

Lignes d'urgences et d'écoute*

**Appels non surtaxés (coût d'une communication locale depuis un poste fixe ou inclus dans les forfaits des box et des mobiles), sauf si précisions tarifaires.*

Plateformes ouvertes 24/24, 7j/7 sauf exceptions précisés.

Liste non exhaustive.



Numéros d'urgences

Pompier : 18

Samu : 15

Police : 17

Pour les personnes avec des difficultés à entendre ou à parler : **114**

Samu Social - Secours aux sans-abris : 115

SOS Médecin : 3624 (0.15 € / mn)

Centres anti-poison Lyon : **04 72 11 69 11**

Grenoble : **04 72 11 69 11**

Suicide écoute : 01 45 39 40 00

SOS Psychiatrie : 01 47 07 24 24

SOS Psy Urgence : 08 92 23 31 68 (0,34 €/min)

Services des urgences des Centres hospitaliers * (consulter fiche dédiées)



Ecoute téléphonique ou par chat sur internet



Par population

Tout public

Croix-Rouge Ecoute : 0 800 858 858

7j/7, de 10h à 22h en semaine, de 12h à 18h le week-end

SOS Amitié : Lyon Caluire : 04 78 29 88 88

Villeurbanne : **04 78 85 33 33**

Annecy : **04 50 27 70 70**

Roanne : **04 77 68 55 55**

St Etienne : **04 77 74 52 52**

Grenoble : **04 76 87 22 22**

Bourgoin Jallieu : **04 74 19 28 58**

Voiron : **04 76 93 83 11**

Service de discussion en ligne : <https://www.sos-amitie.com/web/internet/chat>

En ligne 7j/7, de 17h à 1h.

SOS Suicide Phoenix : 01 40 44 46 45

Planning des plages horaires d'écoute variable de jour en jour à consulter sur

<http://planning.sos-suicide-phenix.org/>

Agri'écoute : 09 69 39 29 19

Pour les professionnels agricoles

Ecoute familles par l'Unafam : 01 42 63 03 03

Pour les proches des personnes souffrant d'un trouble psychique.

De 9h à 13h et de 14h à 18h, du lundi au vendredi

Phare enfants-parents : 01 43 46 00 62

Aide les parents en difficulté en leur permettant de mieux identifier les signes de mal-être et de risque suicidaire chez l'adolescent, de les interpréter et de savoir comment réagir face à un jeune aux idées suicidaires.

Du lundi au vendredi de 10h à 17 h

Solitud'écoute par les Petits frères des Pauvres : 0 800 47 47 88

De 15h à 18h, 7j/7

SOS détenus :

Numéro d'accès pour les personnes incarcérées : 99 # 110

De 9h à 17h du mardi au vendredi pour les appels détenus

Pour les familles et proches de détenus : 01 43 72 98 41

De 9h à 17h du lundi au vendredi pour les familles

Enfant - jeunes

Allô Enfance maltraitée : 119

Fil santé jeunes : 0800 235 236

De 9h à 23h, 7j/7

Le chat individuel est ouvert tous les jours de **9h à 20h** et est disponible à l'adresse suivante

<http://www.filsantejeunes.com/tchat-individuel>

Le chat collectif est ouvert tous les jours de **9h à 20h** et est disponible à l'adresse suivante

<http://www.filsantejeunes.com/tchat-collectif>

Addictions

Alcool info service : 0 980 980 930

De 8h à 2h, 7j/7

Drogue info service : 0 800 23 13 13

De 8h à 2h, 7j/7

Écoute Cannabis : 0 811 91 20 20

Joueurs écoute info service : 09 74 75 13 13

De 8h à 2h, 7 jours sur 7

Tabac info service : 39 89

Discriminations

Ligne Azur : 01 41 83 42 81

On ne peut pas parler de sa différence à tout le monde. Pour vous, pour un proche, un ou une ami-e.
De 8 h à 23 h, 7j/7

Harcèlement

Cyberharcèlement Net écoute : 0800 200 000

De 9h à 19h, du lundi au vendredi
Chat en ligne de 9h à 19h

STOP harcèlement : 30 20

De 9h à 18h, du lundi au vendredi sauf les jours fériés

Violences

Numéro national d'aide aux victimes : 08 842 846 37

De 9h à 21h, 7j/7

Violences conjugales info : 39 19

de 9h à 22h du lundi au vendredi et de 9h à 18h les samedi, dimanche et jours fériés

Maltraitance des personnes âgées et des adultes handicapés : 39 77

Souffrances et troubles psychiques

Argos2001 : 01 46 28 01 03

Pour les appels à l'aide des personnes à troubles bipolaires et de leur entourage.
De 10 à 13h et le mercredi de 18h30 à 20h30, du lundi au vendredi

France dépression : 01 40 61 05 66

De 14h00 à 17h00, du lundi au vendredi

Schizo ? Oui ! : 01 45 89 49 44

De 14h00 à 18h00, les mardi, jeudi et vendredi

Troubles alimentaires

Anorexie Boulimie, Info Ecoute : 0810 037 037

De 16h00 à 18h00, du lundi au vendredi

Enfine : 01 40 72 64 44

Vous êtes concernés de près ou de loin par les troubles du comportement alimentaire (TCA) ? Notre équipe est là pour vous écouter, vous informer, vous conseiller, et vous soutenir dans votre parcours personnel.
De 20h00 à 22h00, le mardi et le jeudi

Mais aussi ...

- ➡ Les médecins généralistes : <http://annuairesante.ameli.fr/>
- ➡ Les équipes des Centres médico-psychologiques des secteurs de psychiatrie
- ➡ Les professionnels libéraux
Le choix du type de psychothérapie dépend du problème à traiter, de la méthode recommandée pour ce problème et de la personnalité du patient. Le choix du psychothérapeute nécessite une information précise concernant ses compétences (*formation, supervision*).
 - Annuaire des psychologues
Pour trouver un psychologue authentifié par l'Etat français, le [site de Psychologues de France](#) propose un annuaire en ligne.
 - Annuaire des médecins psychiatres
Le [site de l'Ordre national des médecins](#) propose un annuaire en ligne des médecins selon leurs spécialités.