

Ressources En santé mentale

Séniors

Paris 13^e



Urgences

NOM	Descriptif	Téléphone / Mail / Site
 SAMU	<p>Le SAMU doit toujours être contacté en cas de doute. Il pourra soit déclencher les secours, soit vous indiquer la structure vers laquelle vous tourner.</p>	15
	<p>Si vous êtes en détresse et/ou avez des pensées suicidaires, si vous voulez aider une personne en souffrance, vous pouvez contacter le numéro national de prévention du suicide, le 3114.</p> <p>Le 3114 est accessible 24h/24 et 7j/7, gratuitement, en France entière.</p> <p>Un professionnel du soin, spécifiquement formé à la prévention du suicide, sera à votre écoute.</p>	3114
<p>Les services d'urgences psychiatriques</p>	<p>Vous pourrez retrouver toutes les informations relatives aux services d'urgences psychiatriques des pages 27 à 31 du guide du psycom.</p>	<p>https://www.psycom.org/wp-content/uploads/2024/04/Guide-75-PSYCOM_2021_WEB.pdf</p>

Introduction

Le groupe de travail santé mentale des seniors a été constitué dans le cadre du Conseil Local de Santé Mentale (CLSM) du 13^e arrondissement, en articulation avec la coordination senior du 13^e portée par la Direction des Solidarités de la Ville de Paris.

La coordination senior réunit les acteurs du territoire autour de thématiques définies en son sein (lutte contre l'isolement, accès aux droits ...).

Le CLSM a souhaité contribuer à cette coordination en proposant ce livret permettant d'améliorer la visibilité de l'offre en santé mentale pour les seniors du 13^e arrondissement.

Ce guide a été établi à des fins de recensement de différentes ressources pour l'information, l'orientation et les conseils en santé mentale, particulièrement les ressources permettant de faire le lien avec le domicile, à destination des seniors du 13^e arrondissement.

Il a été pensé, entre autres, en complément des ressources mises à disposition dans le guide proposé par la conférence des financeurs et qui recense les associations, entreprises et services publics parisiens proposant des animations et des activités :

<https://cdn.paris.fr/paris/2024/09/30/34041-depliant-senior-13e-0Yc6.pdf>

L'accès aux soins à proprement parler peut passer par un médecin généraliste qui a pour mission d'assurer un premier niveau de recours aux soins et de coordonner le suivi médical. Il peut orienter et conseiller dans le parcours de soins en santé mentale.

L'accès aux soins psychologiques peut également se faire via le dispositif mon soutien psy proposé par l'assurance maladie et dont vous retrouverez les modalités ainsi que l'annuaire dédié des psychologues conventionnés via le lien suivant :

<https://www.ameli.fr/assure/remboursements/rembourse/remboursement-seance-psychologue-mon-soutien-psy>

Enfin, pour les demandes relatives aux soins psychiatriques, nous vous conseillons le « Guide santé mentale - Soins, accompagnements & entraide » du Psycom qui recense les lieux de soins et d'accueil psychiatriques, les dispositifs médico-sociaux pour les personnes en situation de handicap psychique, les associations d'usagers et les Groupes d'entraide mutuelle (GEM), des informations sur les droits des usagers, les partenaires institutionnels et les ressources documentaires utiles pour tout Paris :

https://www.psycom.org/wp-content/uploads/2024/04/Guide-75-PSYCOM_2021_WEB.pdf

Enfin, afin de nous permettre d'évaluer et de proposer des axes d'amélioration de ce livret, nous mettons à votre disposition un court questionnaire en ligne accessible via le QR code ou le lien suivant :

https://docs.google.com/forms/d/1A5Zb44EszKWQWLpJ_sEY1UaZqIG217IHPIHMK5ZiN0Y/edit



Axe 1 – Ressources de soins et de coordination du 13e :

Nom	Champ d'intervention	Description synthétique	Orientation et coordonnées
Equipe Mobile de psychiatrie du sujet âgé (EMPSA)	<p>Evaluation à domicile des habitants du 13^e de plus de 70 ans.</p> <p>Conseil et orientation pour les professionnels du secteur sanitaire et médico-social</p>	L'EMPSA permet d'améliorer l'accès aux soins des personnes et participe au suivi en coordination avec les équipes référentes.	L'équipe intervient en lien avec un médecin traitant, sur demande d'un professionnel soignant, du champ social ou médico-social.
Le centre de santé Edison	Consultations de gériatrie pour les personnes de 75 ans et plus.	Le médecin gériatre du centre Edison reçoit les personnes sans médecin traitant ou sur orientation du médecin traitant.	Prises de rendez-vous par doctolib ou au 01.44.97.87.10
Soutien Insertion Santé (SIS)	Soutien psychologique pour les habitants du 13^e à partir de 60 ans et leurs aidants.	SIS propose des entretiens de soutien psychologique pris en charge dans le cadre d'un financement par la conférence des financeurs 75. Ces entretiens peuvent se faire à domicile pour les personnes qui ne peuvent pas se déplacer.	<p>Prise de rendez-vous par téléphone au :</p> <p>06 11 31 56 32</p> <p>Ou par mail :</p> <p>c.leu@soutien-insertion-sante.fr</p>
Unité de Liaison Psycho-Gérontologique (ULPG)	L'ULPG intervient dans tout Paris auprès des personnes des bénéficiaires de SAAD et/ou de SSIAD de la Ville de Paris « Paris domicile »	L'ULPG propose des interventions à domicile de Psychiatrie et de gérontologie via son équipe composée de psychologues, d'un ergothérapeute et d'un psychiatre.	Orientation par professionnels du service polyvalent d'aide et de soins à domicile (SPASAD) Paris Domicile ainsi que de l'EPS, de Nexumea et des médecins traitants.
Equipe mobile Alzheimer FOSAD	L'équipe Spécialisée Alzheimer réalise la prestation de soins d'accompagnement et de réhabilitation dans le 13e.	Elle intervient sur prescription médicale, 1 à 3 fois par semaine pour une période de 6 semaines de séances renouvelables. Sans avance de frais et sans reste à charge.	Orientation par infirmier de pratique avancée (IPA), médecin généraliste ou gériatre. https://www.fosad.fr/soins-a-domicile-paris/equipe-mobile-alzheimer

<p>Equipe mobile de gériatrie de la Pitié Salpêtrière</p>	<p>Gériatrie</p>	<p>L'équipe mobile intervient au sein de services hospitaliers et d'EHPAD mais peut également être sollicitée par des professionnels du soin pour un avis téléphonique.</p>	<p>L'équipe peut être sollicitée par le médecin traitant, un infirmier de pratiques avancées ou Nexumea.</p>
<p>Accueil de jour « La vie en mauve »</p>	<p>La vie en mauve est un accueil de jour non sectorisé ouvert aux personnes présentant des troubles neuro-évolutifs et/ou des troubles de l'humeur.</p>	<p>Les prix de journée sont établis par le département de Paris et dépendant du niveau de ressources des personnes. Des aides peuvent être mobilisées.</p>	<p>La vie en mauve peut être sollicité par tous. Dans le cadre de l'admission un dossier médical devra être complété.</p> <p>01 44 16 16 44</p>
<p>Accueil de jour « les portes du sud »</p>	<p>Les portes du sud est un lieu d'accompagnement thérapeutique non sectorisé s'adressant aux personnes âgées de plus de 60 ans ayant des fragilités cognitives, sociales et /ou psychiques.</p>	<p>Les prix de journée sont établis par le département de Paris et dépendant du niveau de ressources des personnes. Des aides peuvent être mobilisées.</p>	<p>Les portes du sud peut être sollicité par tous. Dans le cadre de l'admission un dossier médical devra être complété.</p>
<p>Nexumea</p>	<p>Soins palliatifs Gériatrie Parcours de santé complexes à destination des habitants du 13^e.</p>	<p>Nexumea permet aux habitants du 13^e arrondissement de bénéficier d'une coordination de leurs parcours de santé complexes ou de soins palliatifs.</p>	<p>Nexumea offre information et orientation et peut être sollicitée par tous.</p> <p>contact@nexumea.com</p> <p>01 45 88 21 09</p>
<p>CPTS 13</p>	<p>Les communautés professionnelles territoriales de santé (CPTS) sont conçues pour aider les professionnels de santé à mieux structurer leurs relations et mieux se coordonner.</p>	<p>La CPTS a pour missions, entre autres, de faciliter l'accès aux soins, notamment pour les personnes qui n'ont pas de médecin traitant et de mettre en place des parcours pour renforcer la prise en charge et le suivi des patients, éviter les ruptures de parcours et favoriser le maintien à domicile de patients complexes, handicapés, âgés...</p>	<p>La CPTS est une ressource pour les professionnels de santé</p>

Axe 2 – Ressources de soins non sectorisées

Nom	Description synthétique	Orientation et coordonnées
<p>Le Centre d'Évaluation des Troubles Psychiques et du Vieillessement</p>	<p>Le CETPV est un service non sectorisé qui propose une expertise diagnostique et thérapeutique de situations gérontopsychiatriques associant à des degrés variables une souffrance psychologique, des modifications comportementales et une plainte intellectuelle.</p>	<p>Le patient ou son médecin prend contact par téléphone au 01 45 65 81 05 Un courrier sera ensuite adressé au patient selon l'orientation choisie.</p>
<p>Espace phare</p>	<p>L'espace phare est un hôpital de jour non sectorisé. Il accueille des patients à partir de 60 ans présentant des troubles psychiques, en situation de rupture et de désadaptation sociale. Les missions générales de l'hôpital de jour sont de stabiliser les troubles, de relancer l'autonomie des personnes accueillies et d'améliorer leur qualité de vie. Possibilité d'aide pour le trajet depuis le domicile.</p>	<p>Sur indication médicale, en remplissant le questionnaire d'admission (accessible via le secrétariat : espace.phare@lad.fr ou au 01 45 84 39 01</p> <p>Locaux situés au 80 rue Castagnary 75015 Paris</p>
<p>Le Centre de Prévention du Suicide (CPS)</p>	<p>Le centre de prévention du suicide est non sectorisé et propose un accueil convivial thérapeutique à destination des parisiens retraités, isolés ou en difficulté psychique dans ses locaux. Possibilité d'aide pour le trajet depuis le domicile.</p>	<p>Sur orientation professionnelle ou sur sollicitation par la personne concernée.</p> <p>Prise de RDV par téléphone au : 01 42 78 19 87</p> <p>Locaux situés au : 3 rue Jean Baptiste Dumay - 75020</p>
<p>Le lien psy</p>	<p>Consultations par des psychologues à domicile pour les personnes dans l'incapacité de se déplacer hors de leur domicile à Paris. Les séances sont payantes, avec une possibilité de remboursement total ou partiel selon les mutuelles. Prise en charge possible dans le cadre du dispositif mon soutien psy en fonction des disponibilités.</p>	<p>Contact pour prise de RDV par téléphone au : 01 77 75 97 13 contact@lelienpsy.fr</p>
<p>CRRPSA</p>	<p>Le Centre Ressource Régional de Psychiatrie du Sujet Âgé (CRRPSA) a pour mission l'expertise des troubles psychiatriques et psychologiques chez la personne âgée de 65 ans et plus et résidant en Ile-de-France</p>	<p>Sur orientation médicale Secrétariat : 01 58 00 41 11/ 47 54 crr.psa@aphp.fr www.crrpsa.fr</p>

Axe 3 – Ressources informationnelles

Nom	Description	Coordonnées
Le PSYCOM	Annuaire, information, orientation et sensibilisation en santé mentale.	https://www.psycom.org
Le Céapsy	Centre ressource et permanence téléphonique en santé mentale, le Céapsy propose également des webinaires thématiques en santé mentale gratuits et ouverts à tous.	https://www.ceapsy-idf.org
L'assurance maladie	L'assurance maladie propose un tableau présentant de manière synthétique les bonnes pratiques en matière de prise en charge des patients ainsi que des liens directs vers des informations pratiques : annuaires et structures de 2e niveau, ainsi que des publications de référence.	https://www.ameli.fr/medecin/sante-prevention/sante-mentale-soins-primaires/seniors/sante-mentale-approche-therapeutique-personne-agee-senior
Pour les personnes âgées.fr	Site officiel d'information pour les personnes âgées et leurs aidants	https://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/
	Dossier « Préserver sa santé mentale »	https://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/preserver-son-autonomie/preserver-son-autonomie-et-sa-sante/preserver-sa-sante-mentale
La Caisse Nationale de Solidarité pour l'Autonomie (CNSA)	La CNSA a publié des recommandations à destination des professionnels et financeurs qui mettent en œuvre des actions de prévention du bien-être psychologique chez les personnes de plus de 60 ans.	https://www.cnsa.fr/actualites/8-conseils-pour-reussir-une-action-de-prevention-portant-sur-le-bien-etre-psychologique
Prévention Retraite Ile-de-France (PRIF)	Le Prif créé, coordonne, développe et finance des actions de prévention santé à l'attention des personnes retraitées en Île-de-France	https://prif.fr/
Centre aider	Site ressources des aidants en Ile-de-France	https://www.centraider.fr/
L'UNAFAM	Accueil, soutien et formation par des pairs et des professionnels à l'entourage de personnes vivant avec des troubles psychiques.	https://www.unafam.org

Axe 4 – Ressources accompagnement et lien social avec le domicile

Nom	Description synthétique	Orientation et coordonnées
<p>Maison des solidarités (MDS) / Service social de proximité (SSP)</p>	<p>Evaluation et accompagnement social au SSP 13 ou à domicile pour tous âges sur critères de vulnérabilité à destination des habitants du 13^e arrondissement.</p>	<p>01 87 67 12 13</p> <p>Les FAMO et signalements de personnes vulnérables non connues du SSP :</p> <ul style="list-style-type: none"> - de plus de 65 ans sont à envoyer à l'adresse suivante : DSOL-S13-Adultes-Vulnerables.vdp@paris.fr - de moins de 65 ans sont à adresser au secrétariat de direction à l'adresse suivante : DSOL-S13-Ssdp.vdp@paris.fr <p>Si les personnes sont déjà connues du service, saisine directe du travailleur social concerné par mail sous le format : prenom.nom.vdp@paris.fr</p>
<p>La croix rouge</p>	<p>Le service de lutte contre l'isolement et de soutien psychosocial : Offre la possibilité d'être aidé dans les démarches. Des bénévoles peuvent aussi téléphoner régulièrement pour prendre des nouvelles ou de venir rencontrer à domicile ou dans un endroit tiers, pour restaurer et maintenir un lien social.</p>	<p>0800 858 858</p> <p>En semaine de 9h à 19h et le samedi de 12h à 18h</p>
<p>Tranquillité seniors</p>	<p>Service gratuit d'accompagnement par des agents de la police municipale pour déposer ou retirer de l'argent dans une banque ou un distributeur de billets pour les habitants senior de Paris.</p>	<p>Prise de rendez-vous par téléphone au 01 42 76 77 77 Du lundi au vendredi de 9h à 17h</p>

<p>Service Technique de l'Habitat (STH)</p>	<p>A Paris, c'est le Service Technique de l'Habitat qui réceptionne et instruit les signalements relatifs à des problèmes de salubrité/sécurité/péril dans les immeubles et les logements.</p>	<p>Plus d'informations en ligne https://www.paris.fr/pages/lutte-contre-l-insalubrite-113 Ou par téléphone au 01 42 76 89 43 du lundi au jeudi de 9h30 à 11h30 et de 14h à 16h.</p>
<p>Astree</p>	<p>Astrée met en relation des bénévoles avec des personnes isolées de tous les âges et sans condition. Les rencontres ont lieu à domicile ou dans un autre lieu choisi. Accompagnement gratuit, anonyme et confidentiel.</p>	<p>Astrée Paris 3 rue Duchefdelaville 75013 Paris Tél : 01 45 83 95 00 paris@astree.asso.fr</p>
<p>Services civiques</p>	<p>Les missions de service civique peuvent recouvrir des champs très variés comme des visites de convivialités, accompagnement dans des sorties extérieures, aide à l'utilisation des outils numériques... pour des personnes âgées à domicile ou en établissement.</p>	<p>https://www.sc-solidariteseniors.fr/nous-contacter/</p>
<p>Paris en compagnie</p>	<p>Accompagnements gratuits des parisiens âgés de 65 ans et plus lors de leurs déplacements de proximité par des citoyen.nes majeur.es. qui s'engagent en fonction de leurs disponibilités.</p>	<p>Contact par au : 01 85 74 75 76 Du Lundi au samedi de 14h à 18h</p>
<p>Port'age</p>	<p>La Ville de Paris propose un service de portage de documents assuré par des jeunes volontaires du service civique intégrés aux équipes de nombreuses bibliothèques à destination des habitants en situation de handicap ou dans l'impossibilité de se déplacer.</p>	<p>Pour s'inscrire il suffit d'appeler la bibliothèque et de laisser ses coordonnées. Un rendez-vous sera fixé pour prévoir des visites.</p> <p>Dans le 13^e arrondissement trois bibliothèques proposent ce service :</p> <ul style="list-style-type: none"> -Marina Tsvetaïeva 01 45 89 55 47 -Italie 01 56 61 34 30 -Jean-Pierre Melville 01 53 82 76 76

Axe 5 – Lignes téléphoniques

Nom	Description	Coordonnées
Au bout du fil	Ecoute et conversation amicale pour les personnes âgées isolées , par des bénévoles formés à l'écoute qui appellent une fois par semaine à un moment convenu par avance, service gratuit et anonyme (seul le prénom est demandé)	Pour demander à recevoir un appel hebdomadaire (lundi au dimanche 8h-22h), laisser ses coordonnées au 01 70 55 30 69 (répondeur) Ou envoyer un courriel à service@auboutdufil.org
Le Céapsy	Le Centre Ressource Troubles Psychiques Ile-de-France propose des permanences d'orientation gratuites et anonymes par téléphone ou sur rendez-vous dans leurs locaux.	Du lundi au jeudi de 13h30 à 17h30 et le vendredi de 9h30 à 12h30 01 88 40 38 80 Sur RDV au 102 avenue du Général Leclerc - 75014
La croix rouge	Service d'aide et de soutien psychologique : il s'agit d'un espace de parole et un temps d'écoute anonyme et gratuit.	0800 858 858 En semaine de 9h à 19h et le samedi de 12h à 18h
PSY IDF	Ligne d'écoute gratuite : information, orientation, soutien aux usagers et familles touchés par des troubles psychiques.	01 48 00 48 00 7j/7j de 11h à 19h
Solitud' écoute	Mis en place par des petits frères des Pauvres, ce service anonyme et gratuit propose une écoute pour les personnes de plus de 50 ans en situation d'isolement ou de mal-être, par des bénévoles formés à l'écoute.	0800 47 47 88 (7j/7 15h-20h)
SOS Amitié	Écoute anonyme et gratuite 24h/24 7j/7	09 72 39 40 50 Prix d'un appel local
SOS Crise	SOS Crise est une plateforme d'écoute nationale et gratuite. Destinée aux personnes en détresse ou leur entourage , la plateforme apaise, conseille, informe et oriente dans le domaine du médico-psycho-social.	0800 19 00 00 Du lundi au samedi de 9h à 19h

Ce guide a été réalisé par le groupe de travail Santé mentale des seniors du Conseil Local de Santé Mentale du 13^e arrondissement avec le soutien de l'équipe ingénierie sociale des espaces parisiens des solidarités des 5^e et 13^e arrondissements (Direction des Solidarités)

Malgré toute l'attention portée à la réalisation de ce guide, des erreurs ne peuvent être exclues, n'hésitez pas à nous les signaler à l'adresse suivante : DSOL-DST-SUD@paris.fr

MAJ : Avril 2025

Gratuit-Ne peut être vendu