



CIO Saint-Priest
Centre d'Information et d'Orientation
Service public gratuit de l'éducation nationale

POUR VOUS
DE LA CONFIANCE



CIO. 5 impasse Jacques Brel. 69800 Saint-Priest 04.78.20.89.83 / cio-saint-priest@ac-lyon.fr

LISTE DES PLATEFORMES D'AIDE ET DE SOUTIEN EN LIGNE

Cette liste propose les ressources utiles, selon les problématiques rencontrées par le public. Bien entendu elle est non-exhaustive. Bon nombre de ces ressources ont été trouvées sur le site Psycom.org les recensant sur sa page qui est régulièrement actualisée. Ces ressources sont identifiées par public ou problématique rencontrée par la personne :

- Ecoute et soutien psychologique
- Troubles psychiques
- Prévention du suicide
- Problématique d'addictions
- Violences familiales et conjugales / cyber-harcèlement

Pour toutes situation urgente ou de danger grave et immédiat, il convient de contacter les services de première urgence : la police, la gendarmerie (17 ou 112), les pompiers (18 ou 112), le Samu (15).

Ecoute et Soutien psychologique

Allo Ecoute Ado : Ecoute anonyme et confidentielle pour les adolescents. **06 12 20 34 71** (lundi au samedi 14h-17h). **0 800 506 692** (appel gratuit depuis un poste fixe) ou **06 12 20 34 71** (rappel possible). Site internet : <http://www.alloecouteado.org/>

Fil Santé Jeune : Informations, questions-réponses individualisées, forums, chats dans les domaines de la santé physique, psychologique et sociale des jeunes. **0 800 235 236** (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe) : écoute, information et orientation des jeunes dans les domaines de la santé physique, psychologique et sociale. Ouvert 7j/7 de 8h à minuit. Site internet : <http://www.filsantejeunes.com>

Troubles psychiques

SOS Dépression : Ligne d'écoute gratuite et anonyme du Centre de la Dépression. Numéro anonyme et gratuit géré par les psychologues du centre de la dépression au **07 67 12 10 59**. Mercredis : 14h30 – 16h30 ; Vendredis : 14h30 – 16h30. Site internet : <http://www.sosdepression.org/>

Anorexie Boulimie Info Ecoute : La permanence téléphonique est assurée, de 15h à 18h, par des psychologues (lundi), des associations spécialisées TCA (mardi), des médecins (jeudi), tous les spécialistes, en alternance (vendredi) au **0 810 037 037**. Cette ligne d'écoute téléphonique est gérée par le Réseau TCA Francilien, grâce au soutien de la Fondation de France et de la Mutuelle Générale de l'Education Nationale (MGEN). Site internet : <https://www.ffab.fr/trouver-de-l-aide/permanence-telephonique>

Prévention du suicide

SOS Suicide Phénix : L'écoute et l'accueil s'adressent à « toute personne en détresse qui pense mettre fin à ses jours ou qui soit concerné par la problématique du suicide, dans sa famille ou dans son entourage ». Passerelle entre les personnes en souffrance et l'offre de soin en santé. L'équipe de bénévoles est à l'écoute par téléphone, tous les jours de 13h à 23h au **01 40 44 46 45** (Prix d'un appel local). Appel confidentiel et anonyme. Ou contact par email message à l'adresse présente sur la page "Nous écrire". Site internet : <https://sos-suicide-phenix.org/>

Suicide Ecoute : Suicide Ecoute est membre et fondateur de l'UNPS (Union Nationale pour la Prévention du Suicide). L'association propose une écoute anonyme, apolitique et aconfessionnelle, des personnes en grande souffrance psychologique ou confrontées au suicide et de leur entourage. 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7 sur la ligne d'écoute : **01 45 39 40 00**. Site internet : <https://suicideecoute.pads.fr>

Phare enfants-parents : Prévention du mal-être et du suicide des jeunes. Espace d'accueil et d'écoute (gratuit) pour les parents et les enfants en souffrance, soutien aux parents endeuillés par suicide. **01 43 46 00 62** : écoute des parents et des enfants en difficulté, prévention du mal-être et de l'autodestruction des jeunes, du lundi au vendredi de 10h à 17h. Site d'information et d'orientation contribuant à combattre le mal-être des jeunes : <http://www.phare.org>

Problématiques d'addictions

Drogue info service : Information, soutien, conseil et orientation pour les personnes en difficulté avec l'usage de drogues et pour leurs proches. **0 800 23 13 13** (7j/7 8h-2h). Site internet : <https://www.drogues-info-service.fr/>

Écoute Cannabis : Information, soutien, conseil et orientation pour les personnes en difficulté avec l'usage de drogues et pour leurs proches. 0 980 980 940 ((7j/7 8h-2h). Site internet : <https://www.drogues-info-service.fr/>

Violences familiales et conjugales

Net Écoute : Confrontés à des problèmes sur Internet ? Contacts dangereux, cyber-harcèlement, usurpation d'identité, dépendance aux jeux vidéo, contrôle parental ? **0 800 200 000** (lundi au vendredi 9h-19h). Site internet : <https://www.netecoute.fr/>

119 Allo Enfance en Danger : Le **119** est un numéro national joignable tous les jours de l'année, même la nuit, dédié à la prévention et à la protection des enfants en danger ou en risque de l'être. L'appel est gratuit depuis tous les téléphones : fixes, mobiles, cabines téléphoniques et il n'apparaît sur aucun relevé de téléphone. 45 écoutants, professionnels de l'enfance, se relaient pour répondre aux appels concernant surtout des violences subies par les enfants (violences psychologiques, physiques et sexuelles), notamment au sein de la famille. Le 119 est également contacté pour d'autres problématiques de dangers : fugue, cyber harcèlement, mineurs en errance, dérives sectaires, exposition aux violences familiales, racket, négligence, etc. Peuvent appeler Les enfants confrontés à une situation de risque et de danger, pour eux-mêmes ou pour un autre enfant qu'ils connaissent ; ainsi que les adultes confrontés ou préoccupés par une situation d'enfant en danger ou en risque de l'être : famille proche, famille élargie, voisins, communauté éducative, etc. Site internet : <https://www.allo119.gouv.fr/>

Autres

Empreintes : l'association s'engage pour accompagner adultes, adolescents ou enfants qui traversent une période de deuil. A destination de professionnels ou particuliers souhaitant être écouté, soutenu, informé, orienté en dialoguant avec un accompagnant. Ligne d'écoute téléphonique nationale au **01 42 38 08 08** (service gratuit + prix d'un appel). Contact par mail pour solliciter un rendez-vous téléphonique ou une information à l'adresse suivante : accompagnement@empreintes-asso.com. Le site internet Empreintes propose de trouver des associations de soutien en région <https://www.empreintes-asso.com/les-soutiens-dans-vos-regions/>. Pour des éclairages sur les spécificités du deuil dans le contexte de crise sanitaire, informations sur leurs réseaux sociaux. Leur brochure « Le deuil une histoire de vie » est disponible en ligne sur leur site.