

Plateformes gratuites d'écoute et soutien psychologique en ligne

VICTIMES DE VIOLENCES PHYSIQUES, PSYCHOLOGIQUES, CONJUGALES

- ▶ Numéro national d'Aide aux Victimes : 116 006
- ▶ Numéro national d'aide aux femmes victimes de violences et à leur entourage : 39 19
- ▶ Enfants en danger : 119
- ▶ En cas d'urgence, appelez le 17
- ▶ Plateforme de signalement des violences : <https://arretonslesviolences.gouv.fr>

POUR LA POPULATION GÉNÉRALE

- ▶ **Association Terrapsy** : accompagnement psychologique par téléphone et en urgence. Entretiens avec un psychologue proposés en français, anglais et arabe 7 jours/7 au 0 805 383 922
- ▶ **Cogito'z** : hotline d'écoute et de soutien au 0 805 822 810
- ▶ **Psysolidaires.org** : plateforme de prise de rendez-vous en ligne (téléphone ou visioconférence) avec un psychologue bénévole.
- ▶ De nombreux psychologues proposent des permanences gratuites via le site **Doctolib**.
- ▶ **SOS Amitié** : des écoutants bénévoles sont à votre écoute 24h/24 si vous avez besoin de parler pour rompre l'isolement, au 09 72 39 40 50

CELLULE D'URGENCE MEDICO-PSYCHOLOGIQUE

- ▶ En cas de détresse psychologique importante, contactez le 0 800 130 000

POUR LE PERSONNEL SOIGNANT

- ▶ Numéro vert national de l'association Soins aux Professionnels de Santé 24h/24 et 7 jours/7 des psychologues vous répondent au 0 805 232 336
- ▶ **PsyForMed.com** : plateforme de prise de rendez-vous en ligne (téléphone ou visioconférence) avec un psychologue bénévole.
- ▶ **Psychologues-solidaires.fr** : plateforme de prise de rendez-vous en ligne (téléphone ou visioconférence) avec un psychologue bénévole.
- ▶ **Psy-solidaires-covid.org** : listing de psychiatres bénévoles proposant des créneaux de téléconsultation.

