



SANTÉ MENTALE

LES DISPOSITIFS D'AIDE

4

Sites et numéros

- **Filsantejeune.com** : 0 800 235 236
<https://www.filsantejeunes.com/>
<https://www.filsantejeunes.com/annuaire-de-liens?cat=MAL%20ETRE#>
- **SOS-amitié.com** : 09 72 39 40 50
<https://www.sosamitie.org/>
- **Cnaé** : 0 800 737 800
→ service d'écoute pour les personnes qui vivent des situations de mal-être, violences, discriminations
0 800 737 800
cnae@enseignementsup.gouv.fr
- **Ligue suicide / prévention** : 3114
- **Violences sexistes et sexuelles** : 3919
- **SOS Déprime** : 0 800 858 858
- **SPS** : 0 805 23 23 36
→ 120 psychologues, 24H/24 7j/7
<https://www.sps-institut.fr/nos-missions/vous-accompagner/le-dispositif-daccompagnement-psychologique>
- **Nightline étudiants** - service d'écoute pour les étudiant·e·s par des étudiant·e·s
<https://www.nightline.fr/soutien-etudiant>
<https://www.nightline.fr/kit-de-vie/comment-ca-va-vraiment>
- **Psychom** : site qui recense les nombreux sites dédiés à la santé mentale
<https://www.psycom.org/>

Tous les appels sont ANONYMES, CONFIDENTIELS et GRATUITS

5

En situation de crise

- En cas d'urgence : 17 / 18 / 112
- Numéro national de prévention du suicide : 3114
- Violences femmes infos : 3919
- Se rendre aux urgences