

URGENCES

En cas d'urgence, appelez :

SAMU : 15

Pompiers : 18

Urgences médicales ou péril : 112

Allô Enfance en danger : 119

Numéro national de prévention suicide : 3114

On peut remarquer des comportements alarmants **chez soi-même ou chez une personne de notre entourage**. Voici plusieurs situations qui doivent te faire penser à une **urgence psychiatrique** : ne plus s'alimenter, rester prostré, s'isoler, abandonner ses activités habituelles, des violences envers soi-même, envers autrui ou envers les objets ou les meubles autour de soi, des hallucinations, un état d'agitation,angoisse, un état dépressif intense...

Centre Psychiatrique d'Orientation et d'Accueil (CPOA)

Service d'urgence psychiatrique qui accueille toute personne de plus de 16 ans. Les consultations et les soins y sont entièrement gratuits.

Accueil 24h/24, 7j/7

Hôpital Sainte-Anne

1 rue Cabanis, 75014 PARIS
01 45 65 81 09 / 01 45 65 81 10

Service d'Accueil des Urgences (SAU)

Accueil 24h/24, 7j/7

SAU Hôpital Armand Trousseau
28 Avenue du docteur Netter, 75012 Paris
01 44 73 68 75

Quartier Jeunes Santé

Situé dans l'ancienne mairie du 1^{er} arrondissement, QJ (Quartier Jeunes) offre aux jeunes, **de 16 à 30 ans**, de Paris et de l'Île-de-France un accueil personnalisé et des solutions dans tous les domaines de la vie : emploi, orientation, métier, engagement, santé, accès au droit, logement, vacances, culture, loisirs, sport... Ce lieu d'accueil entièrement dédié à la jeunesse propose, au sein de l'espace « **Quartier Jeunes Santé** » des permanences psy :

- lundi de 14h00 à 17h00
- mardi de 14h00 à 16h00
- mercredi de 15h00 à 17h00
- jeudi de 10h00 à 12h00 puis de 14h00 à 18h00
- vendredi de 13h00 à 18h45

Gratuit sans rendez-vous

Quartier Jeunes
4 place du Louvre, 75001 Paris

En savoir plus →



POUR ALLER PLUS LOIN...



Réseau transition

Annuaire des centres de détection et d'intervention pour les 12-30 ans

Boîte à outils des troubles mentaux

Psycom

Guide des centres de santé mentale
Soins accompagnements et entraide



SANTÉ MENTALE

Brochure de ressources et d'informations
éditée par l'association CLAJE



ÉCOUTE RENSEIGNEMENTS

ÉCOUTE TÉLÉPHONIQUE

NIGHTLINE

De 21h00 à 02h30 tous les jours de la semaine sauf le mardi et le mercredi
Par téléphone : 01 88 32 12 32
Par tchat : www.nightline-paris.fr

PSY ILE-DE-FRANCE

01 48 00 48 00

PE (SOINS AUX PROFESSIONNELS DE SANTÉ)

0 805 23 23 36

RENSEIGNEMENTS

La maison perchée

Association qui propose des informations et des groupes de parole
De 09h00 à 12h30 du mardi au vendredi
et de 10h00 à 18h00 le samedi
59 avenue La République, 75011 Paris

AUTRES

Owlie le chatbot

<https://www.owliechatbot.fr/>

Owlie est un chatbot (agent conversationnel)
de soutien psychologique disponible 24h/24 7j/7.

ACCUEIL & ÉCOUTE

Espaces d'accueils gratuits,
confidentiels et anonymes si besoin

MAISON DES ADOLESCENTS (MDA)

Accueil aux adolescente.s quels que soient leurs questionnements
ou préoccupations (médicale, sexuelle, psychique, scolaire, juridique,
sociale, familiale...). Avec ou sans rendez-vous

MDA Robert Debré	12-20 ans	8 avenue de la Porte du Pré Saint-Gervais, 75019 Paris	01 40 40 27 60
MDA Maison de Solenn	11-18 ans	97 boulevard de Port-Royal, 75014 Paris	01 58 41 24 24

POINT D'ACCUEIL & D'ÉCOUTE JEUNES (PAEJ)

Espace de parole pour les jeunes, permettant des échanges
avec un psychologue sur des sujets qui les préoccupent.
On y trouve également d'autres professionnels
tels que des éducateurs et des animateurs.

PAEJ (12-25 ans)

24 rue Ramponeau, Paris 75020
01 48 05 01 01
paj@anrs.asso.fr

SOINS

CENTRE MÉDICO-PSYCHOLOGIQUE (CMP)

Offre des consultations médicopsychologiques gratuites,
accessibles à toute personne en difficulté psychique.

Chacun dépend d'un CMP spécifique en
fonction de son lieu de résidence.

L'ESPACE PSYCHANALYTIQUE D'ORIENTATION ET DE CONSULTATIONS (EPOC)

Prise en charge de toute personne en détresse
psychique ou sociale. Sans rendez-vous mercredi
et samedi 14h-17h, sur rendez-vous du lundi au
dimanche.

18 rue Georges Thill, Paris 75019
06 84 23 52 89

AUTRES

Consultation dysphorie de genre Site Sainte-Anne

À partir de 16 ans
1 rue Cabanis,
Paris 75014
01 45 65 81 05

Consultation de psycho-addictologie de l'adolescent et du jeune adulte (CP3A)

Site Sainte-Anne
1 rue Cabanis
Pavillon F,
Paris 75014
01 45 65 64 02