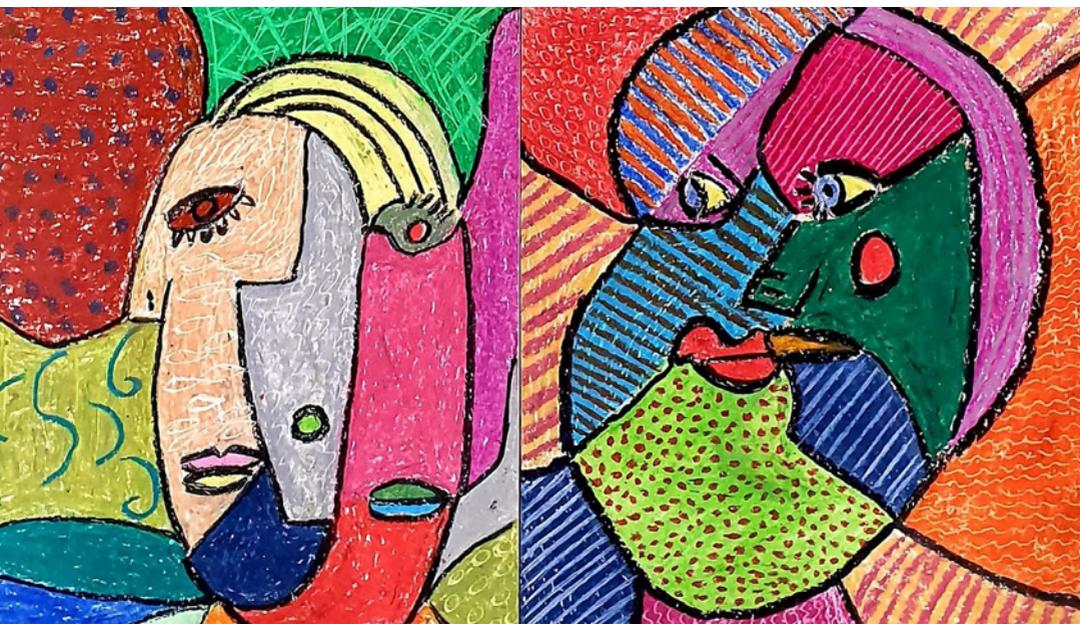
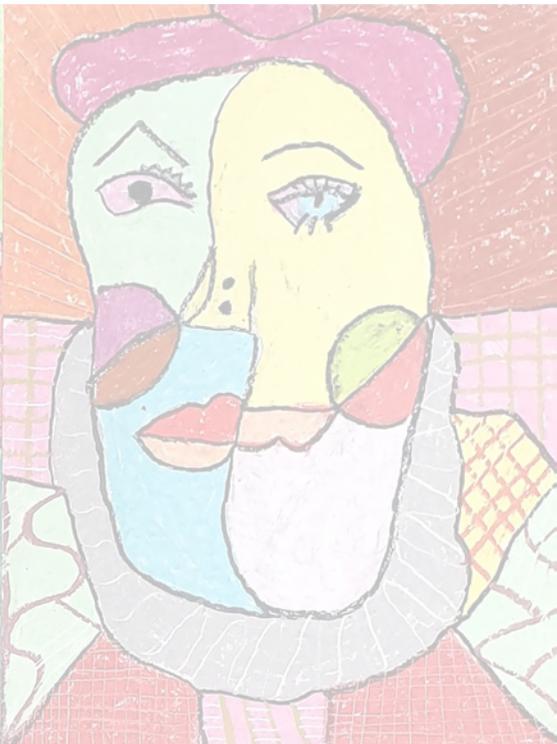




Santé Mentale le guide



Comprendre le mal-être, mieux l'accompagner
et orienter toute personne en souffrance psychologique



Edito



**Johanna
Rolland**

**Maire de la Ville
de Nantes**

Toutes les évolutions de notre société ont un impact majeur sur la santé mentale de celles et ceux qui la composent. A l'heure de cette crise sans précédent que nous traversons, les villes comme la nôtre vont devoir s'appuyer sur des politiques publiques inclusives et solidaires si elles veulent vraiment sortir de cette crise par le haut, c'est-à-dire en veillant à ne laisser personne sur le bord du chemin, du fait de leur isolement ou de leur situation de précarité.

Nantes a mesuré cet enjeu depuis plusieurs années, comme l'atteste l'existence de son Conseil local en santé mentale. Elle a aussi été l'une des premières collectivités à signer un Contrat Local de Santé afin d'agir concrètement. Pour son 2ème Contrat local de santé signé en 2019, de nouveaux engagements ont été pris en la matière, en lien avec le développement de nouveaux partenariats. Car c'est le travail conjoint réalisé par l'ensemble des actrices et acteurs de terrain qui peut nous permettre d'avancer sur ces sujets complexes, à l'image de ce Guide en santé mentale qu'ils ont co-construit.

Ce Guide a été pensé à la fois pour les professionnels, les associations et les citoyens, les femmes et hommes, les mobiliser au quotidien pour comprendre et détecter la souffrance psychique afin qu'elle puisse être prise en charge. Il permet en outre de trouver facilement les lieux-ressources à Nantes, que ce soit pour se soigner, s'entraider ou être accompagné. Je salue cette initiative qui s'inscrit dans l'ambition qui est la mienne de faire de la santé mentale un indicateur efficient pour mesurer le bien-être dans notre ville.

Edito

Philippe
El Saïr

Directeur général
CHU de Nantes

Avec la crise sanitaire et les différents confinements, la santé mentale est devenue une préoccupation majeure en France, tant de nombreuses personnes sont touchées, quels que soient les âges. L'isolement, le stress, la précarité sont autant de facteurs impactant.

Cette préoccupation, à Nantes, nous la partageons. Pour autant, ce n'est pas un phénomène nouveau, bien que la crise ait amplifié les problèmes de santé mentale. C'est pour cela qu'à Nantes, nous agissons collectivement depuis de nombreuses années en faveur de l'intégration dans la cité des personnes souffrant de troubles psychiques, avec le CHU mais aussi différents acteurs associatifs et bailleurs sociaux. Dès 1995, la mise en place d'un réseau en santé mentale a posé de solides fondations. En 2015, la création d'un Conseil Local en Santé Mentale a permis de franchir un nouveau cap en matière de concertation et de coordination.

Pensé pour les professionnels, les associations et les citoyens, ce guide-annuaire est le résultat d'un travail de co-construction entre acteurs. Il illustre la force de nos engagements. Outre ses objectifs pratiques, permettant à chacune et chacun de comprendre et détecter la souffrance psychique afin qu'elle puisse être prise en charge, il permet aussi de trouver facilement les lieux ressources nantais, pour tous les âges, qu'il s'agisse de lieux de soins, de lieux d'accompagnement ou de lieux d'entraide.

Ce travail permet de porter un nouveau regard sur la santé mentale, en développant une approche territoriale.

Sommaire

Lorsque notre santé mentale nous joue des tours !

Comprendre la santé mentale, repérer ses souffrances psychiques pour mieux orienter vers une solution de soins adaptée **p.07**

Petit dico de quelques troubles psychiques

Pour mettre des mots sur les maux **p.09**

Qui sont les professionnels en santé mentale ?

Se repérer parmi les psy et autres professionnels du soin et du rétablissement **p.11**

Prises en charge et organisation des parcours des soins et du rétablissement

Des solutions diversifiées accessibles à toutes et à tous, pour tous les âges **p.13**

Le rétablissement

Un parcours de réhabilitation personnalisé, pour et avec la personne en souffrance **p.15**

Que faire face à une personne en crise ?

Attention ! la crise n'est pas forcément violente, repérer les signes d'alerte est donc important **p.16**

Annuaire des lieux de soins, d'accompagnement et d'entraide

Une offre de services pour tous les âges **p.19**

Et si on changeait d'air !

Quelques idées nantaises pour maintenir ou retrouver un équilibre psychique satisfaisant **p.28**

Liens utiles

..... **p.29**

Lexique

..... **p.09**

Lorsque notre santé mentale nous joue des tours !



Comme la santé physique, nous disposons toutes et tous d'une santé mentale. Comme le corps, celle-ci évolue au fil du temps et peut être tourmentée jusqu'à déclencher une maladie psychique.

La santé mentale trouve son équilibre dans les différents aspects de la vie quotidienne

Dès le plus jeune âge, l'équilibre mental de chaque personne est façonné avec sa part d'émotions, de rencontres affectives et amicales, de relations sociales, familiales et professionnelles. La santé mentale trouve aussi son équilibre dans nos projets, notre environnement et selon nos conditions de vie. De nombreux paramètres impactent donc notre santé mentale et peuvent la fragiliser.

Dès lors que le quotidien devient pesant, toute personne peut avoir besoin d'une aide psychologique

De nombreux signes, sensations ou mots, peuvent alerter d'une souffrance psychique comme :

- ★ vivre avec une fatigue constante sans raison précise,
- ★ se dire « ça va passer » mais une souffrance sourde reste en soi,
- ★ ne plus avoir envie de parler, ni de sortir,
- ★ avoir des angoisses répétées, des sautes d'humeur brutales,
- ★ se sentir comme « envahi par des émotions »,
- ★ manquer d'intérêts pour ce qui animait le quotidien,
- ★ ne plus avoir envie d'aller à l'école

Autant de petits signes qui s'empilent, paralysent et empêchent de vivre un quotidien satisfaisant et supportable, et dont la personne en souffrance a souvent honte.

« Posséder une bonne santé mentale, c'est parvenir à établir un équilibre entre tous les aspects de sa vie : psychique, psychologique, spirituelle et sociale ». OMS (Organisation mondiale de la santé)

Vigilance ! Tous les âges sont concernés



Dès l'enfance, des symptômes peuvent surgir

(fatigue, cauchemars, maux de ventre, agitation...).

S'ils ne sont pas repérés et traités, ces symptômes peuvent perturber les apprentissages, la confiance et l'estime de soi. **En parler très tôt à votre médecin généraliste, à l'infirmière ou au médecin scolaire, permet une prise en charge précoce et des solutions rapides.**



L'adolescence peut être une période d'angoisses et de mal-être avec des répercussions sur les études et les relations sociales. Ce mal-être peut aussi engendrer des consommations de substances, un isolement dans les jeux vidéos... **Attention à ne pas tout mettre sur le dos de la crise d'adolescence !**

Les jeunes adultes rencontrent également des situations anxiogènes générées

par les études supérieures, la recherche d'un stage ou d'un premier emploi, des difficultés financières... **Autant de facteurs qui peuvent très vite submerger et entraîner un mal-être psychique quotidien.** Il est important d'en parler à un professionnel de santé.



La vie d'adulte, seule ou en couple, avec ou sans enfants,

apporte aussi son lot d'inquiétudes, de fatigue, de performances à relever, des fins de mois difficile, de la solitude... multiples facteurs qui influent négativement sur la santé mentale et affaiblissent. **Ne pas s'enfermer dans le « ça va passer » ou le regard des autres, se faire aider est important.**



L'arrivée de la retraite, avec la sensation désagréable

« d'être mis sur le côté », de se sentir vieillir et la perspective du grand âge sont des moments qui peuvent être difficiles. Cette prise de conscience du vieillir peut installer un mal-être avec une solitude non choisie et un repli sur soi. **En parler à son entourage, à son médecin, où se rapprocher d'une association nantaise peut aider à vivre ce cap.**

Petit dico de quelques troubles psychiques

www.psycom.org

Anxiété et troubles phobiques

L'anxiété est un état mental de troubles et d'agitation, avec un sentiment d'insécurité indéfinissable, une peur sans objet. La personne peut ressentir des angoisses fortes avec des signes somatiques d'oppression. Les troubles phobiques s'assimilent à une peur irrationnelle déclenchée par un objet ou une situation n'ayant pas, en eux-mêmes, de caractère dangereux. Cette peur, ou la menace ressentie, est en général liées à la personnalité et à l'histoire de la personne.

Troubles dépressifs

La dépression se manifeste par une humeur triste, une perte d'intérêt pour toute activité et une baisse de l'énergie. Les autres symptômes sont une diminution de l'estime de soi et de la confiance en soi, une culpabilité injustifiée, des idées de mort et de suicide, des difficultés à se concentrer, des troubles du sommeil et une perte d'appétit. La dépression peut aussi s'accompagner de symptômes somatiques¹.

Troubles bipolaires

Le trouble bipolaire est un trouble de l'humeur se caractérisant par une variation anormale de l'humeur avec une alternance de périodes d'excitation et de dépression, voire de mélancolie profonde, entrecoupées de périodes de stabilité. D'où le terme « bipolaire ». L'intensité et la durée des épisodes d'excitation et de dépression varient d'une personne à l'autre, mais aussi

au cours de la vie d'une même personne.

Troubles addictifs

Les troubles addictifs regroupent : alcoolisme, toxicomanies, tabagisme et addictions comportementales (ex : jeu, internet, nourriture). Les substances psychoactives à risque de dépendance (alcool, tabac, drogues, etc.) agissent sur le circuit de récompense du cerveau, mais les addictions peuvent mener à d'autres troubles psychiques comme notamment la dépression.

Schizophrénie

La schizophrénie est une pathologie psychiatrique caractérisée par un ensemble de symptômes très variables. Les plus impressionnants sont les délires et les hallucinations, mais les plus invalidants sont le retrait social et les difficultés cognitives². La schizophrénie peut avoir un impact important sur l'adaptation sociale et entraîner une grande souffrance chez la personne et ses proches. Elle touche environ 600 000 personnes en France. Les troubles débutent entre 15 et 30 ans et évoluent sur la vie entière.

¹. symptômes qui touchent le corps (mal de dos, raideurs aux épaules, maux de ventre...)

². qui concerne l'acquisition des connaissances

Risque suicidaire

Le risque suicidaire est associé au départ à une fragilité psychique qui se manifeste à travers différents indicateurs comme : l'anxiété, la tristesse, la fatigue, l'irritabilité, l'agressivité, les troubles du sommeil, un sentiment d'échec, d'inutilité, de dévalorisation, l'impuissance à trouver des solutions à ses problèmes, des troubles du comportement alimentaire, des troubles addictifs, l'isolement

Le suicide est avant tout l'expression d'un mal-être psychique.

Reconnaître les trois types de facteurs de risque

- **les facteurs primaires tels que** : les troubles psychiques (notamment la dépression et la schizophrénie), une dépendance (alcoolisme, drogues), l'impulsivité, antécédents familiaux...
- **les facteurs secondaires comme** : des pertes parentales précoces, un isolement social et affectif (notamment le veuvage), des difficultés financières et professionnelles (endettement, chômage, mauvaises conditions de travail), des événements de vie stressants (conflits relationnels, admission en maison de retraite ou à l'hôpital, une maladie somatique invalidante, la maltraitance psychique et/ou physique).
- **les facteurs tertiaires** : en fonction de l'âge et du sexe. Il y a trois fois plus de suicides aboutis chez les hommes que chez les femmes.



Troubles des comportements alimentaires (TCA)

Si se nourrir est une fonction vitale, se nourrir comporte aussi une dimension psychologique, affective et sociale. Cet équilibre est parfois difficile à trouver et peut se traduire par des troubles du comportement alimentaire aux conséquences graves comme l'anorexie et la boulimie.

Troubles des comportements chez l'enfant et l'adolescent

Passer de l'enfance à l'âge adulte implique de grands bouleversements. Les émotions sont intenses et l'état psychique change rapidement. Des symptômes de troubles psychiques peuvent apparaître à cet âge et disparaître ensuite, ou pas (idées noires, angoisse et épuisement, isolement dans les jeux vidéos, etc... Il peut être difficile de prendre conscience de sa propre.

Les professionnels en santé mentale

www.psycom.org

Qui sont-ils ?

La ou le psychiatre

C'est un médecin qui a effectué 10 ans d'études en faculté de médecine. 6 années communes en médecine, suivies de 4 ans de spécialisation en psychiatrie, comprenant un enseignement théorique et des stages. Le psychiatre peut poser un diagnostic, prescrire des médicaments, des examens et des soins, décider d'une hospitalisation et rédiger des certificats médicaux. Il peut aussi prescrire des traitements non médicamenteux comme la relaxation, des séances de sport, de l'ergothérapie, etc.

La ou le pédopsychiatre

C'est un pédiatre qui s'est spécialisé dans la santé mentale des jeunes. Après avoir obtenu son diplôme de médecin, il a suivi une formation de deux ans en psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent. Il suit exclusivement des enfants jusqu'à 16 ans, voire 21 ans, ce qui lui permet d'avoir des connaissances plus approfondies des problèmes de santé mentale rencontrés durant cette période de la vie. Le pédopsychiatre peut recevoir l'enfant seul, les parents seuls, ou bien l'enfant et ses parents ensemble.

La ou le psychanalyste

Le titre de psychanalyste n'a pas de reconnaissance légale. Selon les usages, une personne peut le revendiquer à condition d'avoir elle-même suivi une psychanalyse et

une formation dans un organisme privé. Il reçoit la personne en analyse pour des séances régulières pendant plusieurs mois ou plusieurs années.

La psychanalyse est une thérapie par la parole. En général, la personne en analyse est allongée sur un divan pour parler, le psychanalyste se plaçant en retrait pour écouter et poser des questions. Il existe de nombreuses écoles de psychanalyse et autant de pratiques. Certains psychiatres et psychologues sont également psychanalystes.

La ou le psychothérapeute

Il n'existe pas de diplôme de psychothérapeute mais un titre. Une personne peut utiliser le titre de psychothérapeute lorsque sa formation et son expérience répondent aux exigences fixées par l'Etat en 2010 telles que "L'inscription sur le registre national des psychothérapeutes (...) est subordonnée à la validation d'une formation en psychopathologie clinique de 400 heures minimum et d'un stage pratique d'une durée minimale correspondant à cinq mois (...). L'accès à cette formation est réservé aux titulaires d'un diplôme de niveau doctorat donnant le droit d'exercer la médecine en France ou d'un diplôme de niveau master dont la spécialité ou la mention est la psychologie ou la psychanalyse".

Spécialisé en psychothérapie, le psychothérapeute peut être psychiatre, médecin non psychiatre, psychologue ou psychanalyste (à condition de détenir un master), ayant complété si nécessaire sa formation initiale.

La ou le psychologue

Le psychologue a suivi 5 ans d'études théoriques et pratiques. Il est titulaire d'un diplôme universitaire de troisième cycle en psychologie. Il est spécialiste des pensées, des émotions et des comportements humains. Grâce à ses connaissances, il propose les psychothérapies auxquelles il a été formé pour soutenir une personne lorsqu'elle rencontre des difficultés mettant en danger sa santé mentale. Il est habilité à faire passer des tests et à évaluer des aptitudes, les centres d'intérêts, la personnalité ou l'intensité d'un symptôme telle que l'anxiété.

L'infirmier / l'infirmière

L'infirmier ou l'infirmière a une formation théorique et pratique de 3 ans après le bac, validée par un diplôme d'État.

Il assure un soutien psychologique important, via la relation de confiance et d'aide nouée avec la personne. Il est aussi en contact avec les professionnels impliqués dans le suivi du patient à l'extérieur de l'établissement, par exemple médecin généraliste ou spécialiste, aide à domicile, psychologue, tuteur, assistant de service social. L'infirmier / l'infirmière peut aussi exercer auprès de patients non hospitalisés. Il participe à leur suivi médical et leur insertion sociale et peut, dans certains cas, réaliser des visites à domicile.

Tout professionnel de santé a obligation d'enregistrer son diplôme en Préfecture. Pour savoir si votre médecin ou spécialiste en santé mentale est inscrit.

Contactez l'ARS Pays de la Loire

☎ 02 22 54 89 95

✉ ars-pdl-contact@ars.sante.fr



Prises en charge et organisation des soins



Votre médecin généraliste, 1^{er} interlocuteur de proximité

Le médecin généraliste est en général la première personne qui peut vous aider. Il est en mesure de reconnaître les symptômes d'un trouble psychique naissant, d'expliquer la maladie, de prescrire un traitement médicamenteux mais aussi de vous recommander vers un spécialiste.

La prise en charge et l'organisation des soins peuvent se faire :

- ✿ en établissement public ou privé
- ✿ Il est aussi possible de consulter des spécialistes en extérieur (en secteur privé libéral)
- ✿ mais également au sein d'associations de soins en santé mentale

Soins et suivi en établissement public (hôpital) ou privé (clinique)

- ✿ les consultations et les soins sont pris en charge par la Sécurité sociale (Caisse primaire d'assurance maladie)
- ✿ le suivi des soins peut avoir lieu à domicile, en ambulatoire, mais également dans le cadre d'une hospitalisation

Chez soi ou en extérieur, les soins peuvent aussi être dispensés dans un centre médico-psychologique (CMP), un centre d'accueil à temps partiel (CATTP), en hôpital de jour, en centre d'accueil et de crise

En hospitalisation, l'équipe de soins est pluridisciplinaire : psychiatres, pédopsychiatres (psychiatres pour enfants et adolescents), psychologues, infirmiers ou infirmières, orthophonistes, psychomotriciens, travailleurs sociaux, ergothérapeutes, aides-soignants ...

Soins et suivi en secteur privé libéral

- ✿ les consultations se déroulent en cabinet privé et sur rendez-vous
 - ✿ les praticiens sont psychologue, psychiatre, psychothérapeute...
 - ✿ Les honoraires des consultations sont libres. Seules les consultations de psychiatre sont prises en charge par la sécurité sociale mais dans des proportions variables.
- ⚠ Attention il peut y avoir un dépassement d'honoraires que les mutuelles peuvent compléter.**

Soins et suivi par des association Nantaises gratuites

Ces associations se composent de professionnels (psychiatre, psychologue, infirmière, addictologue...) et/ou de bénévoles formés sur le sujet de la santé mentale.

Vous trouverez leurs coordonnées à partir de la page 18



Le rétablissement

Un parcours de réhabilitation personnalisé, pour et avec la personne en souffrance.

Le CRESERC du CHU de Nantes

Centre Réfèrent en Soins d'Éducation thérapeutique et de Remédiation Cognitive

Le CreSERC propose des soins de réhabilitation pour les personnes vivant avec une fragilité de santé psychique et qui peut être source de difficultés de fonctionnement dans leur vie quotidienne. Les soins sont complémentaires aux soins courants de secteur public ou de psychiatrie libérale.

La personne en souffrance est d'abord accueillie sur différents temps pour évaluer, avec elle, ses difficultés, ses besoins, mais aussi ses propres ressources et ses compétences. A l'issue de ses rencontres, une offre de soins ou d'accompagnement personnalisée est proposée. Ce peut être : des programmes d'éducation thérapeutique afin de mieux connaître ses troubles et de mieux les gérer, ou bien des soins visant à améliorer les troubles cognitifs ou les interactions sociales, ou encore un programme concernant le retour à une vie active, et des initiatives de soutien entre pairs.

Ce parcours est mené par une équipe pluridisciplinaire de médecins psychiatres, infirmiers ou infirmières, psychologues spécialisés en neuropsychologie, et de pairs-aidants.

Nul besoin d'être adressé par un médecin.

☎ **02 44 76 68 77** pour une première consultation | 🌐 www.chu-nantes.fr

PAGO

Association Pair-Aidance du Grand-Ouest

L'association rassemble, représente et promeut les pair-aidants en santé mentale du Grand-Ouest. Elle crée du lien, propose de l'information et de la formation sur la pair-aidance et les troubles psychiques. Elle accompagne les projets des adhérents (y compris artistiques).

PAGO fait aussi entendre la voix de la pair-aidance à tous les niveaux d'entrée du système de santé et de lutte contre la stigmatisation des personnes vivant avec des troubles psychiques.

✉ pagrandouest@gmail.com | 🌐 www.pagrandouest.wordpress.com

Réhabilitation psychosociale

Ensemble d'approches, d'outils, de programmes, de démarches, de politiques de santé visant à aider les personnes souffrant de troubles psychiques à se rétablir, c'est-à-dire à obtenir un niveau de vie et d'adaptation à la société satisfaisant au regard de leurs attentes.

Que faire face à une personne en crise ?

La "crise" n'est pas forcément violente

Reconnaître les signes d'alerte permet d'anticiper la crise et d'adopter un comportement particulier pour protéger la personne en souffrance, mais aussi se protéger soi-même et l'entourage.

Quels signes, quels comportements, peuvent alerter ?

- ✿ un abattement extrême. La personne est prostrée, ne s'alimente plus, son logement est dans un désordre extrême, voire malpropreté ...,
- ✿ une violence de la personne envers elle-même (tentative de suicide, automutilation...), envers autrui ou son environnement matériel,
- ✿ des propos incohérents,
- ✿ un délire, des hallucinations, une agitation anormale,
- ✿ une angoisse ou une souffrance psychique extrême, un état dépressif intense ...

Urgence en psychiatrie

« Il y a urgence à partir du moment où quelqu'un se pose la question d'intervention, qu'il s'agisse du patient, de l'entourage ou du médecin, l'urgence nécessite une réponse rapide et adéquate de l'équipe soignante afin d'atténuer le caractère aigu de la souffrance psychique». (Référence : Circulaire du 30 juillet 1992 relative aux urgences psychiatriques.)



Quels comportements de protection adopter, sans créer une situation de confrontation ?

Evitez de...

- ✿ contredire brutalement,
- ✿ critiquer sa façon de voir, imposer votre avis,
- ✿ chercher à lui prouver qu'il ou elle a tort,
- ✿ faire des commentaires dévalorisants, vous moquer,
- ✿ minimiser ses angoisses ou ses phobies,
- ✿ faire preuve d'agacement, couper la parole,
- ✿ donner trop d'informations à la fois,
- ✿ faire des reproches,
- ✿ hausser la voix, menacer.

Efforcez-vous de ...

- ✿ comprendre que l'agressivité de la personne est due à une altérité de la réalité et qu'il s'agit d'une défense contre l'angoisse,
- ✿ admettre que cette personne perçoit une réalité différente de la vôtre,
- ✿ répéter calmement, prendre en compte la souffrance de la personne,
- ✿ créer un climat rassurant, établir une relation de confiance,
- ✿ reconnaître que la personne ne met pas de mauvaise volonté,
- ✿ faire preuve de patience, accepter sa lenteur.

Si la situation vous semble difficile pour intervenir. Ne culpabilisez pas !

- ◆ Enlevez les objets dangereux et ne cédez pas à la panique,
- ◆ Essayez de créer le calme, de parler doucement,
- ◆ Limitez le nombre de personnes présentes, instaurez le calme,
- ◆ Analysez rapidement le comportement de la personne de manière à pouvoir expliquer si besoin aux secours ce qui se passe.

En cas d'urgence, qui appeler ?

En premier recours

Le médecin de la personne en souffrance
ou SOS médecin 24H/24 – 7J/7

☎ 02 40 50 30 30

Le SAMU

☎ 15

Si danger

Si la personne est violente envers elle ou ses proches, si elle veut mettre fin à ses jours

La POLICE

☎ 17

(mission de protection des personnes)

Donnez le plus d'informations précises sur la personne et la situation pour faire comprendre l'urgence ressentie, ce que vous analysez, éprouvez.



Annuaire des lieux de soins, d'accompagnement et d'entraide



Établissements de soins en santé mentale publics et privés **P.19**

Associations de soins en santé mentale **P.22**

Associations d'accompagnement et de soutien **P.24**

Soutien pour public marqué par l'expérience d'une migration **P.27**

Établissements de soins en santé mentale publics et privés

Services dépendant du CHU de Nantes

Pédopsychiatrie

Diagnostic et soins auprès d'enfants et adolescents présentant des difficultés psychologiques plus ou moins sévères et transitoires adressés par leur médecin traitant

Centre Nantais de la Parentalité (CNP)

Enfants jusqu'à 3 ans

Centre de consultations.

 Hôpital St Jacques, 85 rue Saint-Jacques

 02 28 08 84 90

du lundi au vendredi- 9h-17h

 02 40 84 60 58

Mardi, jeudi et vendredi

SMPIJ Haute Roche

3 - 17 ans

Enfants habitant du centre ville et tout l'est de la ville

 7 rue Haute Roche

 02 53 52 64 64

Centre médico-psychologique (CMP) Pilgrim

Pour les moins de 15 ans

 4 avenue de Millet

 02 40 89 56 45

Centre du développement du Jeune Enfants (C.D.J.E.) du Douet Garnier

3 - 10 ans

Enfants habitant le centre ville de Nantes et tout l'ouest de la ville

 13 rue de Douet Garnier

 02 40 76 21 05

Centre Psychologique du Grand Enfant et de l'Adolescent (C.P.G.E.A.) Samothrace

11 - 17 ans révolus

Enfants habitant le centre ville de Nantes et tout l'est de la ville

 3 avenue de Samothrace

 02 40 59 60 60

Unité espace pour adultes et jeunes en crise

15 - 25 ans

Soins pour adolescents et jeunes adultes présentant des conduites de mise en danger de soi, consultation de prévention sur orientation du généraliste

 Hôpital Saint-Jacques, 85 rue Saint-Jacques

 02 40 84 62 98

Lundi au vendredi

de 8h30 à 17h30

Centre Médico-Psychologique Beaumanoir

+ 18 ans

Habitants de Nantes Ouest, Nord, centre-ville, une partie de Nantes Est, St Herblain, Indre, Couëron.

Consultations de psychiatres, psychologues, soins infirmiers (soins ambulatoires), assistants sociaux pour les personnes qui ont été hospitalisées précédemment et celles adressées par leur médecin traitant.

 16 rue Lamoricière

 02 51 84 38 75

Lundi à vendredi de 8h à 19h

 cmp-beaumanoir@chu-nantes.fr

Centre Médico-psychologique Jules Verne

Habitant de Nantes sud, Ile de Nantes, Nantes est, Ste Luce
Consultations de psychiatres, psychologues, soins infirmiers (soins ambulatoires) assistants sociaux pour les personnes qui ont été hospitalisées précédemment et celles adressées par leur médecin traitant.

 169 A Bd Jules Verne

 02 40 73 18 00

Du lundi au vendredi de 8h à 19h

 cmp-julesverne@chu-nantes.fr

Addictologie

Service qui vient en aide aux personnes souffrant d'un usage excessif de substance (tabac, alcool, médicaments, drogues, produits dopants) ou d'un comportement excessif (alimentation, jeux d'argent ou vidéo, sexe, etc.), ainsi qu'à leur entourage

✉ addictologie@chu-nantes.fr

☎ 02 40 84 61 16

Espace Barbara

15 - 35 ans

Centre de soins ambulatoires en addictologie : addictions comportementales. Consultations médico-psychologiques, hôpital de jour, groupes d'information sur les troubles du comportement alimentaire pour les patients et leur entourage, groupe de parole pour l'entourage des joueurs de jeux vidéo, groupe de thérapie comportementale et cognitive pour le jeu d'argent pathologique et l'addiction sexuelle. Orientation par médecin traitant et courrier individuel

✉ 9 bis rue Bouillé

☎ 02 40 20 66 40

✉ espace.barbara@chu-nantes.fr

Gérontopsychiatrie (ou psychogériatrie)

L'unité de gérontopsychiatrie du CHU de Nantes est une unité intersectorielle alternative à l'hospitalisation. Elle a pour mission de prendre en soin des personnes de plus de 60 ans, souffrant de problèmes psychiques multiformes avec difficultés d'adaptation liés au vieillissement.

✉ 41 rue Curie, Nantes

☎ 02 40 68 66 79



Consultation de victimologie/ psychotraumatisme et cellule d'urgence médico-psychologique (Cump)

Accessible à toute personne ayant vécu un événement violent (qu'il y ait procédure judiciaire en cours ou non).

Pour les traumatismes anciens, la décision de suivi sera prise au regard du motif de la demande, du courrier médical et/ou d'une consultation d'évaluation.

Les patients peuvent être reçus par le psychiatre pour un soutien dans le cadre de la réparation du dommage corporel.

✉ Hôpital Saint-Jacques 85 rue Saint-Jacques

Bâtiment Janet/Ey/Pinel, rez-de-chaussée bas

☎ 02 53 48 25 12

✉ cump@chu-nantes.fr

Centre de référence en soins d'éducation thérapeutique et de remédiation cognitive (Creserc)

Pour les personnes adultes souffrant de dépression, schizophrénie, maladie bipolaire, de troubles anxieux

✉ hôpital saint-Jacques,

85 rue Saint-Jacques

bâtiment Pinel - rez-de-chaussée

☎ 02 44 76 68 77

✉ bp-creserc@chu-nantes.fr

Unité transversale de thérapie familiale

Certaines difficultés psychologiques ou certains troubles psychiatriques ne peuvent être traités efficacement en s'adressant à la seule personne qui en souffre. Il peut être nécessaire d'impliquer toute la famille pour dénouer les conflits. La demande doit être formulée par un écrit commun à toute la famille.

📍 hôpital Saint-Jacques,
85 rue Saint-Jacques
Bâtiment Henry-Ey
☎ 02 40 84 62 59
✉ therapie.familiale@chu-nantes.fr

Urgences médico-psychologiques

Pour une souffrance psychique nécessitant une réponse rapide, adéquate et qui ne peut être reportée, afin d'en atténuer le caractère aigu.

📍 9 quai Moncousu
☎ 02 40 08 33 33
24h/24, 7 jours/7, sans rendez-vous

Hors CHU

Clinique du Parc

Prise en charge des troubles de l'humeur. Hospitalisation et soins en ambulatoire, soins non médicamenteux (méditation pleine conscience, marche active...)

📍 125 rue Paul Bellamy
☎ 02 51 86 07 00
✉ parcnantes@ramsaygds.fr
🌐 www.clinique-duparc.fr

Maison départementale des adolescents

11 - 21 ans

Lieu d'écoute et d'accompagnement pour adolescents de 11 à 21 ans et leur entourage
lundi au samedi de 13h à 18h (fermé le samedi des vacances scolaires)

📍 7 rue Julien-Videment
☎ 02 40 20 89 65
✉ mda@mda.loire-atlantique.fr
🌐 www.mda44.fr

Associations de soins en santé mentale

Centre Médico-psychologique Henri Wallon

Jusqu'à 20 ans

📍 63 rue Marzelle de Gruillaud.
Accueil, écoute et soins auprès des enfants et de leur famille, sous forme de consultations ambulatoires.
Les adolescents peuvent venir seuls.
☎ 02 32 90 52 60

Centre médico-psychologique pour enfants et adolescents (CMPEA)

Enfants | Adolescents

Permet à l'enfant dès son plus jeune âge, à l'adolescent comme à sa famille, de trouver écoute, aide et soins auprès de professionnels de santé. Prise en charge individuelle ou collective.

☎ 02 40 73 74 93
✉ cmpea.coordination@lesapsyades.fr

CSAPA. Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie CJC. consultation jeunes consommateurs

Entretiens individuels sur rendez-vous.
Groupes thérapeutiques proposés.
Entretiens de couple ou de famille.

Les Apsyades CASPA

📍 Nantes Centre Ville,
1, rue Montaudoine
☎ 02 40 73 38 33
📍 Nantes Nord,
54, boulevard Jean XXIII
☎ 02 40 40 97 96

Les Apsyades. Autrement Dit (CJC)

Lieu d'écoute et de consultation de proximité. Des professionnels formés en addictologie reçoivent en entretien individuel, vont à la rencontre des jeunes et de leur entourage afin d'évaluer, prendre en compte, toutes les difficultés en lien avec une conduite addictive.

📍 72 rue de la Bottière

☎ 02 40 52 11 00

✉ autrement-dit@lesapsyades.fr

🌐 www.lesapsyades.fr/psychiatrie/
Autrement-Dit

Centre Psychanalytique de Consultations et de Traitements (CPCT)

Séances gratuites et limitées dans le temps (2 entretiens de consultations et 16 séances de traitement par la parole). Pour personnes en situation de précarité afin de rendre le soin psychique accessible à tous.

Les bénévoles sont psychologues cliniciens orientés par la psychanalyse.

☎ 02 51 13 53 52

Sur rendez-vous.

Centre social spécialisé Solipsy,

Lutte contre l'isolement, accompagnement au mieux-être, prévention du mal-être et du risque suicidaire. Entretiens réguliers de soutien psycho-social, groupes



d'expression et de créativité, accompagnement des personnes endeuillées par le suicide d'un proche par le biais de groupes de parole.

📍 23 rue Adolphe Moitié

☎ 02 40 08 08 10

✉ secretariat@recherche-et-rencontres-nantes.org

Lundi, mardi, mercredi et jeudi de 13h à 19h

Permanences d'accueil du lundi au jeudi de 14h à 18h

🌐 www.recherche-et-rencontres-nantes.org

Ecole des Parents et des Éducateurs de Loire-Atlantique (EPE)

12 - 25 ans

Point Accueil Ecoute Jeunes (PAEJ) assuré par des psychologues avec ou sans rendez-vous

Lundi, mercredi, vendredi 14h-18h

📍 29 rue Romain Rolland

☎ 02 40 35 47 73

✉ epe44@ecoledesparents.org

Le Pas

Accueil et suivi par un psychologue. Consultations sur rendez-vous. Participation symbolique (1 euro par exemple) pour chaque séance.

☎ 06 69 62 01 57

✉ contact@lepas.fr

🌐 www.lepas.fr/les-consultations

OPELIA Consultations Jeunes Consommateurs (CJC)

15 - 25 ans

OPELIA. Accueil adolescents, jeunes, adultes, consommateurs récents et leur entourage pour accompagnement spécifique et de courte durée. La consultation offre au jeune un espace d'échange autour de sa problématique, et facilite, si besoin, une réorientation vers les dispositifs de soins adaptés en fonction de sa situation et de ses attentes.

Consultation sur rendez-vous.

📍 32 quai de Versailles

☎ 06 73 13 10 89

✉ cjcoppelia@oppelia.fr

🌐 www.oppelia.fr/le-triangle-nantes

SAMSAH Ile de Nantes

Service d'accompagnement médico-social pour adultes en situation de handicap psychique. Aide à la gestion de la vie quotidienne, aux démarches administratives d'accès à la formation, à l'emploi, à des activités de loisirs. Soutien à l'inscription dans une démarche de soins. La personne doit bénéficier d'une orientation de la MDPH vers le SAMSAH au titre d'une difficulté psychique.

📍 12 rue Georges Mandel

☎ 02 49 10 88 80

✉ samsah@letape-association.fr

🌐 www.handicap.letape-association.fr

Service de santé des s (SUMPPS)

Etudiants

Des rendez-vous téléphoniques avec un psychologue proposés :

📧 psycho.sumpps@univ-nantes.fr

☎ 02 40 37 10 50 ou 10 69

📍 Maison des services,
110 bd Michelet

✉ accueil.sumpps@univ-nantes.fr

Associations d'accompagnement et de soutien

AAB OUEST

Association Anorexie Boulimie Pour les familles concernées par les TCA (troubles des conduites alimentaires). Accueil, écoute, échange, informations, orientation, groupe de parole mensuel . Permanences téléphoniques

lundi de 18h30 à 20h00

samedi de 10h00 à 11h30

📍 39, rue Félix Thomas

☎ 06 40 42 93 89

✉ aab.ouest@orange.fr

🌐 www.association-anorexie-boulimie-ouest.com

Alcool Assistance Loire-Atlantique

Aide et accompagnement des personnes en difficultés avec l'alcool et de leur entourage

📍 45 Rue Richebourg

☎ 02 40 74 59 83

✉ alcool.assist@wanadoo.fr

Alcooliques Anonymes

Aide aux personnes ayant un problème avec l'alcool et de leur entourage

Permanence téléphonique 24h/24h

📍 49 rue des hauts-pavés

☎ 09 69 39 40 20

✉ www.alcooliques-anonymes@club-internet.fr

ALMA 44

Personnes âgées et/ou adultes en situation de handicap confrontés à une situation de maltraitance.

☎ Permanences d'écoute téléphonique : Lundi et mercredi de 14h à 17h : 02 40 710 710 24h/24h sur répondeur

✉ contact@alma44.fr

☎ N° National : 3977

(écoute 7 jours/7 de 9h à 19h)

🌐 www.3977.fr

Bi Pôles 44

Groupes de parole pour personnes atteintes de troubles bipolaires et l'entourage. Cycles d'information thérapeutique et diététique.

📍 25 Rue Esnoul des Châtelets

☎ 06 86 54 77 64

✉ bipole44@orange.fr

🌐 www.bipoles44.free.fr

Citad'elles

Pour les femmes victimes de violences et leurs enfants

Accueil 7j/7, 24h/24. Ecoute, mise à l'abri, apporte aide globale : médicale, juridique, sociale et aide à la reconstruction. Confidentiel et gratuit.

📍 Immeuble Polaris
8 Bd Vincent Gâche
C5 : arrêt "Fonderies"
Busway 4 : arrêt "Tripode"
Tramway 2 et 3 : arrêt "Vincent Gâche"

☎ 02 40 41 51 51
✉ contact@nantescitadelles.fr
🌐 www.nantescitadelles.fr

Clubhouse

Facilite la réinsertion sociale et professionnelle de personnes fragilisées par des troubles psychiques. Informe les patients, les familles, les entreprises sur les troubles psychiques.

📍 6 rue de Bel Air
✉ nantes@clubhousefrance.org
☎ 09 70 97 16 50

Contact Loire-Atlantique

Lieu ressources dédié aux personnes lesbiennes, gay, bi.e.s, trans, queer, intersexes & +. Informer et orienter le public LGBTQI+ et leur entourage. Favorise le dialogue entre les parents, les ami.e.s. Aide dans l'acceptation de l'orientation souhaitée.

☎ 08 05 69 64 64
📍 3 Rue Dugast Matifeux
✉ 44@asso-contact.org
🌐 www.asso-contact.org/44

Couples et familles Nantes

Conseil conjugal et centre d'information sexuelle et familiale. Entretiens, thérapies, en individuel, en couple ou en famille. Animations, entretiens auprès des jeunes. Centre de conseil conjugal et familial

📍 11 rue Prinquiau
Accueil du lundi au vendredi sur rendez-vous
Secrétariat de 14h à 17h
☎ 02 40 43 83 04
✉ nantes@couplesetfamilles.org

Epsilon

Regroupement de psychologues et de professionnels de l'accompagnement. Groupes thérapeutiques et ateliers de développement personnel. Accompagnement d'équipes, formations. Tarif solidaire en fonction du quotient familial

☎ 06 50 79 96 38
✉ association.epsilon@gmail.com
🌐 www.associationepsilon.com

Groupe d'entraide mutuelle. Le Nouveau Cap

Passerelle entre la maladie psychique et la vie citoyenne. Lutte contre l'isolement des personnes en situation de handicap psychique avec des activités encadrées (ex. cours d'anglais/espagnol, ateliers musicaux, un restaurant, un espace cafétéria)

Accueil de 10h à 18h

☎ 09 50 52 07 27
Ouvert 7j/7
📍 22 rue Marcel Paul
✉ gemnantes@gmail.com
🌐 www.lenouveaucap.org

Groupe d'entraide mutuelle Sud Loire

Des ateliers et moments conviviaux pour les personnes en situation de handicap psychique.

Accueil de 10 à 17h
lundi, mardi, jeudi et vendredi.

📍 1, rue de Nantes aux Sorinières.
☎ 06 71 00 30 89
✉ gem.sudloire@gmail.com

Inter-Faces

Permanences d'information et d'orientation, par des psychologues, pour informer et faciliter l'accès à l'accompagnement psychologique. Entretiens gratuits et ouverts à tous. Sur RDV uniquement.

☎ 06 20 44 50 90

✉ interfaces44@gmail.com

🌐 www.association-interfaces.weebly.com

La R'ssource

16 à 25 ans

Pour les jeunes sans hébergement stable et en risque d'installation dans l'errance. Accueil dans un espace convivial et sécurisant, de l'écoute, de la prévention, de l'information, de l'orientation

Lundi et mardi de 14h à 16h30,

jeudi de 14h à 16h, sans rendez-vous.

✉ 124 Bd Dalby

☎ 02 40 29 01 18

🌐 www.solidarite-estuaire.fr

Les pâtes au beurre

Soutien à la parentalité.

Espace solidaire, gratuit, anonyme, et sans rendez-vous pour évoquer vos préoccupations, trouver ensemble vos propres repères de parents. Pour parents, futurs parents, avec ou sans enfant/adolescent. Accueil par des psychologues, psychomotriciens, psychanalystes et psychiatres.

☎ 02 40 16 06 52

✉ pates.au.beurre@orange.fr

🌐 www.patesaubeurre.fr



Res'PPI (Réseau des Parents Parfaitement Imparfaites)

Soutien à la parentalité.

Collectif de parents bénévoles qui propose des temps de rencontres entre pairs pour partager sur «une parentalité positive». Des rencontres entre-parents, entre-papas, tribus des parents d'ados, tribus des parents solos.

Calendrier sur www.asso-resppi.fr

☎ 06 62 37 19 78

✉ asso.resppi@gmail.com

SAPAD/PREO

Enfants du CM1 à la 3^{ème}

Dispositif d'intervention sur le retrait scolaire anxieux. Il s'adresse à des élèves qui se trouvent dans l'incapacité de se rendre dans leur établissement malgré leur forte volonté d'y accéder et d'y poursuivre leurs apprentissages.

🌐 www.pep-atlantique-anjou.fr

Solidarité Femmes L.A.

Accueil, écoute, soutien et orientation des femmes et/ou leur entourage et organise, si besoin, l'hébergement et la mise à l'abri en urgence.

✉ 9 rue Jeanne d'Arc

Lundi, mercredi, jeudi et vendredi de 9h30 à 17h

☎ 02 40 12 12 40

SOS dépression 44

Toutes personnes angoissées, déprimées et/ou dépressives, confrontées à la solitude et l'isolement. Ecoute téléphonique, groupe de parole par des bénévoles formés à l'écoute.

☎ 02 40 08 25 60

mardi et vendredi de 18h à 20h

Groupes de parole

2^{ème} mercredi du mois

de 18h à 20h

✉ Maison des Associations,

42 Rue des Hauts pavés

🌐 www.sosdepression44.sitew.com

SOS Inceste et violences sexuelles

Dès 15 ans

Écoute, soutien, accompagnement et orientation des victimes de violences sexuelles durant l'enfance.

Permanences d'écoutes téléphoniques et au local (avec ou sans rendez-vous)

 35A rue Paul Bert

Secrétariat : du lundi au vendredi de 09h00 à 17h30

 02 22 06 89 03

 asso@sos-inceste.org

 www.sos-inceste-violences-sexuelles.fr

SOS Surdus

Accueil, écoute, soutien, information et orientation pour personnes sourdes
Plateforme nationale gratuite : Écoute - Emploi - Addiction - Violence
De lundi à vendredi de 10h à 20h
Samedi de 10h à 12h

 Appel direct via le site
www.sos-surdus.fr

Skype : sos.surdus

(webcam + tchat + vidéo)

 sossurdus31@gmail.com

Lundi - mardi - jeudi - vendredi
de 10h à 15h

SURDI INFO

Information, orientation des personnes sourdes ou malentendantes, de leur entourage, des professionnels qui les accompagnent.

du lundi au vendredi de 9h à 19h

 06 13 70 49 77

(téléphone et SMS)

 www.surdi.info.fr

UNAFAM 44

Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques. Accueil, écoute, soutien, accompagnement des familles et l'entourage par l'information et la formation.

 02 51 83 17 73 pour RDV

du lundi au vendredi de 9h à 19h

 5 rue Moquechien

 www.unafam.org/loire-atlantique

Vie Libre contre l'alcoolisme

Entraide, parole, prévention amitié auprès des malades alcooliques

 4 Rue Julien Cholet,

44220 Couëron

 06 33 32 77 3

 www.vielibre.org

Soutien pour public marqué par l'expérience d'une migration

Pour certains patients migrants, issus d'univers culturels différents des modèles occidentaux, des décalages entre un discours médical très complexe et sa perception de la maladie peut générer des malentendus et des difficultés dans la mise en place de soins adaptés et acceptés par le patient.

Médecins du Monde – Programme Mineur.e.s Non Accompagné.e.s

Accompagnement global en santé aux Mineur.e.s Non Accompagné.e.s en recours dans une approche médico-psycho-sociale.

Le programme a pour principe d'informer, orienter et accompagner ces jeunes sur des aspects relatifs aux besoins fondamentaux, à l'accès aux droits et aux soins et le renforcement des capacités des jeunes accompagnés.

Accueil uniquement sur rdv en contactant l'équipe du programme.

✉ mdsnantes@medecinsdumonde.net /

☎ 06 99 89 09 76.

📍 Bat F, Passage de la Poule Noire, (à l'angle de la rue Sanlecque)

Pour les professionnels

CRCT - Consultation ressource en clinique transculturelle

Pour les jeunes, adultes, familles issus d'une migration récente ou marqués par l'expérience de la migration.

Demande de consultation :
du lundi au vendredi de 9h à 19h

☎ 02 51 84 38 75

le demandeur est ensuite appelé par le CRCT

✉ bp-crct@chu-nantes.fr



Et si on changeait d'air ?

Il n'est pas facile de préserver sa santé mentale, de garder un bon moral face aux tensions de la vie. Il existe aussi de multiples petites astuces qui contribuent au mieux être psychique, comme par exemple...

- 🌀 Prendre le temps de se promener dans un jardin public, Nantes offre la possibilité de flâner dans plus de 100 jardins et parcs. Il y a forcément un petit point de verdure et de détente pas loin de chez vous, où accessible par le bus ou le tram, pourquoi pas à vélo. 🌐 www.parcsetjardins.fr
- 🌀 Aller au Musée d'Arts, l'entrée est gratuite notamment pour les moins de 18 ans, demandeurs d'emploi, bénéficiaires du RSA, aux détenteurs de la Carte Blanche,... Gratuit pour tous le 1er dimanche de chaque mois, hors juillet et août, en nocturne le jeudi, de 19h à 21h. 🌐 www.museedartsdenantes.nantesmetropole.fr
- 🌀 Découvrir l'Espace Cosmopolis, lieu d'expositions et de conférences sur les cultures du monde (gratuit) qui propose également des spectacles, des ateliers.
📄 18, rue Scribe | 13h30 - 18h00
- 🌀 Suivre le fil vert du Voyage à Nantes pour une promenade découverte insolite au coeur de Nantes.
- 🌀 Rendre visite à sa maison de quartier. De nombreuses activités sont proposés. N'hésitez pas ! on y trouve souvent idées, conseils et belles rencontres.
- 🌀 Aller au marché proche de chez soi, avec une petite liste de légumes ou de fruits qui vous feraient plaisir.
- 🌀 Vous êtes à la retraite, l'ORPAN propose divers ateliers dans les quartiers nantais.
Accueil du lundi au vendredi : de 9h à 12h et de 14h à 17h
📄 6 place du Port Communeau
☎ 02 40 99 26 00
✉ contact@orpan.fr
🌐 www.orpan.fr

Carte Blanche, pour qui et pour quoi ? et pourquoi pas !

Carte Blanche permet aux personnes à faibles revenus d'accéder à des lieux de culture, au sport et à des loisirs à tarif réduit. Carte blanche permet aussi de bénéficier d'une aide à l'adhésion à une pratique sportive, artistique ou de loisirs à l'année.

Se renseigner et se procurer Carte Blanche :

- ♦ mairie centrale ♦ mairie de quartier ♦ Centre communal d'action sociale
- 🌐 www.metropole.nantes.fr/carteblanche
- ☎ AllôNantes 02 40 41 9000

Liens utiles

www.a2c44.fr

Association coopération coordination handicap psychique de Loire-Atlantique, pour les familles et les professionnels, pour améliorer les parcours et la qualité de vie des personnes en situation de handicap psychique.

Le site propose un guide rigoureux et facile d'accès.

www.crehpsy.com

Le CreHPSy est une structure régionale d'appui et d'expertise (SRAE) dont l'objectif est l'amélioration des parcours et de la qualité de vie des personnes en situation de handicap d'origine psychique et de leurs proches. Propose des informations et des coordonnées de professionnels.

www.santepsy.etudiant.gouv.fr

Propose des consultations gratuites pour les étudiants

www.epsykoi.com

Un site pour les jeunes, développé par des jeunes. Une réalisation collective entre usagers de la psychiatrie, psychologues et vidéastes : déprime, addiction, sentiments de persécution, angoisses.

www.psycom.com

Site d'information très complet et facile d'accès sur la santé mentale, pour comprendre, s'orienter et agir.

www.anxiete.fr

Pour aider à comprendre les différentes pathologies des troubles anxieux, phobies, troubles de paniques, et proposer les soins adaptés.

www.stopblues.fr

Une application développée par l'Inserm pour agir sur le mal-être psychologique

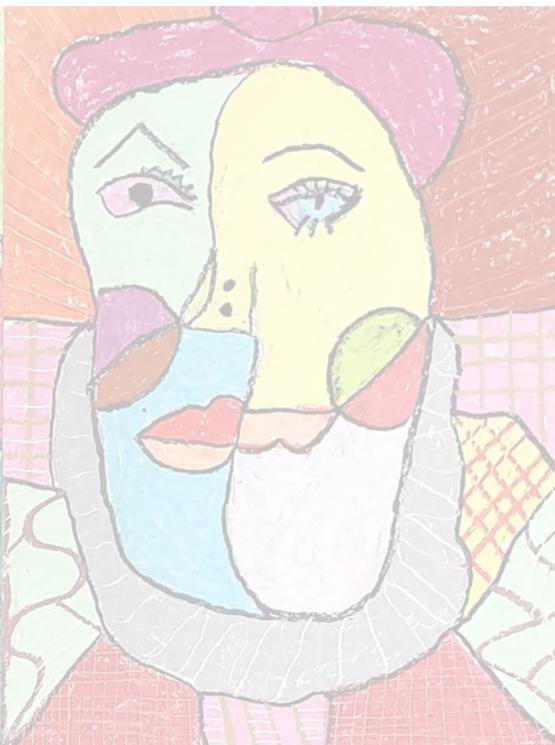
le Guide de l'urgence sociale

www.metropole.nantes.fr/services/egalite-solidarite-sante

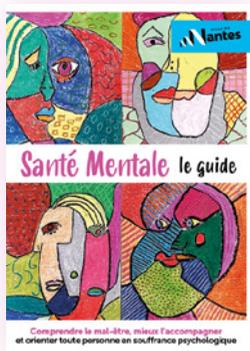


Lexique

| | | | |
|---------------|---|-------------------|--|
| AAH | Allocation adulte handicapé | MDA /MDPH | Maison départementale de l'autonomie / Maison départementale des personnes handicapées |
| AMELI | Assurance maladie en ligne (Caisse primaire d'assurance maladie) | | |
| CAARUD | Centre d'accueil et accompagnement à la réduction des risques pour usagers de drogues | MJPM | Mandataire judiciaire protection des majeurs |
| CATTP | Centre d'accueil thérapeutique à temps partiel | OMS | Organisation mondiale de la santé |
| CCAS | Centre communal d'action sociale | SAMSAH Psy | Service d'accompagnement médico-social pour adultes handicapés psychiques. |
| CHU | Centre hospitalier universitaire | SAVS | Service d'accompagnement à la vie sociale |
| CLSM | Conseil local de santé mentale | SPDD | Soins psychiatriques sur décision du directeur |
| CMP | Centre médico-psychologique | SPDT | Soins psychiatriques à la demande d'un tiers |
| CPAM | Caisse primaire d'assurance maladie | SPDRE | Soins psychiatriques sur décision du représentant de l'Etat |
| CSAPA | Centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie | UDAF | Union départementale des associations familiales |
| ELPP | Équipe liaison psychiatrie et précarité | UMP | Urgences médico-psychologiques |
| GEM | Groupe d'entraide mutuelle | | |
| MDA | Maison départementale des adolescents | UNAFAM | Union nationale des familles et amis des personnes malades et/ou handicapés psychiques |



Santé Mentale le guide



Ce guide en santé mentale est le résultat d'un travail collectif, issu du conseil local en santé mentale de la Ville de Nantes et piloté par la direction de la santé publique.

Ont participé à l'élaboration de ce guide :

- le CHU de Nantes
Saint-Jacques (coordination socio-éducative),
- la Caisse primaire d'assurance maladie (CPAM),
- la Maison départementale des adolescents,
- les associations A2C44, Bi-pôle 44, Confluence sociale, Le nouveau Cap (GEM), les Eaux vives, l'UNAFAM, PAGO-Paire-aidance du Grand Ouest
- le Centre communal d'action sociale de la ville de Nantes



Tout groupe humain prend sa richesse dans la communication, l'entraide et la solidarité visant à un but commun : l'épanouissement de chacun dans le respect des différences. »

(Françoise Dolto, pédiatre et psychotérapeute)

ALL•NANTES 02 40 41 9000
metropole.nantes.fr



Nous contacter

Par courrier postal Hôtel de Ville de Nantes
2 rue de l'Hôtel de Ville - 44094 Nantes Cedex 1
Accueil du public 29 rue de Strasbourg - 44000 Nantes