

# Vos numéros santé

**“Etre bien dans sa peau, bien dans sa tête”, c’est avant tout bénéficier d’une écoute à ses problèmes et obtenir des réponses à ses questions.**  
Pour faire face aux difficultés, n’hésitez pas à **appeler les numéros** et **consulter les sites Internet** listés ci-dessous !

## CAP ECOUTE

**0 800 333 435**

numéro vert, 9h–21h, du lundi au vendredi (sauf les jours fériés)

Une équipe qualifiée vous répond pour évoquer vos difficultés relationnelles, familiales, un mal être, des conduites à risque ...

## CROIX-ROUGE ECOUTE

**0 800 858 858** [ [www.croix-rouge.fr](http://www.croix-rouge.fr) ]

numéro vert, 10h–22h du lundi au vendredi et 12h–18h le week-end et les jours fériés

A l’écoute de tout type de difficulté : mauvais traitements, troubles alimentaires, dépression, fugue ...

## FIL SANTE JEUNES

**32 24** [ [www.filsantejeunes.com](http://www.filsantejeunes.com) ]

depuis un fixe, numéro vert, 8h–minuit, 7j/7

**01 44 93 30 74**

à partir d’un mobile, sans surtaxe

Des médecins et psychologues répondent à vos questions sur l’amour, la sexualité, les drogues, le mal être ...

## SOS AMITIE

**04 78 85 33 33** [ [www.sos-amitie.org](http://www.sos-amitie.org) ]

24h/24, 7j/7

## SOS DEPRESSION

**01 40 47 95 95** [ [sos.depression.free.fr](http://sos.depression.free.fr) ]

coût d’un appel national, 24h/24, 7j/7

## SUICIDE ECOUTE

**01 45 39 40 00** [ [suicide.ecoute.free.fr](http://suicide.ecoute.free.fr) ]

coût d’un appel national, 24h/24, 7j/7

## URGENCES SOCIALES

**115**

appel gratuit (à partir d’un téléphone fixe, d’un mobile et d’une cabine sans carte), 24h/24, 7j/7

## DROGUES INFO SERVICE

**0 800 23 13 13** [ [www.drogues.gouv.fr](http://www.drogues.gouv.fr) ]

numéro vert, 8h–2h, 7j/7

**01 70 23 13 13**

à partir d’un mobile, prix inclus dans la durée du forfait

Une équipe vous conseille pour tout type d’accoutumance et de toxicomanie

## ECOUTE ALCOOL

**0 811 91 30 30** [ [www.drogues.gouv.fr](http://www.drogues.gouv.fr) ]

numéro azur, 14h–2h, 7j/7

## ECOUTE CANNABIS

**0 811 91 20 20** [ [www.drogues.gouv.fr](http://www.drogues.gouv.fr) ]

numéro azur, 8h–20h, 7j/7

## ECOUTE DOPAGE

**0 800 15 20 00** [ [www.ecoutedopage.com](http://www.ecoutedopage.com) ]

numéro vert, 10h–20h, du lundi au vendredi

## TABAC INFO SERVICE

**0 825 309 310** [ [www.tabac-info-service.fr](http://www.tabac-info-service.fr) ]

0,15 €/min, 8h–20h, du lundi au samedi

Permanences avec des tabacologues de 9h à 18h

Informations générales santé  
Mal être/santé mentale

Accès aux soins  
et droits sociaux

Drogues et dépendances

**CONTRACEPTION, SEXUALITE, IVG...****0 810 810 714 [ [www.planning-familial.org](http://www.planning-familial.org) ]**

numéro azur, 12h-18h, du lundi au vendredi

Une équipe répond rapidement à vos questions concernant la sexualité, la contraception ... et oriente vers les structures les plus adaptées sur la région

**HEPATITES INFO SERVICE****0 800 845 800 [ [www.hepatites-info-service.org](http://www.hepatites-info-service.org) ]**

numéro vert, 9h-23h, 7j/7

**LIGNE AZUR " SEXUALITE "****0 810 20 30 40 [ [www.ligneazur.org](http://www.ligneazur.org) ]**

14h-19h les lundi-mercredi-vendredi et 17h-22h les mardi et jeudi

Pour les jeunes en recherche d'orientation sexuelle

**SIDA INFO SERVICE****0 800 840 800 [ [www.sida-info-service.org](http://www.sida-info-service.org) ]**

numéro vert, 8h-23h, 7j/7

**08VICTIMES****08 842 846 37 [ [www.inavem.org](http://www.inavem.org) ]**

coût d'un appel local, 9h-21h, 7j/7

Aide aux victimes (violence, agression, vol, discrimination ...)

**APPEL VIOLENCE****0 800 409 409 Académie de Lyon  
0 800 881 361 Académie de Grenoble**

numéros verts, 15h-18h, du lundi au vendredi pendant les périodes scolaires

**ENFANCE ET PARTAGE****0 800 051 234 [ [www.enfance-et-partage.org](http://www.enfance-et-partage.org) ]**

numéro vert, 9h-19h, du lundi au samedi

A l'écoute des problèmes de maltraitance physique, psychologique, abus sexuels ...

**PROTECTION DE L'ENFANCE, MALTRAITANCE****119 [ [www.allo119.gouv.fr](http://www.allo119.gouv.fr) ]**

appel gratuit (à partir d'un téléphone fixe, d'un mobile et d'une cabine sans carte), 24h/24, 7j/7

Un numéro destiné à toutes les personnes préoccupées ou concernées par une situation d'enfant en danger

**VIOLS FEMMES INFORMATIONS 0 800 05 95 95**

numéro vert, 10h-19h, du lundi au vendredi

Soutien moral et conseil juridique

Anonymat des appels.

Les numéros verts sont gratuits à partir d'un poste fixe.

Les numéros azur sont au prix d'un appel local à partir d'un poste fixe.

Pour connaître le prix à partir d'un mobile, renseignez-vous auprès de votre opérateur.

