

**CÉAPSY**

Centre Ressource Troubles Psychiques  
Île-de-France

**Action de sensibilisation**  
**Santé mentale**

**FOYER JEUNES TRAVAILLEURS**

**Mardi 12 décembre 2023**



# La permanence du médiateur de santé Pair



Permanence gratuite, confidentielle, ouverte en matinée :

De 9h30 à 12h30 du lundi au vendredi sauf jours fériés

- **Par téléphone** : 01 88 40 38 83
- **Par mail** : [n.mani@ceapsy.org](mailto:n.mani@ceapsy.org)

**Au Céapsy sur rendez-vous** : 102 av. Général Leclerc, Paris 14

# La permanence d'orientation du Céapsy



**Permanences quotidiennes,  
gratuites et confidentielles**

Lundi, Mercredi, Jeudi, De 13h30 à 17h30, Mardi de  
De 9h30 à 12h30, Vendredi De 13h30 à 17h00

- **Par téléphone** : 01 88 40 38 80
- **Par mail** : [contact@ceapsy.org](mailto:contact@ceapsy.org)

**Au Céapsy sur rdv** : 102 av. Général Leclerc, Paris 14

# INTRODUCTION

**SENSIBILISATION  
SANTÉ MENTALE**

- #Qu'est-ce que le Céapsy ?
- #La santé mentale, troubles psychiques et retentissements
- #L'inclusion des personnes en situation de handicap psychique
- #Les postures favorisant l'autodétermination et la participation

## Cycles thématiques

**RÉTABLISSEMENT**

- #découvrir le concept de Rétablissement en santé mentale
- #connaître les leviers et les enjeux du rétablissement
- # quelles ressources ?

**PAIR-AIDANCE**

- #de l'entraide à la pair aideance
- # La pair aideance professionnelle
- # retours d'expérience sur l'intégration d'un MSP

**PARLONS  
PARCOURS**

- #découvrir les ressources spécifiques à une thématique du parcours
- #co-animé avec des partenaires du réseau Céapsy

**GÉNÉRATIONS**

- # santé mentale à tout âge : bien grandir et bien vieillir
- #co-animé avec des partenaires du réseau Céapsy

**L'HEURE DU  
RÉSEAU**

- #rencontre avec un acteur ou un dispositif innovant du champ de la santé mentale
- #en direct et Replay

**2 RENDEZ-VOUS  
PAR MOIS**  
**GRATUIT & EN VISIO**  
**FORMATS ACTUALISÉS**

# LES ACTEURS ET LIEUX DE SOIN DE PREMIÈRE LIGNE POUR LES JEUNES

ESPACE SANTÉ  
JEUNES

**B.A.P.U.**  
Bureau d'Aide  
Psychologique Universitaire

**PAEJ**  
POINT ACCUEIL ÉCOUTE JEUNES



SERVICE DE SANTÉ  
ÉTUDIANT

la  
maison des  
adolescents

MÉDECINE  
SCOLAIRE

MÉDECINE DE VILLE

RELAIS  
COLLÉGIENS/LYCÉENS/ÉTUDIANTS

FONDATION SANTÉ  
DES ÉTUDIANTS  
DE FRANCE 



Premier Secours en Santé Mentale - Apprendre à aider  
([pssmfrance.fr](http://pssmfrance.fr))

**PSSM JEUNES:** adultes qui vivent ou qui travaillent avec des jeunes: enseignants, parents, travailleurs sociaux

**PSSM ADOS:** destiné aux adolescents entre 12 et 18 ans: module de 3 séances d'1h30

# LES CARNETS DE SECOURISTE EN SANTE MENTALE





## LES VIDÉOS RESSOURCES



France Tv slash : la chaîne a consacré une série documentaire, intitulée « dans ma tête », à des témoignages de jeunes aux prises avec différents troubles de santé mentale

<https://www.france.tv/slash/dans-ma-tete/>



« Ma Tête et moi », le programme de 20 Minutes sur la santé mentale sur SNAPCHAT avec des témoignages de jeunes et des ressources apportées par les journalistes et les jeunes ( vidéo de 8 minutes chacune)



[Accueil - PsyCARE \(psy-care.fr\)](http://psy-care.fr)



web documentaire conçu par l'association [Solidarité Réhabilitation](http://Solidarité Réhabilitation) et Stakki Production structuré autour de 4 grandes familles de symptômes l'angoisse la déprime, les addictions, le sentiment de persécution: témoignages ,de familles, de psychiatres vidéos [www.etsykoi.com](http://www.etsykoi.com)

# LA PAIR AIDANCE ENTRE JEUNES



Les étudiants relais santé formés au PSSM dans les Universités qui accueillent, informent des ressources et contribuent à l'orientation vers des professionnels



## Ambassadeurs Santé Mentale

Former des jeunes volontaires en service civique afin d'intervenir collectivement et individuellement auprès de nombreux jeunes du même âge en situation de fragilité sociale, pour :

-  **RÉDUIRE LA STIGMATISATION EN SANTÉ MENTALE**
-  **FAVORISER LE REPÉRAGE DES JEUNES EN SOUFFRANCE PSYCHIQUE**
-  **ORIENTER VERS LES DISPOSITIFS LOCAUX DE PRÉVENTION ET DE SOINS.**



Toutes leurs actions sont basées sur le principe de **soutien par les pairs**, où des personnes engagées partagent leurs expériences et vécus en commun



La Maison Perchée permet à des personnes de 18 à 40 ans souffrant de schizophrénie et de trouble bipolaire de participer à des groupes de parole, des ateliers et des conversations en binôme réalisés **par des personnes pair aidantes.**



L'activité **2021/2022** en Seine-Saint-Denis

-  **436 jeunes** sensibilisés
-  **44 ateliers** animés dans 20 structures



Écoute des parents et des jeunes en difficulté, prévention du mal-être et du suicide des jeunes.

Ligne d'écoute anonyme et confidentielle au 01 43 46 00 62

L'association s'adresse aux parents, aux jeunes et aux familles en deuil

**Centre de  
Prévention du  
Suicide Paris**



3 rue Jean-Baptiste Dumay 75020 Paris association Recherche et Rencontres 01 42 78 19 87 [cpsparis@cpsparis.fr](mailto:cpsparis@cpsparis.fr): adultes souffrant d'isolement, en difficulté psychologique, ou suicidaire : suivi psychologique, psychiatrique, ateliers d'art-thérapie ,une cellule d'Aide Psychologique pour les étudiants



**Relais collégiens lycéens étudiants en IDF**  
Fondation Santé des Étudiants de France (fsef.net)



CAPE : Cellule d'Aide Psychologique pour les Etudiants  
dans les locaux du **Centre de Prévention du Suicide** Paris 3 rue Jean-Baptiste Dumay 75020  
Paris  
01 42 78 19 87 [cape@cpsparis.fr](mailto:cape@cpsparis.fr)



Association loi 1901, laVita propose un suivi psychologique pour tout jeune en mal-être âgé de 13 à 25 ans. 3, rue Charles Baudelaire 75012 Paris permanence téléphonique du lundi au vendredi de 9h à 20h et le samedi matin.  
[Soutien psychologique gratuit - laVita | Prévention du mal-être en France](#)



Pour tous les jeunes de 11 à 25 ans  
Accueil sur site ou à distance avec rdv du lundi au samedi 212 rue Saint Maur 75010 Paris 06 16 97 66 80  
[parADOxes Paris - un lieu et un lien pour les 11-25 ans \(paradoxes-paris.org\)](http://parADOxes.paris.org)

# LES CHATBOX

0 800 235 236

[filsantejeunes.com](http://filsantejeunes.com)

Anonyme et Gratuit

## Fil Santé Jeunes

Chat tous les jours de 9h à 22h

Gratuit et anonyme  
[filsantejeunes.com](http://filsantejeunes.com)

NUMERO VERT NATIONAL  
ANONYME ET GRATUIT

0800 08 11 11

Numéro vert  
anonyme et gratuit

**Le Planning familial** : tchat en ligne accessible depuis le site [ivg-contraception-sexualites.org](http://ivg-contraception-sexualites.org).

 **Nightline**  
Par et pour les étudiant·es

## Nightline Paris

Pour les étudiants à partir de 18 ans

Tél : 01 88 32 12 32 tous les jours de 21h à 2h30

Chat tous les jours de 21h à 2h30

 EN AVANT  
TOUTE(S)

Tchat national [commentonsaime.fr](http://commentonsaime.fr) : aide , orientation des femmes et les personnes LGBTQIA+ qui vivent des violences : du lundi au samedi de 10h à 21h

Horaires du Tchat'écoute :

- Le jeudi de 21 heures à 22h30
- Le dimanche de 18 heures à 19h30

**Chat'écoute | SOS homophobie ([sos-homophobie.org](http://sos-homophobie.org))**

  
SOS homophobie

# LES LIGNES D'ÉCOUTE, D'INFORMATION, D'ORIENTATION

Et si l'autre c'était toi ?

Si tu es témoin ou victime de harcèlement, il y a toujours une personne de confiance pour en parler dans ton établissement.

Pour signaler une situation de harcèlement :  
Service et appel gratuits - Numéro d'appel national  
➔ 3020

Pour signaler une situation de cyberharcèlement :  
Service et appel gratuits - Numéro d'appel national  
➔ 3018

**NON AU HARCÈLEMENT**

NUMÉRIQUE HARCELEMENT ÉDUCATION BOULLE

0 800 235 236  
filsantejeunes.com

Service anonyme et gratuit, pour les 12-25ans, tous les jours de 9h à 23h

fsj

3114 SOUFFRANCE  
PRÉVENTION  
DU SUICIDE

Nightline  
PARIS

01 88 32 12 32

ANOREXIE - BOULIMIE ?!

Info Écoute

0 810 037 037\*

Service anonyme. \*Prix d'un appel local + 0,06€ la min

SEXUALITÉS CONTRACEPTION  
#14 IVG

ÉCOUTE - INFORMATION - ORIENTATION

0800 08 11 11

numéro vert anonyme et gratuit  
du lundi au samedi de 9h à 20h

le planning familial  
ars

LIGNE AZUR.ORG

0 810 20 30 40 Service 0,06 €/min  
\* prix appel

INFORMATION ET SOUTIEN CONTRE L'HOMOPHOBIE ET POUR LA PRÉVENTION DU COMPORTEMENT SUICIDAIRE

ÉCOUTE CANNABIS

0 980 980 940

SOS joueurs

09 69 39 55 12

La dépendance n'est pas un jeu

SOS homophobie

01 48 06 42 41

allo écoute ado

0 800 506 692

association SPS

#SOINS AUX ÉTUDIANTS

0 805 23 23 36

APASO

0805 829 130

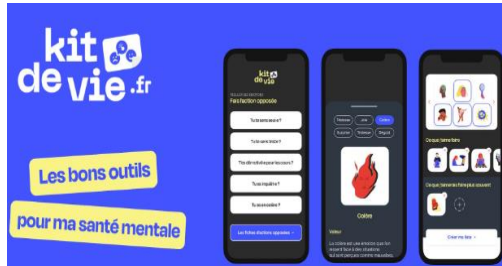
## SITES INTERNET

Santé **PSY**  
**Jeunes**

[Accueil - Santé Psy Jeunes \(santepsyjeunes.fr\)](http://santepsyjeunes.fr)

Écoute Étudiants  
Île-de-France

[Écoute Étudiants Île de France \(ecouteetudiants-iledefrance.fr\)](http://ecouteetudiants-iledefrance.fr)



L'association Nightline France propose un nouveau site conçu avec des étudiants et des professionnels, et soutenu par le Ministère de la Santé.

[Mon kit de vie : les bons outils pour ma santé mentale \(nightline.fr\)](http://nightline.fr)



*Tu as besoin de parler ?  
Tu cherches des infos sur ta santé et tes droits ?  
Trouve un lieu proche de chez toi !*

[Carto Santé Jeunes : CartoSante \(cartosantejeunes.org\)](http://cartosantejeunes.org)



[Accueil - Premières fois \(premieresfois.fr\)](http://premieresfois.fr)

## Guide ressources à destination des intervenants sociaux

[Guide intervenants sociaux santé mentale migrants -Orspere-Samdarra](#)





# Les Centres régionaux psychotraumatologie

Les CRP

## Paris Centre et Sud (AP-HP)

Évaluation des demandes et orientation, consultations présentes ou en visioconférence réalisées par des psychologues et psychiatres pour toute situation de traumatisme

Une plateforme téléphonique dédiée à l'accueil et l'orientation : **01 42 34 78 78**

[crp.htd@aphp.fr](mailto:crp.htd@aphp.fr), [Psycho.centreappel.htd@aphp.fr](mailto:Psycho.centreappel.htd@aphp.fr)

## Centre régional psycho traumatisme Paris Nord (AP-HP)

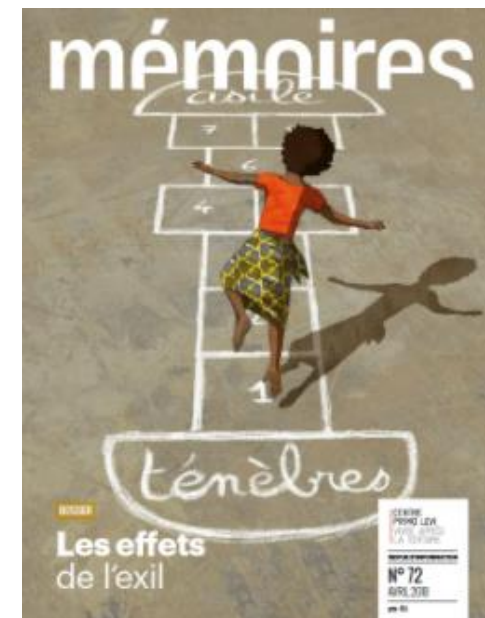
**01 48 95 59 40**

[psychotrauma.avicenne@aphp.fr](mailto:psychotrauma.avicenne@aphp.fr)

CENTRE PRIMO LEVI  
VIVRE APRÈS LA TORTURE  
Soins aux victimes de la torture et de la violence politique

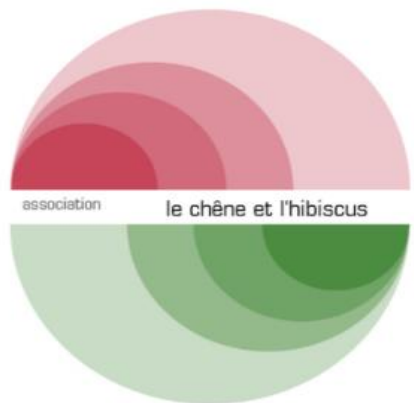
107, avenue Parmentier, 75011 Paris  
Numéro de téléphone : **01 43 14 88 50**

<https://www.primolevi.org/publications/magazines-memoires-2>



**Association « Le Chêne et l'Hibiscus »**

Analyse des pratiques professionnelles des travailleurs sociaux et accompagnement thérapeutique des personnes en situation d'exil [Le chêne et l'hibiscus](http://Lecheneetlhibiscus.com) | PARIS ([chene-et-hibiscus.fr](http://chene-et-hibiscus.fr))



Centre de soins systémique, accompagnement thérapeutique des personnes victimes de torture centre de formation professionnelle

4 avenue Richerand, 75010 Paris **01 45 33 31 74** [contact@parcours-exil.org](mailto:contact@parcours-exil.org)

PARCOURS  
d'exil



## **FARDA - Formations et Atelier de promotion de la santé sexuelle pour Réfugiés et Demandeurs d'Asile**

**50 Boulevard Jourdan, Paris 14e**

**06 29 58 49 76**

**farda.asso@gmail.com**



## **Les Centres d'accueil de soins et d'orientation (CASO) de Médecins du Monde**

**8/10 rue des blés, 93210 La Plaine-Saint-Denis**

**mission.banlieue.idf@medecinsdumonde.net**

**108 rue Championnet, 75018 Paris**

**Permanence téléphonique sociojuridique d'Ile-de-France (réservée aux professionnels et associations)**

**01 40 25 99 77, le mardi de 9h30 à 12h30**

**Soutien et expertise pour l'accès aux soins, les procédures d'obtention d'une protection maladie, le droit au séjour pour raison médicale & autres prestations liées à l'état de santé des personnes étrangères**

**Permanence téléphonique médicale d'Ile-de-France (réservée aux professionnels et associations)**

**01 40 25 99 78, le mardi de 9h30 à 12h30**

**Soutien et expertise relatifs aux soins médicaux, à la prévention, aux bilans de santé, et aux aspects médico-juridiques pour le droit des personnes étrangères**





11 rue des Réglises 75 020 Paris **01 53 06 84 84**



Consultations transculturelles et psycho-traumatisme Site  
Sainte-Anne 1, rue Cabanis 75014 Paris **01 45 65 81 23**



L'hôpital Avicennes à Bobigny Consultation  
psychotraumatismes et maltraitance - Portail du CHU 93  
(aphp.fr) 01 48 95 54 74



Psychopathologie et centre de victimologie pour mineurs à  
l'hôpital Armand Trousseau : **01 44 73 64 10** Psychopathologie  
et centre de victimologie pour mineurs - Hôpital Trousseau  
AP-HP (aphp.fr)

# LES FORMATIONS

Le GEPS propose trois modules de formation:

1. **La formation à l'évaluation et à l'intervention de crise suicidaire** à savoir en priorité **les professionnels en première ligne** urgentistes, psychiatres et professionnels de la psychiatrie exerçant auprès des patients à risque
2. **La formation à l'évaluation et l'orientation de personnes repérées** comme étant à risque suicidaire pour tous les **professionnels de santé et éducatifs** travaillant auprès des personnes vulnérables.
3. **La formation Sentinelle** : Renforcement des habiletés et motivations de **citoyens ou professionnels non-soignants** repérés dans leur communauté comme présentant une disposition spontanée à l'aide et au souci pour autrui.



## LES CONDUITES SUICIDAIRES : IDENTIFIER ET PRÉVENIR

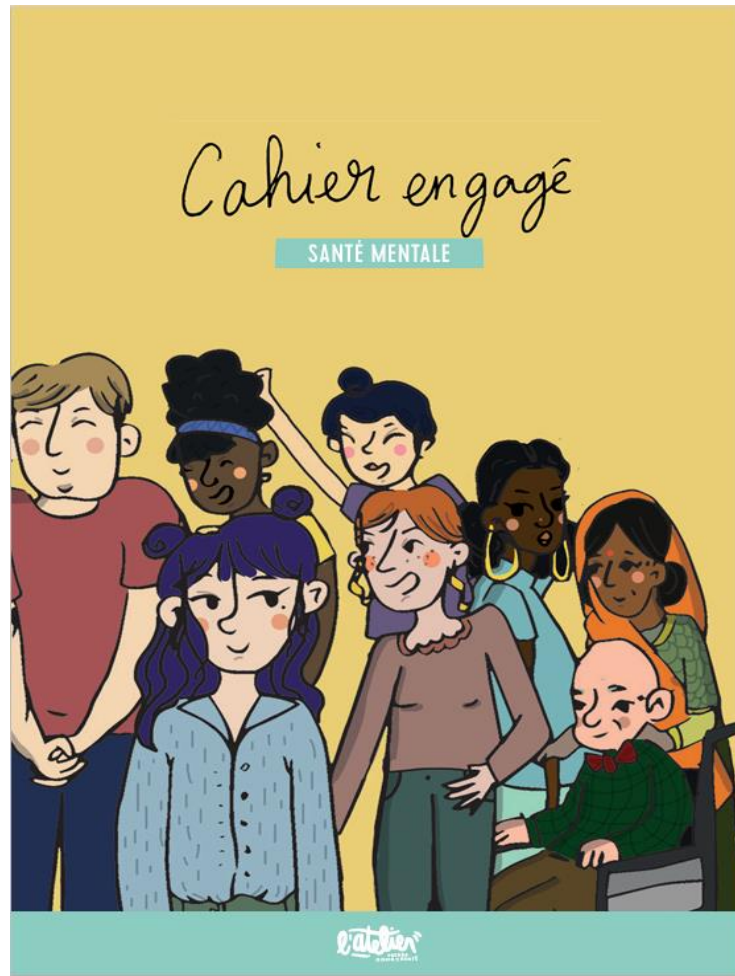
[Les conduites suicidaires : identifier et prévenir | My Mooc \(my-mooc.com\)](https://my-mooc.com)

PARIS

# Guide santé mentale

Soins, accompagnements & entraide

PSYCOM



SANTÉ MENTALE ET...

# Santé mentale et jeunes

PSYCOM



A yellow speech bubble contains the text 'PSY ILE DE FRANCE' and 'Soutien et information aux familles touchées par des troubles psychiques'. Below it, a teal box displays the phone number '01.48.00.48.00' with a telephone icon.

The logo features the words "Souffrance" and "Travail" in a black, handwritten-style font, separated by a large, bold red "X".

Souffrance X Travail

[Souffrance au Travail | SET \(souffrance-et-travail.com\)](http://souffrance-et-travail.com)

Marie Pezé, Docteur en Psychologie, psychanalyste, ancien expert judiciaire, fondatrice du réseau de consultations spécialisées Souffrance & Travail

The logo consists of the word "PSYCOM" in large, white, sans-serif capital letters on a teal rectangular background. Below it, the words "Santé Mentale Info" are written in a smaller, white, sans-serif font.

PSYCOM  
Santé Mentale Info

Le Psycom : organisme public d'information en santé mentale, publications de brochures, outils de déstigmatisation [www.psycom.org](http://www.psycom.org)

The logo features the word "CEAPSY" in large, bold, blue, sans-serif capital letters with a red triangle above the 'E'. Below it, the text "Centre Ressource Troubles Psychiques Île-de-France" is written in a smaller, blue, sans-serif font.

CEAPSY  
Centre Ressource Troubles Psychiques  
Île-de-France

La permanence quotidienne généraliste et la permanence du médiateur santé pair du CEAPSY  
01 55 03 00 75 (standard) – **01 88 40 38 80** (permanence) **01 88 40 38 83** (permanence MSP)  
[contact@ceapsy.org](mailto:contact@ceapsy.org) / [www.ceapsy-idf.org](http://www.ceapsy-idf.org)

# Pour aller plus loin...

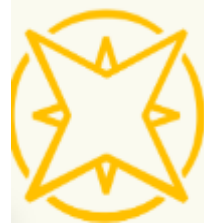


**Premiers Secours  
en Santé Mentale  
France**

APPRENDRE À AIDER



**Cn2r**  
Centre national  
de ressources  
et de résilience



**Santé  
mentale  
France**



**DCA HANDICAP**  
*Diagnostic Conseil Accompagnement*

SPÉCIALISTE DU HANDICAP PSYCHIQUE





# À SUIVRE !

Les prochains ateliers du rétablissement en santé mentale se dérouleront en IDF:

**Le jeudi 10 octobre 2024**

Portés par la Fondation de France, la fédération Santé Mentale France et coorganisés avec le CEAPSY



**CÉAPSY**

**PERMANENCES**

**D'INFORMATION ET D'ORIENTATION**

Personnes concernées – Proches – Professionnel.le.s

Par tél. : **01 88 40 38 80**

Sur RDV : **102 avenue du Général Leclerc 75014 Paris**

À la demande : **vidéo-permanences**

Par email : **contact@ceapsy.org**

# CÉAPSY

Centre Ressource Troubles Psychiques  
Île-de-France

## Nous trouver

102 av. du G. Leclerc 75014 Paris  
Métro 4 – Alésia ou Porte d'Orléans  
Bus Lignes 28, 38, 68

## Nous joindre

01 55 03 00 75 (standard) – 01 88 40 38 80 (permanence)  
contact@ceapsy.org  
Site Internet : [www.ceapsy-idf.org](http://www.ceapsy-idf.org)