

Ressources psychologiques

Familles

en direction des jeunes et des familles du 13e



Ecoute | Accompagnement | Orientation

En cas d'urgence

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>	<p>15</p>
	<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>	<p>3114</p>
<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 psychom.</p>	<p>https://www.psychom.org/wp-content/uploads/2024/04/Guide-75-PSYCOM_2021_WEB.pdf</p>

Introduction

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 associatives, à destination des jeunes et de leurs familles.

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.

En fonction de l'âge et de la situation des personnes, l'entrée dans un parcours de soins peut se faire via différents professionnels (Médecin ou infirmière scolaire, services de santé universitaire, médecins spécialistes, maraudes etc.)

Les centres de santé municipaux de la Ville de Paris ont mis en place une offre de consultation psychologique consacrée aux préados, ados et aux jeunes qui s'inscrit dans un parcours de soins coordonnés.

C'est le cas notamment de la consultation psychologique pour les pré-ados et ados, de 11 à 17 ans située au Centre de santé Edison dans le 13^e arrondissement.

Pour plus d'informations : <https://www.paris.fr/pages/sante-mentale-deconfinons-la-parole-des-jeunes-16440>

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

Accueils sans RDV

Nom	Descriptif	Lieu	Téléphone / Mail / Site
PAEJ OPEJ	<p>Les PAEJ offrent une écoute, un accueil et une orientation aux jeunes âgés de 12 à 25 ans et peuvent accueillir les parents.</p> <p>Ces structures accueillent de façon inconditionnelle, gratuite et confidentielle, sans rendez-vous, seul ou en groupe jeunes ou parents souhaitant recevoir un appui, un conseil, une orientation, des lors qu'ils rencontrent une difficulté concernant la santé de façon la plus large : mal être, souffrance, dévalorisation, échec, attitude conflictuelle, difficultés scolaires ou relationnelles, conduites de rupture, violentes ou dépendantes, décrochage social, scolaire.</p>	<p>3/5 Villa du Clos de Malevert 75011 Paris</p> <p><i>Sans RDV</i> <i>Les mardis et jeudis</i> <i>Avec RDV</i> <i>Tous les jours de la semaine</i></p> <p><i>Lundi au Jeudi : 9h30 à 19h</i> <i>Vendredi : 9h30 à 16 h</i></p>	<p>01 43 57 10 01 01 43 57 11 01 www.opej.org</p>
PAEJ - APSAJ	<p>des lors qu'ils rencontrent une difficulté concernant la santé de façon la plus large : mal être, souffrance, dévalorisation, échec, attitude conflictuelle, difficultés scolaires ou relationnelles, conduites de rupture, violentes ou dépendantes, décrochage social, scolaire.</p>	<p>1 rue du Département 75019 Paris</p> <p><i>Lundi : 11h-18h</i> <i>Mardi : 15h-18h</i> <i>Mercredi : 12h-19h</i> <i>Jeudi : 11h-18h</i> <i>Vendredi : 12h et 19h</i></p>	<p>Hella de Souza 06 02 18 97 25</p> <p>Katia Bilon 06 02 04 80 88</p> <p>https://www.apsaj.com/paej/</p>
PAEJ – Le passage	<p>https://solidarites.gouv.fr/points-accueil-et-ecoute-jeunes-paej-0</p>	<p>24 rue Ramponeau 75020 Paris</p> <p><i>Lundi : 10h30-19h</i> <i>Mardi : 14h-19h</i> <i>Mercredi : 10h-14h</i> <i>Jeudi et vendredi : 14h-19h</i> <i>2^e samedi de chaque mois : 14h-18h30</i></p>	<p>01 43 48 88 87 https://www.croix-rouge.fr/unite-d-aide-aux-jeunes-le-passage</p>
Quartier Jeunes (QJ)	<p>Pour les jeunes de 16 à 30 ans.</p> <p>Accueil et écoute, permanences psychologiques gratuites et anonymes par des professionnels de santé ou des psychologues.</p>	<p>4, place du Louvre 75001 Paris</p> <p><i>Lundi 14h - 17h</i> <i>Mardi 14h - 16h</i> <i>Mercredi 15h - 17h</i> <i>Jeudi 10h - 18h</i> <i>Vendredi 13h - 18h</i></p>	<p>https://qj.paris.fr/programme/jsr/site/Portal.jsp</p>

Nom	Descriptif	Lieu	Téléphone / Mail / Site
Maison des Adolescents Cochin-Paris	Accueil anonyme si besoin et gratuit pour les adolescents de 11 à 18 ans , seuls ou accompagnés de leurs parents ou d'autres adultes, qui n'ont pas de suivi spécialisé en cours et qui se posent des questions de santé (psychique et somatique).	Hôpital Cochin 97, boulevard de Port-Royal 75014 Paris <i>L'accueil de 10h à 17h30 du lundi au vendredi par téléphone ou en se présentant sans rendez-vous auprès des professionnels qui assurent l'accueil.</i>	01 58 41 24 24 https://www.mda.aphp.fr/accueil-ados
Centre Ressources de la Familles Les Pâtes au Beurre	Lieu d'accueil avec des psychologues pour les parents, avec ou sans enfant . Gratuit, anonyme En période scolaire : Lundi de 11h30 à 13H30. Mercredi de 9h à 11h	140 rue du Fbg Saint Martin, 75010 Paris	06 22 03 23 41 https://www.lespatesaubeurre.fr/
	Accueil nocturne une fois par mois de 18h à 20h pour un temps d'échange collectif		
	Accueil parents avec enfants autour du livre certains mardis		
	Lieu d'accueil avec des psychologues pour les parents, avec ou sans enfant . Gratuit, anonyme Les semaines impaires en période scolaire : Mercredi de 15h à 17h		

Structures sur RDV

Nom	Descriptif	Lieu	Téléphone / Mail / Site
CAPA	Centre d'accueil psychanalytique pour les adolescents et jeunes adultes à partir de 12 ans	118 rue d'Assas 75006 Paris	01 40 51 78 63
Centre Hubert Flavigny IMM	Consultation gratuite de psychiatrie sur RDV pour les jeunes de 13 à 17 ans.	42, boulevard Jourdan 75014 Paris <i>Prise de RDV de 10h à 12h et de 14h à 16h</i>	01 56 61 69 17 01 56 61 69 19 https://imm.fr/nos-specialites/psychiatrie/
Relais Etudiants Lycéens	Destiné aux lycéens et étudiants parisiens. Consultations gratuites pluri-disciplinaires associant psychiatres, psychologues, enseignants.	60 rue des Grands Moulins 75013 Paris	01 45 83 89 15 Relais75.paris13@fsef.net
Ligue française pour la santé mentale	Consultations enfants.	11 rue Tronchet, 75008 Paris	01 42 66 20 70 contact@lfsm.org http://www.lfsm.org/
Maison des Familles et des cultures Fondation OPEJ	Accompagnement pour les enfants et les parents . Permanence des RDV les Jeudis et Vendredis.	3 villa du clos de Malevart 75011 Paris	01 43 57 11 01 Accueil téléphonique de 9h à 17h.

Nom	Descriptif	Lieu	Téléphone / Mail / Site
Maison des liens familiaux de la Fondation Olga Spitzer	Accompagnement à la parentalité : aider le parent à repérer ses ressources pour accompagner la crise, le changement, la situation.	Maison de la vie associative et citoyenne : <ul style="list-style-type: none"> • 14 Av René Boylesve 75016 Paris • 47 Rue Archereau 75019 Paris • 36 Rue Claude Decaen 75012 Paris 	Prise de rdv au 01 42 00 43 25 du lundi au vendredi https://maisondesliensfamiliaux.fr/
ParADOxes	Association destinée aux 11-25 ans , ParADOxes propose du lundi au samedi un accueil et des consultations ainsi que des ateliers et des groupes de paroles.	212 rue Saint-Maur 75010 Paris	Uniquement sur rendez-vous au 06 16 97 66 80 paradoxes@paradoxes-paris.org
Phare enfant-parent	Destiné aux jeunes et à leur famille. Prévention du mal-être des jeunes : lieu ressources et entretiens individuels ou familiaux sur rendez-vous.	5 rue Guillaumot 75012 Paris	01 43 46 00 62 cavaoupas@phare.org https://www.phare.org/
SEPPE Winnicott	Consultations gratuites et anonymes à destination des parents d'enfants de tous âges et des familles pour suivi ou orientation, sur RDV après contact téléphonique.	9 Cour des Petites Ecuries 75010 Paris	01 42 47 02 36

Lignes d'écoute

Nom	Descriptif	Téléphone / Mail / Site
Allo Ecoute Ado	Écoute pour les adolescents et jeunes adultes de 10 à 25 ans , par des psychologues, service confidentiel et gratuit.	06 12 20 34 71 (Lundi au vendredi 17h-20h, rappel possible)
Allo Parents en crise	Des psychologues, éducateurs, médiateurs familiaux à l'écoute des parents . Service anonyme et gratuit.	0 805 382 300 (Lundi au vendredi 10h-13h et 14h-20h, samedi 10h-13h)
Allo parlons d'enfants	Des professionnels de l'enfance ou de l'adolescence et des bénévoles pour répondre aux familles . Service anonyme et gratuit.	02 99 55 22 22 (Lundi au vendredi 10h-17h)
E-Enfance	Numéro dédié aux jeunes victimes et aux témoins de harcèlement et de violences numériques .	3018 Accessible 7 jours sur 7, de 9h à 23h par téléphone et par Tchat sur 3018.fr et via Messenger https://e-enfance.org/
Écoute infos familles	Ecoute et conseil aux parents et familles au sujet des difficultés d'un enfant. Service confidentiel et gratuit par des professionnels de l'enfance et de l'éducation.	01 81 89 09 50 (Lundi mercredi jeudi vendredi 9h-18h, mardi 14h-19h) eif@apprentis-auteuil.org

Fil Santé Jeunes	Gratuit et anonyme à destination des jeunes de 12 à 25 ans.	0800 235 236 Tous les jours de 9h à 23h Chat tous les jours de 9h à 22h filsantejeunes.com
Inter service Parents	Service téléphonique de soutien à la fonction parentale. Anonyme et gratuit du lundi au vendredi de 9h00 à 13h00 et 14h00 à 18h00.	01 44 93 44 93 https://parents.epe-idf.com/isp/
Phare enfants-parents	Ecoute parents , service anonyme et gratuit par des bénévoles formés, une psychologue et une thérapeute familiale.	01 43 46 00 62 (Lundi au vendredi 10h-17h) cavaoupas@phare.org
Psy santé parents, le fil des Pâtes au beurre	Ecoute et soutien des parents d'enfants de tous âges par des psychologues, psychomotriciens et psychiatres, service anonyme et gratuit.	02 40 16 90 50 (Lundi 9h-11h, vendredi 12h-14h)
SEPPE WINNICOTT	Service d'écoute anonyme et gratuit, par des psychologues à destination des parents et des familles.	01 42 46 66 77 (Du lundi au jeudi 8h30-18h30 et vendredi 8h30-13h30)
SOS Amitié	Pour tous.	01 42 96 26 26 Tous les jours 24h/24 Chat tous les jours de 13h à 3h https://www.sosamitieidf.asso.fr/

Pour aller plus loin...

Pour aller plus loin et bénéficier de nombreuses ressources informationnelles disponibles en ligne, nous vous proposons une sélection de sites proposant des supports divers d'information et de sensibilisations sur la santé mentale des jeunes :

Clépsy	L'équipe de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent de l'hôpital Robert Debré de l'APHP a mis en ligne une série de conseils et de vidéo pour accompagner le développement des enfants à tous les âges : Le site propose notamment des ressources pour les situations d'urgence :	https://www.clepsy.fr https://www.clepsy.fr/urgence/
Le PSYCOM	Annuaire, information, orientation et sensibilisation en santé mentale.	https://www.psycom.org
Le Céapsy	Centre ressource et permanence téléphonique en santé mentale.	https://www.ceapsy-idf.org
Psy Ile-de-France	Ligne d'écoute : information, orientation, soutien aux usagers et familles touchés par des troubles psychiques. N° gratuit 7j/7j de 11h à 19h.	01 48 00 48 00
Parents Parisiens	Organisation d'évènements thématiques à destination des parents, fiches pratiques, revues de presse...	https://parents-parisiens.fr/
Santé Psy Jeunes	Conseils, ressources, information et orientation à destination des jeunes, proches et professionnels de première ligne au contact des jeunes.	https://www.santepsyjeunes.fr/
Les Centres Relier	Suivi individuel et groupes de paroles entre jeunes en ligne anonymes et gratuits destinés aux jeunes ciblés par les intimidations, les discriminations et le harcèlement. Temps de sensibilisation et Café Parents en ligne gratuits pour les adultes.	https://centresrelier.org/
Parenthèse médiation	Médiation familiale sur RDV, entretiens proposés en français, anglais, arabe, espagnol ou italien. Entretien d'information gratuit, participation financière définie selon le barème national pour les services conventionnés.	https://www.parenthesemediation.org/mediation-familiale 01 42 23 13 43 / 06 26 34 60 80 Maison 13 solidaire 13 rue Annie Girardot 75013 Paris

Le département de Psychiatrie de l'Enfant et de l'Adolescent de l'ASM 13

Le Département de Psychiatrie de l'Enfant et de l'Adolescent assure les soins psychiatriques des bébés, enfants et adolescents résidant dans le 13ème arrondissement de Paris.

Il constitue le secteur de psychiatrie infanto-juvénile 75 I 05 de Paris et répond aux missions de service public qui lui sont octroyées ; de dépistage, de soins et de prévention des troubles psychiques de l'enfant.

Le **Centre Médico Psychologique Alfred Binet** est le centre de consultation et de traitements ambulatoires, au cœur du dispositif sectoriel de pédopsychiatrie du 13ème arrondissement de Paris.

Horaires : Le Centre Alfred Binet est ouvert toute l'année de lundi au vendredi, avec des dispositions particulières en période de vacances scolaires. L'été, une permanence d'accueil et de soins (PDAS) est organisée avec une équipe réduite pouvant répondre aux demandes et aux besoins des usagers et des partenaires.

Lundi, Mardi et Jeudi de 9h à 19h30

Mercredi et Vendredi de 9h à 18h30

Et certains samedis : 9h > 13h

Adresse : Centre Alfred Binet - 76 Avenue Edison - 75013 Paris

Téléphone : 01 40 77 43 40

Site : <https://www.asm13.org/fr/departement-de-psychiatrie-de-lenfant-et-de-ladolescent>

Ce guide a été réalisé par l'équipe ingénierie sociale des espaces parisiens des solidarités des 5^e et 13^e arrondissements (Direction des Solidarités) et la coordonnatrice des Conseils Locaux de Santé Mentale Paris SUD (Direction de la Santé Publique)

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 : juin 2025

Gratuit-Ne peut être vendu