



Semaines d'information
sur la santé mentale
....

En savoir plus

Où s'adresser ?

SANTÉ MENTALE

PARENTALITÉ & ENFANCE

LE GUIDE DES PARENTS

PRÈS DE CHEZ VOUS

Pour aider son enfant à grandir, l'amour ne suffit pas toujours...

Face aux difficultés de communication, aux difficultés scolaires, face à l'épuisement des parents, aux conflits familiaux ou à la souffrance psychique, **il faut savoir aider.**



D'abord demander un avis aux plus proches :

- Votre médecin traitant
- Votre pédiatre

Vous pouvez aussi rencontrer des professionnels scolaires en contactant le directeur de l'établissement qui vous mettra en lien avec :

- L'infirmier scolaire
- L'assistant social
- Le médecin scolaire
- L'enseignant / professeur principal

Consulter des spécialistes installés en ville, en cabinet libéral : liste et coordonnées dans l'annuaire (psychiatres, psychothérapeutes, pédopsychiatres, psychologues...)

Vous pouvez vous adresser aux nombreux services et associations qui existent près de chez vous.

Généralement composés d'équipes pluridisciplinaires (voir page 19) ces services ont des approches complémentaires. A vous de choisir le service qui correspond le mieux à vos attentes. Les associations quant à elles vous proposent les connaissances et l'expérience de pairs.

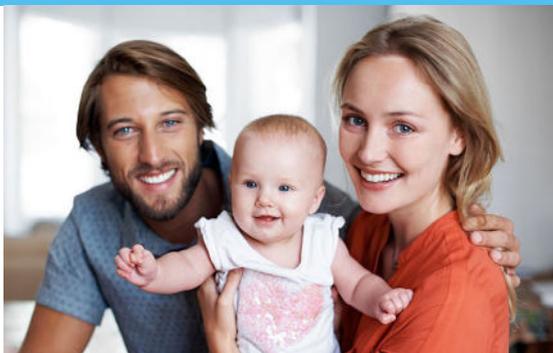
Tous sont réunis dans ce livret où vous trouverez leurs coordonnées et leurs propositions d'interventions.

SOMMAIRE

Jeunes Parents	<ul style="list-style-type: none">• Pendant la grossesse, après l'accouchement• Votre nourrisson ou petit enfant	P4
Scolarité de votre enfant	<ul style="list-style-type: none">• Votre enfant a des difficultés à l'école	P5
Parents d'élèves	<ul style="list-style-type: none">• Représentation des parents d'élèves	P6
Troubles psychiques de l'enfant	<ul style="list-style-type: none">• Souffrance / mal-être à l'école• Besoin de l'expérience des familles• En savoir davantage	P7
Parents	<ul style="list-style-type: none">• Parents souffrant de troubles psychiques• Parents victimes de violences conjugales	P9
Troubles	<ul style="list-style-type: none">• Troubles autistiques• Troubles addictifs• Troubles du Comportement Alimentaire	P10
Famille	<ul style="list-style-type: none">• Trouver écoute et soutien• Besoin de soutien et d'accompagnement	P12
Adolescents	<ul style="list-style-type: none">• Lieux d'écoute pour vous ou votre adolescent	P15
Jeunes	<ul style="list-style-type: none">• Accompagnement de votre jeune• Prestations médicales de votre étudiant• Vie sexuelle et affective	P17
Lexique	<ul style="list-style-type: none">• Des professionnels vous accompagnent	P20
Une écoute anonyme et gratuite	<ul style="list-style-type: none">• Numéros utiles	P22



Vous avez des **questions** :



Pendant la grossesse, après l'accouchement

Périnatalité Bretagne - Antenne du 22

L'association oriente les familles vers tous les professionnels du territoire pour les suivis de la grossesse à la 1^{re} année de l'enfant (sage-femme, pédiatre, puéricultrice, psychologue...)

23 rue des Capucins
22000 Saint-Brieuc
02 96 01 77 24
www.perinatalite.bzh

Centre Hospitalier Yves Le Foll,
Pavillon de la Femme et de l'Enfant

Propose un accompagnement dans le contexte d'hospitalisation, des entretiens individuels, groupes de parole ou encore des travaux en réseau.

Groupes de parole : inscriptions au secrétariat du Pavillon de la Femme et de l'Enfant au **02 96 01 71 61**.

10 rue Marcel Proust
22000 Saint-Brieuc
02 96 01 70 25

À propos de votre nourisson ou petit enfant

Service Protection Maternelle Infantile - PMI

Maison du Département
76 A rue de Quintin
22000 Saint-Brieuc
02 96 60 87 15

Propose un suivi des enfants de moins de 6 ans, des consultations prénatales précoces, des préparations à la naissance. Il accueille aussi des femmes enceintes, jeunes parents et couples, dans le cadre de consultations et d'éducation familiale.

Consultations ouvertes à tout public. Sur rendez-vous.

Vous êtes PARENTS D'ENFANTS SCOLARISÉS



Vous avez des **questions** :



Votre enfant a des difficultés à l'école

Le programme de réussite éducative de la Ville de Saint-Brieuc

Propose un accompagnement aux parents d'élèves et d'adolescents de 2 à 16 ans qui ressentent le besoin d'un appui face aux difficultés que peuvent rencontrer leurs enfants.

Direction de l'Action Educative
Mission Réussite Educative
20 rue du 71^{ème} Régiment d'Infanterie
22000 Saint-Brieuc
02 96 62 55 49





Vous avez des **questions** :

À propos de la représentation des parents d'élèves

Fédération des Conseils de Parents
d'élèves - FCPE 22

Relations école-familles, de la maternelle à la terminale. Écoute, conseil, médiation via ses conseils locaux. Aide à l'application des droits des familles.

1 rue Théodule Ribot
22000 Saint-Brieuc
06 08 62 39 43
secretariat@fcpe22.bzh
www.fcpe22.bzh

Association de Parents des Écoles
Libres - APEL

Propose au sein des établissements :
accueil, soutien, écoute et accompagnement
des parents. Aide aussi à l'orientation des
jeunes sur rendez-vous.

Siège départemental
7 rue Jules Verne
22000 Saint-Brieuc
02 96 68 32 66

Bibliothèque Scolaire des Parents
d'Elèves des Côtes d'Armor

Construire une relation de confiance
entre parents et équipes pédagogiques.
Service de mise à disposition des manuels
scolaires des lycées publics généraux et
technologiques.

3 rue de la Fontaine Sucrée
22000 Saint-Brieuc
02 96 33 74 68
biblioscolaire22@gmail.com
www.biblioscolaire22.fr

Association des Parents d'Enfants
DYSlexiques - APEDYS Côtes d'Armor

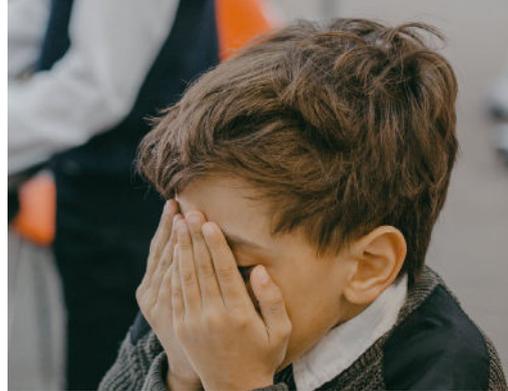
Association de parents bénévoles en Côtes
d'Armor venant en soutien des familles
avec enfants porteurs de troubles Dys.
Dyslexie, dyspraxie, dysorthographe...
Propose des rencontres familles, des
animations aux jeunes, des conférences.

07 69 27 90 45
apedys.cotesdarmor@gmail.com

PARENTS D'ENFANTS AYANT DES TROUBLES PSYCHIQUES



Vous avez des **questions** :



Votre enfant, adolescent, jeune donne les signes d'une souffrance, d'un mal-être à l'école ou dans ses relations sociales

Le Centre Médico-Psycho Pédagogique (CMPP) - Bretill'Armor

- Accueille des enfants et des adolescents de 8 à 20 ans en souffrance (angoisses, troubles du comportement et des conduites, difficultés d'apprentissage...).
- Assure des diagnostics et des soins ambulatoires.
- Soutient le jeune dans son milieu familial, social et scolaire.

Pour un rendez-vous, appeler le centre ou se présenter sur place, du lundi au vendredi de 9h00 à 13h00 et de 13h30 à 18h30 (17h30 le vendredi).

Fermé le mercredi matin.

10 rue des Capucins
22000 Saint-Brieuc
02 96 68 18 85

Le Centre Médico-Psychologique pour Enfants et Adolescents (CMPEA)
Fondation Saint Jean de Dieu

Propose des consultations pour les bébés, les enfants et les adolescents jusqu'à 16 ans, au sein d'une équipe pluridisciplinaire. Différents bilans et accompagnements peuvent être proposés à l'enfant et ses parents. Un accueil facilité pour les nourrissons et jeunes enfants avec leurs parents est prévu. Pour les adolescents, accueil sans rendez-vous, chaque mardi de 16h30 à 18h00. Pour un rendez-vous ou des renseignements, appeler le centre ou se présenter sur place du lundi au vendredi.

20 boulevard Arago
22000 Saint-Brieuc
02 96 68 24 24

Vous êtes

PARENTS D'ENFANTS AYANT DES TROUBLES PSYCHIQUES



Besoin de l'expérience des familles

UNAFAM - Union Nationale de Familles et Amis de Personnes Malades et/ou Handicapées psychiques

Informe sur les maladies psychiques, les parcours de vie des personnes malades. Des pairs bénévoles accueillent, écoutent, soutiennent, et conseillent.

Des groupes de parole sont animés par un psychologue.

L'UNAFAM organise des rencontres conviviales et des journées d'information.

Pour prendre un rendez-vous avec les bénévoles sur le secteur de Saint-Brieuc :

07 74 25 55 49

06 26 13 60 41

22@unafam.org

www.unafam.org/cotes-darmor



Vous souhaitez en savoir

davantage

Comprendre les troubles psychiques et leurs manifestations ? Leur origine ?
Comment les traiter ?

Des brochures pour répondre à vos questions sur :

www.psycom.org/Brochures-d-info/Troubles-psychiques
www.unafam.org/troubles et handicap psy

Se soigner, les différentes thérapies ? Qui sont les thérapeutes ?
Comment se déroule une thérapie ?

Quelques définitions sur :

www.psycom.org/Brochures-d-info/Therapies-Education-therapeutiques-ETP



Vous souffrez de troubles psychiques, où trouver écoute et soutien ?

GEM “Vivre au pluriel”

Le Groupe d'Entraide Mutuelle est un lieu d'échanges, d'écoute et d'activités telles que repas, sorties, atelier informatique, peinture, un blog et bien d'autres encore... Ouvert du lundi au vendredi de 10h00 à 12h00 et de 14h00 à 17h30

2 rue des Gallois
22000 Saint-Brieuc

02 96 75 91 91 - 06 74 05 84 81

GEM “Espace Crumble”

Le Groupe d'Entraide Mutuelle propose un lieu d'entraide et de solidarité autour d'activités variées telles que cuisine, ateliers créatifs, sorties culturelles.

11 rue de l'Argoat
22000 Saint-Brieuc
07 86 27 58 77
gem@mutualite22.fr

Centre Médico-Psychologique (CMP) Fondation Saint Jean de Dieu

Est un lieu d'accueil et de soins psychiatriques qui vous reçoit du lundi au vendredi de 9h00 à 18h30. Proposition de consultation d'évaluation, de suivi et/ou d'orientation en fonction de votre situation.

8 rue Charles Pradal
22000 Saint-Brieuc
06 96 77 27 17



Vous êtes victimes de violences conjugales, où trouver écoute et soutien ?

Association ADALEA

Association qui propose un accompagnement psycho-social des femmes victimes de violences conjugales et intrafamiliales, sous forme d'entretiens individuels ou de groupes de parole. Prise de rendez-vous sur appel.

Ateliers d'expression à destination des enfants vivant dans un climat de violences intrafamiliales des femmes accompagnées par le service.

30 bis rue Docteur Rochard
22000 Saint-Brieuc
02 96 68 42 42

Vous souffrez de **TROUBLES**



Vous avez des **questions** :



Concernant les troubles autistiques

Équipe Mobile d'Intervention Autisme - EMIA 22

Ce service s'adresse à la population des plus de 16 ans (jeunes ou adultes) présentant des troubles du spectre autistique (diagnostiqués ou fortement suspectés). L'équipe apporte conseils et soutien aux aidants (familles et/ou professionnels) pour tendre vers la diminution des «comportements problèmes» et rompre l'isolement. Répondeur téléphonique avec rappel dans les 72h.

10 rue Clément Ader
22440 Ploufragan
02 96 58 21 42

Autisme 22

L'association soutient les familles ayant un ou des enfants ayant des Troubles Neuro-Développementaux (autisme).

Elle propose une prise en charge globale et adaptée aux besoins et demandes des personnes et familles accompagnées.

L'association agit pour : l'accès aux droits communs, l'inclusion (école, travail, loisirs, société), sortir de l'isolement.

Elle représente les usagers auprès des instances.

Accueil sur rendez-vous uniquement.

30 rue Brizeux
22000 Saint-Brieuc
06 95 90 82 25
contact@autisme22.fr



Concernant les troubles addictifs

Association Addictions France

Le centre propose accueil, évaluation, orientation, accompagnement et prévention.
Appeler le centre pour obtenir un rendez-vous.

Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA)
3 ter rue Jules Vallès
22000 Saint-Brieuc
02 96 60 80 69

Alcool Assistance

L'association accueille tout public confronté directement ou indirectement aux problèmes d'addiction. Elle propose des écoutes téléphoniques, des espaces de parole les 2^e et 4^e vendredis du mois à partir de 18h00.

Rendez-vous sur simple appel téléphonique en dehors des espaces de parole.

12 rue de Brest
22000 Saint-Brieuc
02 96 33 38 28
SOS 24 h/24 - **02 96 28 61 24**



Concernant les Troubles du Comportement Alimentaire

Solidarité Anorexie Boulimie 22

L'association accueille les malades et leur entourage dans le cadre d'un groupe de parole chaque 3^e samedi du mois de 10h00 à 13h00.

Un groupe de parole en visio a lieu le 2^e vendredi du mois à 18h15 sur inscription.

à l'UDAF
28 boulevard Hérault
22000 Saint-Brieuc
06 15 91 37 43
mysyl.sab22@orange.fr



Vous avez des questions :



Où trouver écoute et soutien familial ?

Tipi

Tipi est un lieu de rencontres, de parole, et de jeux pour les enfants âgés de 0 à 6 ans, avec leurs parents, ou un adulte référent.

Des accueillants sont disponibles et à l'écoute des enfants et de leur accompagnant. Ouvert les mardis, mercredis, vendredis et samedis de 9h00 à 12h30 et de 14h00 à 18h00. Accès libre et gratuit.

13 rue Charbonnerie
22000 Saint-Brieuc
02 96 68 05 54

Centre d'Accueil à la Parentalité - CAP 22

Le CAP est un lieu d'accueil et d'écoute, d'orientation et d'accompagnement des familles sur les questions des relations intrafamiliales (place et rôle de chacun). Il soutient les parents en souffrance, aide à rompre leur isolement. Les entretiens sont individuels ou familiaux et/ou psychologiques. Il propose des temps collectifs « Cafés parents », espace de parole et de soutien où chacun peut venir à sa convenance faire part de son expérience, échanger entre pairs, pour chercher des solutions (tous les jeudis de 14h00 à 16h00).

Ouvert du lundi au vendredi de 9h00 à 12h30 (12h00 le lundi) et de 13h30 à 18h00 sauf le mercredi matin et le lundi après-midi.

Lieu gratuit et confidentiel.

2 rue Saint Vincent de Paul
22000 Saint-Brieuc
02 96 60 48 90 - 06 71 13 19 83

Association Le Gué - Médiation Familiale

L'association promeut l'exercice de l'autorité parentale pour chacun des parents et l'élaboration de solutions lors des séparations. Elle aide à prévenir les risques de rupture du lien parent-enfant. Elle propose des entretiens d'information et des séances de médiation familiale concernant tous les sujets du domaine familial, dans sa diversité et dans son évolution, à tous les âges de la vie. Prise de rendez-vous sur simple appel téléphonique du lundi au vendredi.

17 rue Parmentier
22000 Saint-Brieuc
02 96 33 53 68
www.le-gue.com

Service thérapie familiale - Fondation Saint Jean de Dieu

Ce service propose des consultations en famille ou en couple sur simple rendez-vous en appelant le service. L'objectif de cet accompagnement est d'aider la famille ou le couple dans la recherche de ses propres solutions jusqu'à retrouver un équilibre et une harmonie. Il permet ainsi à chacun de s'épanouir personnellement et dans la famille.

8 rue Charles Pradal
22000 Saint-Brieuc
02 96 77 27 08

L'Escalpe Familles - Secours Catholique

Propose des jeux parents-enfants, des ateliers cuisine ainsi que des échanges informels. Mardi et mercredi de 9h00 à 16h30 ; jeudi de 12h00 à 16h30 ; samedi de 10h00 à 16h30.

81 rue Mathurin Méheut
22000 Saint-Brieuc
06 47 16 64 62

Besoin de soutien et d'accompagnement

Les trois centres sociaux accompagnent les familles dans leurs préoccupations quotidiennes. Ils proposent différents services et animations : des ateliers parents-enfants, des loisirs familiaux, des animations de proximité, l'accompagnement au départ en vacances, l'accompagnement à la scolarité, des ateliers bien-être, des ateliers cuisine, créatifs... de nombreux temps d'échanges. Conseillent et orientent également vers les services adaptés pour répondre aux besoins et attentes des familles.

Accueil sur place, sur appel et sur inscription pour les animations. Du lundi au vendredi.

Centre social Cap Couleurs

Quartiers Nord-Est de Saint-Brieuc
1 rue Mathurin Méheut
22000 Saint-Brieuc
02 96 33 61 80

Centre social La Ruche

Quartiers Ouest de Saint-Brieuc
2 rue de l'Hirondelle
22000 Saint-Brieuc
02 96 94 43 84

Centre social La Puce à l'Oreille

Quartiers Sud de Saint-Brieuc
Rue Guillaume Apollinaire
22000 Saint-Brieuc
02 96 78 32 91



Vous avez des **questions** :



Quels lieux d'écoute pour vous ou votre adolescent ?

Le Lieu-Dit - Association Beauvallon

Le Point Accueil Écoute Jeunes, le Lieu-Dit, accueille les jeunes entre 11 et 30 ans avec ou sans rendez-vous, seul ou accompagné d'une personne de leur choix. Dans un cadre chaleureux, les entretiens (anonymes, confidentiels et gratuits) sont réalisés par une éducatrice ou des psychologues.

Ouvert les mercredis et vendredis de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 19h00.

2 rue Saint Vincent de Paul
22000 Saint-Brieuc
02 96 61 16 48 - 06 71 14 56 55

Maison des Jeunes et des Adolescents des Côtes d'Armor – (MdJA)

Accueille, écoute et accompagne des jeunes de 11 à 21 ans et leur entourage (mal-être, relations difficiles, isolement, addictions, ...).

Sans rendez-vous : le matin de 9h00 à 12h00 du mardi au vendredi – l'après-midi de 13h00 à 17h00 du lundi au vendredi

Sur rendez-vous : toute la semaine et 1 samedi sur 2

Gratuit, confidentiel, anonyme. Plus d'informations sur le site internet.

30 rue Brizeux
22000 Saint-Brieuc
02 96 62 85 85
accueil@mdja.cotesdarmor.fr
 anne-cecile PdN Mdja
mdja.cotesdarmor.fr

Vous êtes ADOLESCENTS

La Cabane (Structure Information Jeunesse)

La Cabane est un lieu d'accueil et d'écoute anonyme, gratuit et en libre accès. C'est également un lieu d'information pour les jeunes de 12 à 30 ans sur de nombreux sujets (le logement, l'emploi, la formation, les loisirs, le bien-être ...). Il est possible de contacter l'équipe du service jeunesse en venant à la Cabane (avec ou sans rendez-vous), par téléphone ou via les réseaux sociaux.

Horaires d'ouverture en période scolaire :

Mardi, Jeudi, Vendredi : 15h15-18h30

Mercredi : 11h15-18h30

Samedi : 10h00-13h00

Horaires d'ouverture en période de vacances :

Lundi : 12h30-17h30

Du Mardi au Vendredi : 12h30-17h30



Service jeunesse de Saint-Brieuc
1 rue Sainte-Barbe
22000 Saint-Brieuc
02 96 62 53 84 ou **02 96 62 53 47**
jeunessebriochine@saint-brieuc.fr

JEFpsy

Acronyme de Jeune Enfant Fratrie. Ce site est dédié à des jeunes de 11 à 20 ans qui sont enfants, frères ou sœurs d'une personne qui a des troubles psychiques.

www.jefpsy.org



Vous avez des **questions** :



Vous avez des questions sur l'accompagnement de votre jeune

La Mission Locale

Aide à l'insertion sociale et professionnelle des jeunes de 16 à 25 ans non scolarisés. L'accompagnement est global : orientation professionnelle, formation, emploi, santé, mobilité et logement.

Accueil avec rendez-vous du lundi au vendredi de 8h30 à 12h00 et de 13h30 à 17h30 sauf le jeudi matin.

47 rue du Docteur Rahuel
CS 42380
22023 Saint-Brieuc Cedex1
02 96 68 15 68



Vous avez des questions sur les prestations médicales de votre étudiant

Service Santé des Etudiants - S.S.E.

Propose un accompagnement médico-social, des consultations à la demande, un aménagement des études en fonction des difficultés de chacun. Il est composé d'une équipe pluridisciplinaire : assistante sociale, diététicienne, infirmière, médecin, psychologue. Service ouvert du lundi au vendredi de 8h45 à 12h15 et de 13h00 à 17h00.

Campus Mazier
2 avenue Antoine Mazier
22000 Saint-Brieuc
02 96 60 81 61



Vous avez des **questions** :



Vous avez des questions sur la vie sexuelle et affective

Planning familial des Côtes d'Armor

Lieu d'écoute, d'orientation et d'information confidentiel et gratuit.

Vous pouvez venir nous rencontrer quel que soit votre âge, votre sexe, votre identité de genre ou votre orientation sexuelle.

Nous vous renseignons sur : l'avortement, la contraception, le dépistage, les sexualités, les relations amoureuses, les violences...

Permanences d'accueil sans rendez-vous les mercredis de 17h30 à 19h00 dans notre local situé au fond du couloir du CIDFF - 1^{er} étage haut.

Permanences dédiées à l'accueil des personnes LGBTQIA+ tous les 1^{ers} mercredis du mois, au centre de ressources situé au rez-de-chaussée de la Maison des associations.

Maison des associations

30 rue Brizeux

22000 Saint Brieuc

06 75 56 47 03

mfpf22@wanadoo.fr



Planning Familial 22

www.planning-familial.org/fr/le-planning-familial-des-cotes-darmor

Centre de Planification et d'Éducation Familiale

Le centre de planification et d'éducation familiale est un lieu d'accueil, d'écoute, d'information et de consultation sur la vie affective et sexuelle, le couple et la parentalité, quels que soient l'âge et la situation familiale.

N'hésitez pas à laisser un message vocal sur le répondeur. Nous écoutons chaque message et vous rappellerons.

Horaires d'ouverture : lundi, mardi, jeudi, vendredi : de 13h30 à 17h00 et mercredi de 9h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h00

Centre Hospitalier Yves Le Foll
Pavillon de la Femme et de l'Enfant (PFE) – RDC
10 rue Marcel Proust
22021 Saint-Brieuc Cedex 1
02 96 01 71 58





Médecin traitant : le premier recours en santé. Il est aussi celui qui coordonne vos soins et vous oriente vers les spécialistes.

Psychiatre : médecin spécialiste des maladies mentales.

Pédopsychiatre : psychiatre pour les enfants et les adolescents de moins de 16 ans qui présentent des troubles psychologiques ou du comportement.

Infirmier : il soigne sur ordonnance du médecin. Dans les services d'accompagnement, il fait le lien entre les médecins et les autres professionnels.

Dans le secteur libéral les actes de ces professionnels sont remboursés par votre sécurité sociale. Dans le secteur public, ils ont des fonctions variées selon la mission du service et leur rôle dans l'équipe pluridisciplinaire : **médecin scolaire, médecin du travail, médecin coordonnateur, médecin de PMI... Infirmier de service psychiatrique, infirmier hospitalier, infirmier scolaire, puéricultrice, sage-femme...**

Psychothérapeute : La psychothérapie est pratiquée par un spécialiste, reconnu par une institution de formation agréée.

Psychiatre : médecin spécialisé (remboursé par la sécurité sociale).

Psychologue : diplôme universitaire. Dans le cadre de l'exercice libéral, depuis avril 2022, le dispositif « MonPsy » permet aux patients de plus de 3 ans (enfants, adolescents et adultes), en souffrance psychique, de bénéficier d'une prise en charge par un psychologue partenaire, 8 séances remboursées par l'Assurance Maladie (orientation par un médecin).

Psychanalyste : pas de diplôme particulier. Connaissances assez poussées en psychologie. Travaille à la guérison du patient grâce à une cure par la parole. Non pris en charge par la sécurité sociale.

Se renseigner auprès de sa mutuelle pour savoir si une prise en charge financière est possible.

Éducateur, éducateur spécialisé ou de jeunes enfants, conseiller en économie sociale et familiale, aide médico-psycho-pédagogique, conseiller en insertion, médiateur... D'autres professionnels spécialisés ou généralistes complètent les équipes pluridisciplinaires qui vous reçoivent au sein des services cités dans cette brochure.

Assistant de service social : conseille, oriente et accompagne les personnes en difficulté pour les aider à reprendre leur vie en main. Il agit au sein des services sociaux généralistes comme la Maison Du Département ou le CCAS, au sein des hôpitaux, et de certains services d'accompagnement sociaux ou médico-sociaux cités dans cette brochure (prestations gratuites).

UNE ÉCOUTE ANONYME ET GRATUITE



Numéros utiles

Numéros d'urgence

15 - SAMU

17 - POLICE

18 - POMPIER

119 - Allô Enfance Maltraitée

113 - Addictions : drogue, alcool, tabac, infos services

3114 - Prévention suicide (numéro national)

Numéros verts

Fil Santé Jeunes n° **0 800 235 236**

Écoute en matière de santé, sexualité, mal-être... Pour les Jeunes de 12-25 ans
Tous les jours de 9h00 à 23h00



Croix Rouge Écoute n° **0 800 858 858**

Les bénévoles sont disponibles 7j/7 de 9h00 à 19h00 la semaine, et de 12h00 à 18h00 le samedi



Écoute Famille n° **01.42.63.03.03**

Service téléphonique ouvert du lundi au vendredi de 9h00 à 13h00 et de 14h00 à 18h00

Drogues-Alcool-Tabac n° **0 800 231 313**

De 8h00 à 2h00 - Appel gratuit depuis un poste fixe

Alcool-Info-Service n° **0 980 980 930**

De 8h00 à 2h00 - Appel gratuit et anonyme depuis un poste fixe



Sida-Info-Service n° **0 800 840 800** - Anonyme et gratuit



Numéros utiles

Allô Parents-Bébé n° 0 800 003 456

«Enfance et partage» écoute, soutien, orientation de la grossesse à 3 ans
De 10h00 à 13h00 et de 14h00 à 18h00 des professionnels de la petite enfance



SOS Psy-Urgence n°0 892 171 007*

Prix d'un appel local + 0,50 €/min

Une équipe de psychologues pour vous écouter et vous orienter dans vos soins

«Anorexie Boulimie, Infos Écoute» n° 0 810 037 037*

Prix d'un appel local + 0,06 €/min, de 16h00 à 18h00 Permanence assurée par :

- Les psychologues le lundi
- Les associations spécialisées TCA (Troubles du Comportement Alimentaire) le mardi
- Les médecins le jeudi
- Tous les spécialistes le vendredi

Appel gratuit sauf *

Ce livret est disponible sur les sites
des différents partenaires.
Le guide des parents a été réalisé
par le collectif des SISM de Saint-Brieuc



Si vous avez des questions, des remarques
à propos de ce guide, n'hésitez pas à
adresser un message sur la boîte contact du site
officiel de la Ville : saint-brieuc.fr

Mise à jour juillet 2022