

# Répertoire de permanences d'écoute



**Habitat  
Jeunes**  
Île-de-France

## Lignes d'écoutes généralistes

<u>Fil santé Jeunes</u>	A destination des <b>12-25 ans</b> , Fil Santé Jeunes propose un <b>Tchat</b> et une <b>plateforme téléphonique</b> d'écoute : <b>0 800 235 236 (9h à 23h)</b> .
<b>3114</b>	Un numéro national pour tous, en <b>prévention du suicide</b> . <b>Gratuit</b> , confidentiel <b>24h/24</b> . Des affiches et médias aux nombreux formats sont disponibles.
<u>Plateforme d'écoute de la Croix-Rouge</u>	Les bénévoles sont disponibles en semaine de <b>10h à 18h</b> et le samedi de <b>12h à 18h</b> , au <b>0 800 858 858</b> .
<u>SOS Amitié</u>	<b>09 72 39 40 50</b> , tous les jours, <b>24h/24</b> et Tchat disponible tous les jours de <b>13h à 3h</b> – Services <b>gratuits</b> – Accueil et écoute des <b>personnes en détresse</b> et de leur entourage – <i>Labellisé Aide en Santé</i> .
<u>SOS Crise</u>	<b>0 800 19 00 00</b> , tous les jours, de <b>9h à 19h</b> – Services <b>gratuits</b> – Ecoute, soutien, information et orientation des <b>personnes en détresse</b> .
<u>Suicide Écoute</u>	<b>01 45 39 40 00</b> , tous les jours, <b>24h/24</b> – <b>Coût d'une communication locale</b> – Accueil et écoute des personnes en <b>grande souffrance psychologique</b> ou <b>confrontées au suicide</b> , et de leur entourage – <i>Labellisé Aide en Santé</i> .
<u>SOS Suicide Phénix</u>	<b>01 40 44 46 45</b> , tous les jours, de <b>13h à 23h</b> – <b>Coût d'une communication locale</b> – Accueil et écoute des personnes en souffrance psychologique ou <b>confrontées au suicide</b> , et de leur entourage – <i>Labellisé Aide en Santé</i> .
<u>Refuge</u>	<b>06 31 59 69 50</b> (téléphone et SMS), tous les jours, <b>24h/24</b> – <b>Coût d'une communication mobile</b> . Accueil, soutien, information, orientation des <b>jeunes LGBT victimes d'homophobie</b> ou de <b>transphobie</b> et en situation de rupture familiale.

# Lignes d'écoutes généralistes

<u>Phare Enfants Parents</u>	<b>01 43 46 00 62</b> , du <b>lundi au vendredi</b> de <b>10h à 17h</b> . Accueil et écoute des parents confrontés au <b>mal-être et au suicide des jeunes</b> – Labellisé Aide en Santé.
<u>Écoute santé</u>	<b>0 800 156 156</b> , <b>tous les jours, de 8h à 23h</b> – Services <b>gratuits</b> – Ecoute, soutien, information et accompagnement des <b>personnes en souffrance psychologique</b> – Labellisé Aide en Santé.
<u>laVita</u>	Propose un suivi psychologique pour <b>tout jeune en mal-être</b> âgé de <b>13 à 25 ans</b> . <b>01 44 75 54 54</b> – Permanence téléphonique du <b>lundi au vendredi</b> de <b>9h à 20h</b> et le <b>samedi matin</b> . Soutien psychologique <b>gratuit</b> .
<u>Nightline Paris</u>	Pour les <b>étudiants</b> à partir de <b>18 ans</b> <b>01 88 32 12 32</b> – <b>tous les jours de 21h à 2h30</b> . <b>Tchat tous les jours de 21h à 2h30</b> .
<u>Comment on s'aime</u>	<b>Tchat national d'aide et d'orientation</b> pour les <b>femmes et les personnes LGBTQIA+</b> qui vivent des <b>violences</b> : du <b>lundi au samedi de 10h à 21h</b> .
<u>Chat'écoute   SOS homophobie</u>	Horaires du <b>Tchat'écoute</b> : - Le <b>jeudi</b> de <b>21 h à 22h30</b> - Le <b>dimanche</b> de <b>18 h à 19h30</b> <b>01 48 06 42 41</b> – Horaires de la ligne d'écoute <b>anonyme</b> – du <b>lundi au jeudi</b> de <b>18 h à 22 h</b> - le <b>vendredi</b> et <b>dimanche</b> de <b>18 h à 20 h</b> - le <b>samedi</b> de <b>14 h à 16 h</b> .
<u>Terrapsy – Psychologues sans frontières</u>	<b>Ligne d'écoute multilingue</b> <b>09 82 25 62 45</b> , du <b>lundi au vendredi</b> de <b>9h à 12h30</b> et de <b>13h30 à 17h</b> – Appel et service <b>gratuits</b> . Écoute et <b>accompagnement psychologique</b> de toute <b>personne isolée ou fragilisée</b> par le confinement. Les entretiens peuvent se faire en <b>français, anglais, arabe</b> .
<u>SOS Help</u>	<b>Ligne d'écoute multilingue</b> <b>01 46 21 46 46</b> , <b>tous les jours, de 15h à 23h</b> – <b>Coût d'une communication locale</b> . Écoute, soutien en langue <b>anglaise</b> des personnes en <b>détresse</b> et de leur entourage.