **jeunes** par téléphone du **lundi au vendredi de 14h à 17h** au **02 47 05 07 09** et contact via espacesante.jeunes37@wanadoo.fr

Ecoutes téléphoniques pour les **parents** du **lundi de 14h à 17h** et le **jeudi de 10h à 12h** au **06 51 21 40 50**

A destination des familles ayant un enfant en situation de handicap

Plateforme Tous mobilisés

Via cette plateforme, la Fédération Nationale Grandir Ensemble souhaite **aider les familles ayant un enfant en situation de handicap** dans les tâches du quotidien en proposant de:

- bénéficier de **quelques heures de répit**
- avoir de l'aide pour **faire les courses**
- une **écoute** dans les moments difficiles
- l'organisation de la **garde mon enfant** si mon travail concerne un secteur vital
- échanger et **partager avec d'autres familles**

Contact possible du **lundi au samedi de 9h à 12h et de 14h à 17h** via le **0 805 035 800** (numéro gratuit)

A destination des personnes victimes de violences, d'agressions, de viol, d'infractions pénales

France Victimes 37

Prise de RDV possible avec une **psychologue** pour des **personnes victimes** qui, soit ont subi une **infraction** **durant cette période particulière du confinement**, soit qui **avaient déjà été victime**, qu'elles aient ou non **saisi ce service avant**, mais pour qui le **confinement** aurait réactivé des **anxiétés**.

Interventions également pour **toute urgence liées à ce type de situation**.

Pour prendre rendez-vous **02 47 66 87 33** du **lundi au vendredi, de 10h à 12h et 14h à 16h** ou par mail: francevictimes37@gmail.com

A destination des personnes vulnérables et/ou isolées

Croix-Rouge chez vous écoute et livraison solidaire

En appelant le **09 70 28 30 00**, disponible **7J/7 de 8h à 20h**, les personnes en situation d'isolement social peuvent bénéficier d'une **écoute** et d'un **soutien psychologique**, d'informations sur la situation, et de la possibilité de **commander des produits de première nécessité livrés par des volontaires** de la Croix-Rouge.

L'association VOISINS SOLIDAIRES

En partenariat avec le ministère de la Cohésion des Territoires, AG2R LA MONDIALE et les partenaires de son engagement sociétal, propose un **kit gratuit « Coronavirus : et si on s'organisait entre voisins ? »**. Il a pour objectif d'**aider les habitants à organiser l'entraide (affiche, tract, annuaire des voisins, panneau des voisins)**. Un **mini guide de conseils face au coronavirus**, élaboré par des professionnels de santé, complète le dispositif.

Accès au kit : <https://voisinssolidaires.fr/>

SOS Amitié

Ecoute gratuite 24h sur 24 de toute personne qui a **besoin de parler en tout anonymat et confidentialité**.

Numéro d'appel **09 72 39 40 50**

Messagerie : <https://www.sos-amitie.com/web/internet/messagerie>

A destination des directeurs d'hôpital, directeurs d'établissement sanitaire, social et médico-social et aux directeurs des soins

Syndicat des manageurs publics de santé

Numéro vert d'aide et d'accompagnement psychologique : **0 800 203 007** opérationnel, **24h sur 24 et 7 jours sur 7**.

Les principaux objectifs de ce **service individualisé, anonyme et strictement confidentiel**, assuré par des **psychologues cliniciens diplômés** :

- permettre de **prendre du recul** par rapport au contexte actuel,
- aider à **mieux cerner les éléments qui déclenchent le mal-être**,
- aider à **retrouver un meilleur équilibre**,
- **informer, orienter et accompagner** vers des solutions appropriées

A destination des soignants, du personnel des établissements de santé et de leur entourage

L'association Soins aux Professionnels de Santé

Un **numéro vert 24h/24 et 7j/7**, anonyme et confidentiel, accessible **aux professionnels, aux étudiants et leur entourage**.

Numéro vert : **0 805 23 23 36**

Psychologues Solidaires

Téléconsultations gratuites pour **TOUS les soignants** en ressentant le besoin.

La plupart des psychologues présents ont des techniques complémentaires pour vous accompagner au mieux (TCC, Hypnose, sophrologie, relaxation, méditation...)

Les consultations sont possibles par visio (Skype, Whatsapp, Hangout, Doctolib...), téléphone, mail.

Prise de contact sur site : <https://psychologues-solidaires.fr/>

A destination de tous

Fédération Française de Psychothérapie et de Psychanalyse

Ecoute gratuite par des **psychopraticiens** pour toute personne rencontrant des difficultés liées à la situation de confinement.

Voici les **contacts des psychopraticiens sur le 37** :

- ASSELINEAU Brigitte : 06 82 93 14 96
- BELDA-FILLION Dominique : 06 21 19 34 09
- BORDIER Marie-Noëlle : 02 47 93 98 79
- DELAHAIE Gaëlle : 06 64 76 18 81
- GIBERT DUPUY Anne : 06 28 40 20 81
- RIOS Anne : 06 98 07 52 04

Plateforme « Espace Ecoute psy 37 »

L'association Hébé en partenariat avec l'association Lékartan lance la Plateforme "Espace Ecoute Psy 37". Elle rassemble un collectif de professionnels, psychiatre, psychologues, psychothérapeute et éducateur spécialisé. Cette démarche est destinée:

- à la population générale du département de l'Indre-et-Loire ne pouvant bénéficier d'autres espaces dédiés
- aux professionnels des secteurs sociaux et médico-sociaux
- aux institutions par mail espace.ecoute.psy37@gmail.com

Il ne s'agira pas de consultations psychothérapeutiques, mais d'un espace d'écoute confidentiel, de veille et d'apaisement psychologique qui facilitera des orientations si besoin et en fonction des difficultés.

Une astreinte, via une [chatbox](#), sera active du lundi au vendredi de 9h à 17h.

Conseils de psychologues

Eline et Alexis, **psychologues** au sein de la Clinique psychiatrique universitaire (CPU) du 37, vous proposent chaque semaine des **vidéos explicatives** et **des fiches de synthèse pour préserver votre humeur et gérer son anxiété** pendant le confinement.

Page Facebook :

