

Plateformes gratuites d'écoute et de soutien psychologique en ligne COVID-19 et confinement

Pour le personnel soignant

Numéro vert national de l'association Soins aux Professionnels de Santé : 24/24 et 7/7, des psychologues vous répondent au 0 805 232 336

Plateforme d'écoute du CHR de Saint Etienne du Rouvray pour les professionnels de santé de Rouen et son agglomération au 0 805 040 013 du lundi au vendredi de 10h à 13h et de 14h à 17h et le week-end de 14h à 16h.

PsyForMed.com : plateforme de prise de rendez-vous en ligne (téléphone ou visioconférence), avec un psychologue bénévole

Psychologues-solidaires.fr : plateforme de prise de rendez-vous en ligne (téléphone ou visioconférence) avec un psychologue bénévole.

Pour la population générale

Association Terrapsy : accompagnement psychologique par téléphone et en urgence. Entretiens avec un psychologue proposés en français, anglais et arabe. 7/7 au 0 805 383 922.

Plateforme de soutien psychologique et aide à la parentalité du CHR de Saint Etienne du Rouvray au 0 805 040 013 du lundi au vendredi de 10h à 13h et de 14h à 17h et le week-end de 14h à 16h.

Croix-Rouge chez vous au 09 70 28 30 00

SOS Amitié : des écoutants bénévoles sont à votre écoute 24/24 et vous avez besoin de parler pour rompre l'isolement, au 09 72 34 40 50.

Cogito'z : hotline d'écoute et de soutien au 0 805 822 810.

Psychosolidaires.org : plateforme de prise de rendez-vous en ligne (téléphone ou visioconférence) avec un psychologue bénévole.

De nombreux psychologues proposent des permanences gratuites via le site Doctolib.

Cellule d'urgence médico-psychologique

En cas de détresse psychologique importante, contactez le 0 800 130 000.

Victimes de violences physiques, psychologiques, conjugales

Numéro national d'Aide aux victimes : 116 006

Numéro national d'aide aux femmes victimes de violences et à leur entourage : 39 19

Enfant en danger : 119

En cas d'urgence, appelez le 17 - Plateforme de signalement des violences