



# Les ressources en santé mentale

**PARIS**  
**19<sup>e</sup>**

Familles

Pour favoriser le bien-être des  
jeunes du 19<sup>e</sup> arrondissement



Accompagnement | Ecoute | Orientation

# Préambule

Ce guide a été établi pour informer et conseiller les jeunes et leurs familles sur les différentes **ressources dans le domaine de la santé mentale**.

Pour rappel, **le médecin généraliste** reste l'interlocuteur à privilégier pour évaluer les besoins en santé mentale et orienter si nécessaire vers des soins spécifiques.

En fonction de l'âge et de la situation des personnes, l'entrée dans un parcours de soins peut se faire via différents professionnels : **médecins, infirmières ou psychologues scolaires, services de santé universitaire, médecins spécialistes**, etc.

Pour plus d'informations sur les lieux de soins et d'accompagnements spécifiques autour des troubles psychiques, **nous vous conseillons le « Guide santé mentale - Soins, accompagnements & entraide » du Psycom** qui recense les lieux ressources pour tout Paris :

[https://www.psycom.org/wp-content/uploads/2024/04/Guide-75-PSYCOM\\_2021\\_WEB.pdf](https://www.psycom.org/wp-content/uploads/2024/04/Guide-75-PSYCOM_2021_WEB.pdf)

# Sommaire

En cas d'urgence .....	3
Espaces d'accueil et d'écoute .....	5
Soutien psychologique.....	7
Soins médico-psychologiques (les centres médico-psychologiques).....	9
Soutien à la parentalité.....	11
Lignes d'écoute.....	13
Ressources en ligne .....	15



# En cas d'urgence

NOM	Descriptif	Téléphone / Mail / Site
	<p>SAMU</p> <p>Le SAMU dispose d'un service dédié à la santé mentale et 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
 <b>Centre psychiatrique d'orientation et d'accueil (CPOA)</b>	<p>Le CPOA répond aux urgences psychiatriques des <b>plus de 16 ans</b>, 24h sur 24, pour l'ensemble de Paris.</p>	<b>GHU Paris Psychiatrie et Neurosciences</b> 1, rue Cabanis 75014 Paris 01 45 65 81 09 01 45 65 81 10
 <b>Service d'Accueil des Urgences Pédiatriques</b>	<p><b>Pour les enfants de 0 à 16 ans,</b> consultations sans rendez-vous au service des urgences des hôpitaux publics.</p> <p>Une équipe de liaison en psychiatrie peut venir évaluer le besoin de soins et d'hospitalisation.</p>	<b>SAU Hôpital Robert Debré</b> 48, boulevard Séurier 75019 Paris 01 40 03 41 31 01 40 03 20 00

NOM	Descriptif	Téléphone / Mail / Site
 <p><b>Consultation d'Orientation Pédopsychiatrique de l'hôpital Robert Debré</b></p>	<p><b>À destination des enfants de moins de 16 ans</b>, ce service permet une évaluation et une orientation.</p> <p>Du lundi au vendredi de 9h30 à 16h30</p> <p>Il est préférable de téléphoner en amont afin de faciliter l'organisation de la prise en charge.</p>	<p><b>Hôpital Robert Debré</b> 1 bd Serrurier 75019 Paris 01.40.03.41.31. Localisation : Point Orange, niveau -3</p>
 <p><b>C.A.P.E</b> CELLULE D'AIDE PSYCHOLOGIQUE POUR LES ETUDIANT.E.S</p>	<p><b>Pour les jeunes de 16-27 ans</b>, en souffrance psychique, en situation de crise ou ayant un sentiment de solitude</p> <p>Avec ou sans RDV</p> <p>Accueil immédiat, gratuit et limité dans le temps</p> <p>Du lundi au vendredi 10h-18h, samedi 10h-15h</p>	<p><b>CPS</b> 3 rue Jean Baptiste Dumay 75020 Paris 01.42.78.19.87 <a href="http://www.cpsparis.fr">www.cpsparis.fr</a></p>
<p><b>CIAPA</b> <b>Centre intersectoriel d'accueil pour adolescent</b></p>	<p><b>Pour les jeunes de 13 à 18 ans</b>, en situation de crise, de tout Paris. Accueil sur rendez-vous, 5j/7 de 10h à 19h.</p>	<p>5 rue du Simplon 75018 Paris 01 53 09 27 91</p>



# Espaces d'accueil et d'écoute

Les Points Accueil Ecoute Jeunes (PAEJ) offrent une écoute, un accueil et une orientation aux **jeunes âgés de 12 à 25 ans**. Ils peuvent également parfois accueillir les parents. Ces structures accueillent de façon inconditionnelle, gratuite, confidentielle et sans rendez-vous.

Que vous soyez seul ou en groupe, jeunes ou parents, si vous souhaitez recevoir un appui, un conseil ou une orientation, dès lors que vous rencontrez une difficulté concernant votre santé : mal être, souffrance, dévalorisation, échec, difficultés relationnelles, difficultés scolaires, conduites de rupture, violentes ou dépendantes, isolement.

<https://solidarites.gouv.fr/points-accueil-et-ecoute-jeunes-paej-0>

## PAEJ APSAJ



1 rue du Département, 75019 Paris



Lundi et jeudi : 11h-18h

Mardi 15h-18h Mercredi et vendredi :  
12h-19h



Hella de Souza  
06 02 18 97 25

Katia Bilon  
06 02 04 80 88

<https://www.apsaj.com/paej/>



## PAEJ - Le Passage

**Accueil individuel et collectif avec des psychologues pour les jeunes de 16 à 26 ans**



24 rue Ramponeau, 75020 Paris



**De préférence, sur rendez-vous :**

Lundi : 10h30-13h30 et 14h-19h  
Mardi : 14h-19h, mercredi : 10h-14h  
Jeudi et vendredi : 14h-19h  
1 samedi par mois : 14h-18h30



01 43 48 88 87

<https://www.croix-rouge.fr/unite-d-aide-aux-jeunes-le-passage>

## PAEJ - OPEJ



3/5 villa du Clos de Malevert, 75011 Paris



**Sans rendez-vous** : Permanence le mardi de 10h à 19h et le jeudi de 10h à 18h30

**Sur rendez-vous** : du lundi au vendredi



01 43 57 10 01  
[www.opej.org](http://www.opej.org)



# Espaces d'accueil et d'écoute

## Maison des Adolescents

Accueil anonyme si besoin et gratuit pour les adolescents **de 12 à 20 ans**, seuls ou accompagnés de leurs parents ou d'autres adultes, n'ayant pas de suivi spécialisé en cours et qui se posent des questions de santé psychique et somatique.

**Equipe pluriprofessionnelle : infirmier, psychologues, éducateur, médecin**



### Maison des Adolescents Robert Debré

8 avenue de la Porte du Pré St Gervais, 75019 PARIS



Accueil de 10h à 18h du lundi au vendredi par téléphone ou en se présentant sans rendez-vous auprès des professionnels qui assurent l'accueil.



01 40 40 27 60



<https://robertdebre.aphp.fr/maison-des-adolescents/>

## Quartier Jeunes (QJ)

Pour les jeunes **de 16 à 30 ans**.

Accueil et écoute, permanences psychologiques gratuites et anonymes par des professionnels de santé ou des psychologues.



4 place du Louvre, 75001 Paris



Lundi 14h - 17h30

Mercredi 14h - 20h

Jeudi 10h - 12h et 14h – 16h30

Vendredi 14h - 19h

- Information collective sur les troubles psychiques
- Des ateliers de médiation artistique
- Des ateliers théâtre



<https://qj.paris.fr/programme/jsp/site/Portal.jsp>





# Soutien psychologique

## Mon Soutien Psy

Prise en charge par l'assurance maladie de 12 séances auprès d'un psychologue en libéral.

### À destination des enfants de plus de 3 ans et des adultes.

Pas de frais à régler pour les personnes avec l'AME (aide médicale état) ou la CSS (complémentaire santé solidaire, ex-CMU).

Pour plus d'information sur les modalités et l'annuaire des psychologues partenaires :

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

## EIDIP

Consultations psychologiques **enfants/ados de 3 à 15 ans**, guidance parentale, consultations interculturelles, bilans psychologiques, médiation familiale.

 20 rue Tchaïkovski, 75018 Paris

 Accueil sur RDV du lundi au samedi

 09 84 24 51 60  
ou 06 14 42 74 35

 [asso.eidip@gmail.com](mailto:asso.eidip@gmail.com)  
<https://eidip-site.wixsite.com/website>

## EPOC

Espaces d'accueil, d'orientation et de consultations avec des thérapeutes cliniciens, **à partir de 18 ans**.

Participation financière en fonction des moyens

 12, 14 et 18 rue Georges Thill,  
75019 Paris

 Sur rendez-vous du lundi au dimanche

 Sans rendez-vous mercredi et samedi 14h-17h

 06 84 23 52 89

 [contact@lepo.org](mailto:contact@lepo.org)  
<https://www.lepo.org/>

## Paradoxes

Association destinée aux **11-25 ans** qui propose un accueil et des consultations ainsi que des ateliers et des groupes de paroles.

 212 rue Saint Maur, 75010 Paris

 Du lundi au samedi uniquement sur RDV

 06 16 97 66 80

 [paradoxes@paradoxes-paris.org](mailto:paradoxes@paradoxes-paris.org)  
<https://www.paradoxes-paris.org/>



# Soutien psychologique

## Phare Enfants - Parents

Destiné aux **jeunes et à leurs parents**. Prévention du mal-être des jeunes : lieu ressources et entretiens individuels ou familiaux sur rendez-vous.



5 rue Guillaumot, 75012 Paris



Sur rendez-vous



01 43 46 00 62



[cavaoupas@phare.org](mailto:cavaoupas@phare.org)  
<https://www.phare.org/>

## Consultation jeunes consommateurs

Lieu d'accueil, d'écoute et de soutien des **jeunes de 12 à 25 ans**, consommateurs de produits addictifs (cannabis, jeux vidéo, alcool...).

Les professionnels (médecins, psychologues, éducateurs, infirmiers) peuvent rencontrer aussi bien les jeunes que leurs familles.



CSAPA Addictions France  
180bis avenue Jean Jaurès,  
75019 PARIS



01 42 77 96 52



[csapa.paris19@addictions-france.org](mailto:csapa.paris19@addictions-france.org)  
<https://addictions-france.org/etablissements/csapa-de-paris-19eme/>

## Relais Etudiants Lycéens

Consultations gratuites pluridisciplinaires associant psychiatres, psychologues, enseignants.

Public : **lycéens et étudiants, de tout Paris**



60 rue des Grands Moulins,  
75013 Paris



01 45 83 89 15



[Relais75.paris13@fsef.net](mailto:Relais75.paris13@fsef.net)  
<https://www.fsef.net/etablissements/relais-etudiants-lyceens/relais-etudiants-lyceens-georges-heuyer-paris>

→ [Télécharger le flyer Relais 75](#)

## Les Funambules - Falret

Accompagnement des **enfants et des jeunes de moins de 30 ans**, concernés par la maladie psychique d'un membre de leur famille.

Soutien individuel et collectif



27/29 rue Pajol, 75018 Paris



01 84 79 74 60



[lesfunambules@falret.org](mailto:lesfunambules@falret.org)

[www.falret.org](http://www.falret.org)

@FunambulesFalret



# Soins médico-psychologiques

## Les Centres médico-psychologiques

**En fonction des besoins identifiés, il est possible d'être orienté sur le secteur de psychiatrie pour enfant ou adulte (à partir de 18 ans) du 19<sup>e</sup> arrondissement.**

Il dépend de l'hôpital nommé GHU Paris Psychiatrie et Neurosciences et assure l'accueil et la prise en charge des enfants, des adolescents et jeunes adultes souffrant de troubles psychiques et domiciliés dans l'arrondissement.

Les équipes sont composées de différents professionnels : médecins psychiatres, psychologues, infirmiers, psychomotriciens, éducateurs...

### Pour les enfants de moins de 18 ans :

Les **Centres Médico-Psychologiques (CMP)** se situent en fonction du lieu d'habitation :

#### CMP Goubet

18 rue Goubet  
75019 Paris



01 42 00 30 26

#### CMP Rebéval

45 rue Rebéval  
75019 Paris



01 42 49 06 07

#### CMP Flandre

114 avenue de Flandre  
75019 Paris



01 40 05 62 80

**Pour les jeunes de 16 à 25 ans**, jamais suivis en CMP : **Nineteen**, un service de dépistage, diagnostic et prise en charge des troubles psychiques émergents :

#### Nineteen

130 Bd Macdonald Paris  
75019 Paris



06 31 76 75 87

[nинeteen@ghu-paris.fr](mailto:nineteen@ghu-paris.fr)

### Pour les jeunes de plus de 18 ans, les CMP adultes :

#### CMP Belleville

213 rue de Belleville  
75019 Paris



01 42 08 57 92

#### CMP Rosa Parks

130 boulevard Mac Donald  
75019 Paris



01 80 52 70 60

**Pour les jeunes de moins de 18 ans**, il existe également **à proximité du 19<sup>e</sup>** des CMP gérés par des associations et accessibles aux jeunes de tout Paris :

**CMP Philanthropique,**

20 rue Championnet  
75018 Paris



01 46 27 91 27

Secretariat-  
[cmp@philanthropique.asso.fr](mailto:cmp@philanthropique.asso.fr)

**CMPP Hovia (Centre médico-**

**psycho-pédagogique)**  
34 rue Stephenson  
75018 Paris



01 42 55 85 99

[accueil.cmpparis18@hovia.org](mailto:accueil.cmpparis18@hovia.org)



# Soutien à la parentalité

## Maison des liens familiaux – Fondation Olga Spitzer

Médiation familiale, accompagnement à la parentalité, accueil juridique en droit de la famille, espace de rencontre, médiation parents-ados.



47 rue Archereau, 75019 Paris



Prise de RDV du lundi au vendredi



01 42 00 43 25



<https://maisondesliensfamiliaux.fr/>

## Centre de Ressources de la Famille Les Pâtes au beurre

Lieu d'accueil gratuit et anonyme.  
Pour les parents avec ou sans enfant.  
Professionnels diplômés et expérimentés psychologues, psychomotriciens, psychiatres.

### Dans le 19<sup>e</sup> arrondissement :



Cité des sciences- Little studio 211 avenue Jean Jaurès



Mercredi **les semaines impaires**, entre 15h et 17h

### Dans le 10<sup>e</sup> arrondissement :



140 rue du Faubourg Saint Martin



Lundi 11h30-13h30  
Mercredi 9h-11h



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

## Le Point Accueil Conseils Educatifs (PACE) – Olga Spitzer

Accueil, conseil et orientation des parents ayant des besoins de soutien éducatif.  
Présentation du dispositif d'Aide Educative.



17 rue Clavel, 75019 Paris



01 56 41 34 90

## Maison des Familles et des cultures – fondation OPEJ

Accompagnement pour les parents et fratries concernés par les bagarres de rue. Entretiens et suivis éducatifs, médiations, groupes de paroles de parents et fratries.



3 villa du Clos de Malevart,  
75011 Paris



Permanence sur rendez-vous les jeudis et vendredis



01 43 57 11 01  
Accueil téléphonique 9h-17h



<https://www.mediationfamilialeparis.org/>

## Le café de l'école des parents epe Ile de France

Accueil et écoute pour les parents d'enfants de tous âges, en individuel ou en groupe d'échange de parents.



164 boulevard Voltaire, 75011 Paris



Du mardi au samedi,  
de 9h30 à 13h et de 14h à 17h



01.44 93 44 84



[cafedesparents@epe-idf.com](mailto:cafedesparents@epe-idf.com)



# Lignes d'écoute

## JEUNES

<b>Allo Écoute Ado</b>	Écoute pour les adolescents et jeunes adultes <b>de 10 à 25 ans</b> , par des psychologues. Service confidentiel et gratuit	<b>06 12 20 34 71</b> Du lundi au vendredi, de 17h à 20h Rappel possible <a href="https://www.alloecouteado.org/">https://www.alloecouteado.org/</a>
<b>E-Enfance</b>	Numéro dédié aux <b>jeunes victimes et aux témoins</b> de harcèlement et de violences numériques	<b>3018</b> Accessible 7 jours sur 7, de 9h à 23h par téléphone et par Tchat sur 3018.fr et via Messenger <a href="https://e-enfance.org/">https://e-enfance.org/</a>
<b>Fil Santé Jeunes (FSJ)</b>	Gratuit et anonyme à destination des jeunes <b>de 12 à 25 ans</b>	<b>0 800 235 236</b> Tous les jours de 9h à 23h Chat tous les jours de 9h à 22h <a href="https://www.filsantejeunes.com/">https://www.filsantejeunes.com/</a>
<b>NIGHTLINE</b>	Service d'écoute nocturne assuré par des étudiants, pour des <b>étudiants</b>	<b>01 88 32 12 32</b> Tous les soirs de 21h à 2h30 <a href="#">Nightline Paris   Nightline</a>
<b>TOUT PUBLIC</b>		
<b>Psy Ile-de-France</b>	Soutien aux personnes concernées par les troubles psychiques ainsi que leurs familles. Numéro gratuit	<b>01 48 00 48 00</b> 7j/7, de 11h à 19h



# Lignes d'écoute

<b>PARENTS</b>		
<b>SEPPE WINNICOTT</b>	Service d'écoute anonyme et gratuit, par des psychologues à destination des enfants, des parents et des proches	<b>01 42 46 66 77</b> Du lundi au jeudi 8h30-18h30 et vendredi 8h30-12h30 <a href="https://www.fondationolgaspitzer.fr/etablissements/seppe">https://www.fondationolgaspitzer.fr/etablissements/seppe</a>
<b>SOS Amitié</b>	Pour tous	<b>01 42 96 26 26</b> Tous les jours 24h/24 Chat tous les jours de 13h à 3h <a href="https://www.sosamitieidf.asso.fr/">https://www.sosamitieidf.asso.fr/</a>
<b>Inter services Parents</b>	Service téléphonique de soutien à la fonction parentale. Anonyme et gratuit	<b>01 44 93 44 93</b> Du lundi au vendredi (fermé le mercredi) De 10h à 12h et de 14h à 16h <a href="https://parents.epe-idf.com/isp/">https://parents.epe-idf.com/isp/</a>
<b>Phare Enfants- Parents</b>	Écoute parents, service anonyme et gratuit par des bénévoles formés, une psychologue et une thérapeute familiale	<b>01 43 46 00 62</b> Du lundi au vendredi, de 10h à 17h <a href="https://www.phare.org/">https://www.phare.org/</a>
<b>Allo Parents en crise</b>	Psychologues, éducateurs, médiateurs familiaux à l'écoute des parents. Service anonyme et gratuit	<b>0 805 382 300</b> Du lundi au mercredi de 10h à 13h et de 14h à 17h ainsi que les jeudi et vendredi de 10h à 13h <a href="https://ecoledesparents-federation.org/notre-reseau/allo-parents-en-crise/">https://ecoledesparents-federation.org/notre-reseau/allo-parents-en-crise/</a>



# Ressources en ligne

Pour aller plus loin et bénéficier de nombreuses ressources informationnelles disponibles en ligne,  
nous vous proposons une sélection de sites mettant à disposition différents supports d'information et de sensibilisation sur la santé mentale des jeunes.

## Santé psy Jeunes

Conseils, ressources, informations et orientation à destination des jeunes, proches et professionnels de première ligne au contact des jeunes

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

## 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/>

## JEFpsy

Plateforme d'information, d'échanges et de soutien pour les jeunes ayant un proche concerné par les troubles psychiques

<https://jefpsy.org/>

## CléPsy

Informations et conseils aux parents sur le développement de l'enfant, les troubles et le parcours de soin et pour gérer des difficultés au quotidien, par l'équipe de pédopsychiatrie de l'hôpital Robert Debré

[www.clepsy.fr](http://www.clepsy.fr)

## PSYCOM

Annuaire, information, orientation et sensibilisation en santé mentale

<https://www.psycom.org>

## Céapsy

Centre ressource et permanence téléphonique en santé mentale

<https://www.ceapsy-idf.org>

## Parents parisiens

Organisation d'événements thématiques à destination des parents, fiches pratiques, revues de presse...

<https://parents-parisiens.fr/>

# Notes

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# Notes

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# Notes

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Ce guide a été réalisé par la coordinatrice des Conseils Locaux de Santé Mentale Paris Nord Est (Direction de la Santé Publique) et l'équipe d'ingénierie sociale de la Maison des Solidarités du 19<sup>e</sup> arrondissement (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-EPS-EIS19@paris.fr](mailto:DSOL-EPS-EIS19@paris.fr)

MAJ : novembre 2025

