

# Dispositifs d'aide à distance en santé accessibles pendant l'épidémie de Covid-19

## PLATEFORME D'INFORMATIONS COVID-19

- **Information Coronavirus Covid-19 : 0800 130 000, tous les jours, 24h/24** – Appel et service gratuits  
Service d'information sur le Covid-19 (cette plateforme n'est pas habilitée à dispenser des conseils médicaux)  
<https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus> (avec espace de contact dédié aux personnes sourdes, malentendantes ou aveugles)

## SANTE MENTALE

- **Le 31 14 : Numéro national de prévention du suicide, accessible tous les jours, 24h/24** – Appel confidentiel et gratuit  
Ecoute, évaluation, orientation et intervention auprès des personnes ayant des idées suicidaires, inquiètes pour un proche ou confrontées au suicide. Ligne également ouverte aux professionnels qui souhaitent des informations ou un appui pour l'accompagnement d'une personne repérée comme à risque suicidaire.  
[www.3114.fr](http://www.3114.fr)
- **Croix-Rouge Ecoute : 0800 858 858, du lundi au samedi de 9h à 19h et le dimanche de 12h à 18h, ou 09 70 28 30 00, du lundi au samedi de 9h à 19h** – Appel et service gratuits  
Service de soutien psychologique et de livraison solidaire  
<https://www.croix-rouge.fr/Nos-actions/Action-sociale/Ecoute-acces-aux-droits/Croix-Rouge-Ecoute-service-de-soutien-psychologique-par-telephone> (accessibilité aux personnes sourdes et malentendantes)
- **SOS Amitié : 09 72 39 40 50, tous les jours, 24h/24** – Appel et service gratuits  
Accueil et écoute des personnes en détresse et de leur entourage – *Labellisé Aide en Santé*  
<https://www.sos-amitie.com/>
- **SOS Crise : 0800 19 00 00, tous les jours, de 9h à 19h** – Appel et service gratuits  
Ecoute, soutien, information et orientation des personnes en détresse
- **Ecoute santé : 0800 156 156, tous les jours, de 8h à 23h** – Appel et service gratuits  
Ecoute, soutien, information et accompagnement des personnes en souffrance psychologique - *Labellisé Aide en Santé*
- **Suicide Ecoute : 01 45 39 40 00, tous les jours, 24h/24** – Coût d'une communication locale  
Accueil et écoute des personnes en grande souffrance psychologique ou confrontées au suicide, et de leur entourage - *Labellisé Aide en Santé*  
<https://suicide-ecoute.fr>
- **SOS Suicide Phénix : 01 40 44 46 45, tous les jours, de 13h à 23h** – Coût d'une communication locale  
Accueil et écoute des personnes en souffrance psychologique ou confrontées au suicide, et de leur entourage - *Labellisé Aide en Santé*  
<https://sos-suicide-phenix.org>
- **Solitud'écoute : 08 00 47 47 88, tous les jours, de 15h à 20h** - Appel et service gratuits  
Accueil et écoute des personnes de + de 50 ans  
[www.petitsfreresdespauvres.fr/nos-actions/apporter-une-presence/ecoute-anonyme](http://www.petitsfreresdespauvres.fr/nos-actions/apporter-une-presence/ecoute-anonyme)
- **Ligne d'écoute du Refuge : 06 31 59 69 50 (téléphone et SMS), tous les jours, 24h/24** – Coût d'une communication mobile  
Accueil, soutien, information, orientation des jeunes LGBT victimes d'homophobie ou de transphobie et en situation de rupture familiale  
<https://www.le-refuge.org/>
- **Phare Enfants Parents : 01 43 46 00 62, du lundi au vendredi de 10h à 17h**  
Accueil et écoute des parents confrontés au mal-être et au suicide des jeunes - *Labellisé Aide en Santé*  
<https://www.phare.org/>

## Dispositifs d'aide à distance en santé accessibles pendant l'épidémie de Covid-19

- **Ecoute-famille : 01 42 63 03 03, du lundi au vendredi de 9h à 13h et de 14h à 18h (17h le vendredi)**  
– Coût d'une communication locale  
Information, orientation et soutien psychologique de personnes confrontées aux troubles psychiques d'un proche  
<https://www.unafam.org/besoin-daide/covid-19-lunafam-vos-cotes>
- **Agri'écoute : 09 69 39 29 19, tous les jours, 24h/24** – Coût d'une communication locale  
Information, soutien, orientation pour les agriculteurs en situation de mal-être et leur entourage.  
<https://www.msa.fr/lfy/solidarite/prevention-suicide>
- **Ecoute défense : 08 08 800 321, tous les jours, 24h/24** – Appel et service gratuits  
Ecoute, soutien, information, orientation des militaires, ex-militaires, familles de militaires et civils de la défense exposés à des situations de stress et traumatismes psychiques en service  
<https://www.defense.gouv.fr/sante/dossiers-complementaires/classeur-stress-post-traumatique/contacts-ecoute-defense>

### Lignes d'écoute multi-lingues :

- **Terrapsy – Psychologues sans frontières : 09 82 25 62 45, du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h** – Appel et service gratuits  
Ecoute et accompagnement psychologique de toute personne isolée ou fragilisée par le confinement. Les entretiens peuvent se faire en **français, anglais, arabe**.  
<http://www.terrapsy.org>
- **SOS Help : 01 46 21 46 46, tous les jours, de 15h à 23h** – Coût d'une communication locale  
Ecoute, soutien **en langue anglaise** des personnes en détresse et de leur entourage  
[www.soshelpline.org](http://www.soshelpline.org)

## VIOLENCES

En cas de danger grave et immédiat, appelez la police (17), les pompiers (18) ou le SAMU (15)

- **France Victimes : 116 006, tous les jours, de 9h à 19h** – Appel et service gratuits  
Ecoute et aide pour toute personne victime d'infractions pénales (violences, viol, escroquerie, abus de confiance, atteintes aux biens et aux personnes...)  
<http://www.france-victimes.fr/index.php/accueil/espace-aide-aux-victimes-2>
- **Le 3977 : 3977, du lundi au vendredi de 9h à 19h** – Service gratuit et coût d'un appel  
Accueil, écoute, information des victimes ou témoins de maltraitance envers les personnes âgées ou handicapées  
<https://3977.fr/>
- **Allo enfance maltraitée : 119, tous les jours, 24h/24** - Appel et service gratuits  
Ecoute, assistance, information et orientation des personnes confrontées à des situations de maltraitance à enfants  
[www.allo119.gouv.fr/](http://www.allo119.gouv.fr/) (accessibilité aux personnes sourdes et malentendantes du lundi au vendredi de 8h30 à 19h et le samedi de 9h à 12h ou par SMS au 114)
- **Stop maltraitance: 0800 05 1234, du lundi au vendredi de 10h à 18h** - Appel et service gratuits  
Ecoute, assistance, information et orientation des personnes confrontées à des situations de maltraitance à enfants  
<https://enfance-et-partage.org/la-maltraitance/stop-maltraitance/>

# Dispositifs d'aide à distance en santé accessibles pendant l'épidémie de Covid-19

## VIOLENCES CONJUGALES

En cas de danger grave et immédiat, appelez la police (17), les pompiers (18) ou le SAMU (15)

- **Violences femmes info : 3919, tous les jours, 24h/24** - Appel et service gratuits  
Accueil, écoute, information, orientation des femmes victimes de violence, leur entourage et les professionnels concernés  
<http://www.solidaritefemmes.org/appeler-le-3919> (accessibilité aux personnes sourdes, malentendantes ou ayant des troubles du langage)
- **Urgence 114 : Envoi d'un SMS au 114, en indiquant l'adresse où la victime se trouve.**  
Dispositif d'aide aux victimes de violences conjugales et parentales  
<https://arretonslesviolences.gouv.fr> Cliquer sur « **Signaler en ligne** », **tous les jours, 24h/24**  
Permet aux victimes ou témoins de dialoguer par tchat avec un policier formé
- **Viols Femmes Informations : 0800 05 95 95, du lundi au vendredi de 10h à 19h** - Appel et service gratuits  
Ecoute, soutien, information, accompagnement, aide et orientation adaptée des femmes victimes de viol ou d'agression sexuelle, leur entourage et les professionnels concernés  
<https://cfcv.asso.fr/>
- **Prévention des violences conjugales : 08 019 019 11, tous les jours de 9h à 19h** – Appel et service gratuits  
Ecoute et accompagnement des auteurs de violences conjugales

## ENFANTS ET JEUNES – PARENTALITE

- **Fil santé jeunes : 0800 235 236, tous les jours de 9h à 23h** – Appel et service gratuits  
Accueil, écoute, information et orientation des jeunes de 12 à 25 ans - Appel anonyme et confidentiel - *Labellisé Aide en Santé*  
<http://www.filsantejeunes.com/> (accessibilité aux personnes sourdes ou malentendantes)
- Le site [www.soutien-etudiant.info](http://www.soutien-etudiant.info) recense les différents dispositifs d'aide à distance pour les étudiants
- **Enfance et Covid : 0 805 827 827, du lundi au vendredi de 13h à 15h** – Appel et services gratuits  
Ecoute, accompagnement et soutien des parents, futurs parents et professionnels de la petite enfance  
<http://www.enfance-et-covid.org/>
- **Allo, parents en crise : 0 805 382 300, du lundi au samedi de 10h à 13h et de 14h à 20h** – Appel et service gratuits  
Accueil, écoute, information et accompagnement des parents, des jeunes et des professionnels  
<https://www.ecoledesparents.org/>
- **3018 : Numéro national pour les jeunes victimes de violences numériques, du lundi au samedi de 9h à 20h** – Appel et service gratuits  
Ecoute, information, conseils et assistance aux enfants, jeunes et parents pour toute question liée aux usages d'internet et aux violences numériques – Appel anonyme et confidentiel  
<https://www.netecoute.fr/>
- **Enfants disparus : 116 000, tous les jours, 24h/24** – Appel et service gratuits  
Accueil, écoute, soutien des familles d'enfants disparus  
<http://www.116000enfantsdisparus.fr>

## HANDICAP

- **Plateforme recensant tous les services nationaux et locaux** déployés actuellement sur le territoire, pour accompagner les personnes handicapées et leurs familles :  
<https://solidaires-handicaps.fr/informations>  
<https://solidaires-handicaps.fr/besoinaide>

## Dispositifs d'aide à distance en santé accessibles pendant l'épidémie de Covid-19

- **Autisme info service : 0800 71 40 40, du lundi au vendredi de 9h à 13h, le mardi de 18h à 20h** – Appel et service gratuits  
Ecoute, information, orientation des personnes avec autisme et de leur entourage  
<https://www.autismeinfoservice.fr/>
- **Surdi info : 0812 040 040, le lundi de 13h à 19h, le mardi de 14h à 19h, le mercredi de 15h à 19h, les jeudi et vendredi de 9h à 14h** – Coût de la mise en relation 0,065 € puis 0,023 €/mn en heures pleines et 0,012 €/mn en heures creuses  
**Ou 06 13 70 49 77** (uniquement pour l'envoi de SMS), **du lundi au vendredi** – Coût d'une communication mobile  
Information, orientation des personnes sourdes ou malentendantes, de leur entourage, des professionnels qui les accompagnent  
<http://www.surdi.info/>
- **SOS Surdus : du lundi au vendredi de 10h à 12h, de 14h à 16h et de 20h à 22h, le samedi de 10h à 12h et de 20h à 22h** via  
**Skype : sos.surdus**  
**Mail : sossurdus31@gmail.com**  
Soutien, écoute, conseil, information et orientation des personnes sourdes  
<https://www.sos-surdus.fr/>
- **Urgence Répît : 0805 035 800, du lundi au vendredi de 9h à 17h** – Appel gratuit  
Ecoute, information, conseil et orientation des familles d'enfants handicapés  
<https://www.grandir-ensemble.com/>

## FIN DE VIE – ACCOMPAGNEMENT DU DEUIL

- **Centre national des soins palliatifs et de la fin de la vie : 01 53 72 33 04, du lundi au vendredi de 10h à 13h et de 14h à 17h** – Coût d'une communication locale  
Ecoute, information, soutien et orientation de l'entourage et des personnes en fin de vie  
<https://www.parlons-fin-de-vie.fr/covid-19/>
- **Fédération Vivre son deuil : 06 15 14 28 31, tous les jours** – Coût d'une communication mobile  
Accueil, écoute, accompagnement et orientation des personnes endeuillées  
<http://vivresondeuil.asso.fr/>
- **Association Empreintes : 01 42 380 808, du lundi au vendredi de 10h à 17h** – Coût d'une communication locale  
Accueil, écoute, soutien et accompagnement des personnes endeuillées  
<https://www.empreintes-asso.com/>

## DISPOSITIFS DESTINES AUX PROFESSIONNELS DE SANTE

- **Entraide ordinale : 0800 288 038, tous les jours, 24h/24** – Appel et service gratuits  
Ecoute et assistance des médecins libéraux, salariés et hospitaliers, sages-femmes, chirurgiens-dentistes, infirmiers, masseurs kinésithérapeutes et pédicures podologues  
<https://www.conseil-national.medecin.fr/publications/actualites/numero-vert-lentraide-ordinale>
- **Plateforme téléphonique SPS : 0805 23 23 36, tous les jours, 24h/24** – Appel et service gratuits  
Ecoute, soutien, accompagnement et orientation des professionnels de la santé, soignants libéraux et salariés, personnels des structures de santé, étudiants en santé et personnels des institutions et services médico-sociaux  
<https://www.asso-sps.fr/prise-en-charge/plateforme-telephonique>

## SEXUALITE, CONTRACEPTION

- **Sexualité, contraception, IVG : 08 00 08 11 11, du lundi au samedi de 9h à 20h** – Appel et service gratuits  
Ecoute, information, conseil pour toute personne se posant des questions sur l'IVG, la contraception  
<https://ivg.gouv.fr>

## Dispositifs d'aide à distance en santé accessibles pendant l'épidémie de Covid-19

- **Ligne Azur : 01 41 83 42 81, tous les jours, de 8h à 21h** – Coût d'une communication locale  
Ecoute, soutien, information et orientation de toute personne se posant des questions sur son orientation sexuelle, et ses proches - *Labellisé Aide en Santé*  
<https://www.ligneazur.org/>

### ADDICTIONS

- **Alcool info service : 0 980 980 930, tous les jours de 8h à 2h** – Appel non surtaxé  
Information, soutien, conseil et orientation pour les personnes en difficulté avec l'alcool et pour leurs proches - *Labellisé Aide en Santé*  
<https://www.alcool-info-service.fr>
- **Drogues info service : 0 800 23 13 13, tous les jours de 8h à 2h** – Appel et service gratuits  
Information, soutien, conseil et orientation pour les personnes en difficulté avec l'usage de drogues et pour leurs proches - *Labellisé Aide en Santé*  
<http://www.drogues-info-service.fr/>
- **Ecoute cannabis : 0 980 980 940, tous les jours de 8h à 2h** – Appel non surtaxé  
Information, soutien, conseil et orientation pour les personnes en difficulté avec l'usage de cannabis et pour leurs proches - *Labellisé Aide en Santé*  
<http://www.drogues-info-service.fr/>
- **Joueurs info service : 09 74 75 13 13, tous les jours de 8h à 2h** – Appel non surtaxé  
Information, soutien, conseil et orientation pour les personnes en difficulté avec leur pratique de jeux et pour leurs proches - *Labellisé Aide en Santé*  
<http://www.joueurs-info-service.fr/>
- **Tabac info service: 3989, du lundi au samedi de 8h à 20h** – Coût d'une communication locale  
Information, conseil et aide à l'arrêt du tabac. Service de coaching personnalisé par Internet - *Labellisé Aide en Santé*  
<https://www.tabac-info-service.fr/>

### MALADIES CHRONIQUES

- **Asthme et allergies : 0 800 19 20 21, du lundi au jeudi de 9h à 13h et de 14h à 18h, le vendredi de 9h à 12h** – Appel et service gratuits  
Information, orientation et soutien des personnes concernées par l'asthme et les allergies, et de leur entourage - *Labellisé Aide en Santé*  
<https://asthme-allergies.org/>
- **Allo Alzheimer : 0800 97 20 97, de 8h à 17h – 0970 81 88 06 de 20h à 22h** – Appel et service gratuits  
Information, soutien psychologique, accompagnement de l'entourage  
<https://www.francealzheimer.org/contactez-votre-association-locale/>
- **Cancer info : 0 805 123 124, du lundi au vendredi de 9h à 19h, le samedi de 9h à 14h** – Appel et service gratuits  
Information, conseil, soutien (médical, pratique ou social) des patients et de leurs proches  
<https://www.e-cancer.fr/Patients-et-proches/Cancer-Info>
- **France Parkinson : 01 45 20 98 96, du lundi au jeudi de 9h30 à 12h30 et de 14h à 16h, le vendredi de 9h30 à 12h30**  
Ecoute, soutien, accès à des consultations gratuites de psychologues, pour les personnes malades et leurs proches  
<https://www.franceparkinson.fr/contact/>
- **Maladies rares info service : 01 56 53 81 36, du lundi au jeudi de 9h à 12h30 et de 14h à 18h, le vendredi de 9 h à 12h30 et de 14h à 17h** - Coût d'une communication locale  
Ecoute, information, soutien, conseil et orientation des personnes atteintes de maladies rares et de leur entourage  
[www.maladiesraresinfo.org/ecoute/par-telephone.html](http://www.maladiesraresinfo.org/ecoute/par-telephone.html)

# Dispositifs d'aide à distance en santé accessibles pendant l'épidémie de Covid-19

## MALADIES INFECTIEUSES

- **Hépatites info service : 0 800 845 800, tous les jours, de 8h à 21h** – Appel et service gratuits  
Information, prévention, orientation, soutien sur les hépatites pour les personnes concernées et leur entourage - *Labellisé Aide en Santé*  
<https://www.hepatites-info-service.org/>
- **Sida info service : 0 800 840 800, tous les jours, 24h/24** – Appel et service gratuits  
Information, soutien, orientation, prévention sur le VIH/sida, les IST pour les personnes concernées et leur entourage - *Labellisé Aide en Santé*  
<http://www.sida-info-service.org/>
- **Sida Info plus : sur Rdv au 0 800 840 800, tous les jours, de 8h à 23h** – Appel et service gratuits  
Accompagnement personnalisé des personnes séropositives - *Labellisé Aide en Santé*  
<https://www.sidainfoplus.fr/>