© Joueurs Info Service - 17 décembre 2025

Les services d’aide et d’écoute nationaux ouverts pendant le confinement

Pendant le confinement les services d’aide à distance sur les addictions ne sont pas les seuls à rester ouverts. Voici une liste de services d’aide à distance nationaux qui restent accessibles pendant l’épidémie de COVID-19.

Arrêt du Tabac

- Tabac info service : 39 89, (coût d’une communication locale, du lundi au samedi de 10h à 18h), https://www.tabac-info-service.fr/

Solitude, dépression, violence, dépendance, détresse psychologique… :

- Croix-Rouge écoute : 0 800 858 858 (gratuit, 7j/7 de 8h à 20h), https://www.croix-rouge.fr/Nos-actions/Action-sociale/Ecoute-acces-aux-droits/Croix-Rouge-Ecoute-ser
- SOS Amitié : 09 72 39 40 50 (gratuit, 7j/7 24h/24, https://www.sos-amitie.com/

Violences conjugales

- Violences Femmes info : 39 19 (gratuit, du lundi au samedi de 9h à 19h), http://www.solidaritefemmes.org/appeler-le-3919
- SOS Viols Femmes informations : 0 800 05 95 95 (gratuit, du lundi au vendredi de 10h à 19h), https://cfcv.asso.fr/

Enfance maltraitée

- Allo Enfance Maltraitée : 119 (gratuit, 7j/7 24h/24), https://www.allo119.gouv.fr/

- Stop Maltraitance : 0 800 05 1234 (gratuit, du lundi au vendredi de 10h à 17h), https://enfance-et-partage.org/la-maltraitance/stop-maltraitance/

Violences aide aux victimes

- France Victime : 116 006 (gratuit, 7j/7 de 9h à19h), https://www.france-victimes.fr/index.php

Suicide :

- SOS Suicide Phénix : 01 40 44 46 45 (coût d'une communication locale, 7j/7 de 13h à 23h), https://sos-suicide-phenix.org/
- Suicide écoute : 01 45 39 40 00 (coût d'une communication locale, 7j/7 24h/24), https://suicide-ecoute.fr/
- Phare Enfants Parents : vivre@phare.org ou cavaoupas@phare.org (parents confrontés au mal-être et au suicide des jeunes), https://www.phare.org/

Personnel soignant et leurs familles :

- Plateforme téléphonique SPS : 0 805 23 23 36 (gratuit, 7j/7 24h/24), https://www.asso-sps.fr/prise-en-charge/plateforme-telephonique
- Entraide ordinaire (pour les soignants) : 0 800 288 038 (gratuit, 7j/7 24h/24), https://www.conseil-national.medecin.fr/publications/actualites/numero-vert-lentraide-ordinale

LGBT+ :

- Ligne d'écoute du Refuge (SMS et téléphone) : 06 31 59 69 20 (coût d'une communication mobile), jeunes victimes d'homophobie ou transphobie et en rupture familiale, https://www.le-refuge.org/
- ENIPSE : 06 24 10 63 10 (coût d'une communication mobile, du lundi au vendredi de 12h à 20h), https://www.enipse.fr

Plus de 50 ans :

- Solitud'Ecoute : 0 800 47 47 88 (gratuit, 7j/7 de 15h à 20h), https://coronavirus.petitsfreresdespauvres.fr

Handicap :

- Autisme info service : 0 800 71 40 40 (gratuit, du lundi au vendredi de 9h à 13h, le mardi de 9h à 19h), https://www.autismeinfoservice.fr/
- Surdi info (SMS et téléphone) : 06 13 70 49 77 (coût d'une communication mobile, du lundi au vendrdi de 9h à 19h), https://www.surdi.info/
- SOS Surdus : tous les jours, de 10h à 23h, via :
    - Skype : sos.surdus (webcam + chat + vidéo)
    - MP Facebook : SOS Surdus (webcam + chat + video)
    - Mail : sossurdus31@gmail.com
    - https://www.sos-surdus.fr/

Maltraitance à personnes vulnérables (handicap, personnes âgées) :

- 3977 (coût d'une communication locale, du lundi au vendredi de 9h à 19h), https://3977.fr/codiv-19-3977-poursuit-activite/

Agriculteurs et leurs familles :

- Agri'Ecoute : 09 69 39 29 13 (coût d'une communication locale, 7j/7 24h/24), https://www.msa.fr/lfy/solidarite/prevention-suicide

Militaires et leurs familles :

- Écoute Défense : 08 08 800 321 (gratuit, 7j7 24h/24), https://www.defense.gouv.fr/sante/dossiers-complementaires/classeur-stress-post-traumatique/contacts-e

Entourage de personnes souffrant de troubles mentaux :

- Ecoute-Famille : https://www.unafam.org/contact

Aide et soutien aux jeunes

- Fil santé jeunes : 0 800 235 236 (gratuit et anonyme, tous les jours 9h-13h et 14h-18h) et service de forum et de questions-réponses : https://www.filsantejeunes.com/
- Net écoute : 0 800 200 000 (gratuit, du lundi au vendredi de 10h à 17h), problèmes dans l'utilisation d'internet, https://www.netecoute.fr/

Aide aux parents

- Allo parents bébé : 0 800 00 3456 (gratuit, du lundi au vendredi de 10h à 18h), https://enfance-et-partage.org/la-prevention/allo-parents-bebe/
- Allo Écoute Parents : 06 01 18 40 36 (coût d'une communication mobile, du lundi au samedi de 14h à 17h), https://www.alloecouteparents.org/actualite/allo-ecoute-parents-reste-ouvert/
- Allo parlons d'enfants : 02 99 55 22 22 (appel non surtaxé, du lundi au samedi de 17h à 20h), http://www.parlonsdenfants.fr/
- Enfants disparus : 116 000 (gratuit, 7j/7 24h/24), https://www.116000enfantsdisparus.fr/

Maladies chroniques

- Asthme et allergies : 0 800 19 20 21 (gratuit, du lundi au jeudi de 9h à 13h et de 14h à 18h, le vendredi de 9h à 12h), https://asthme-allergies.org/ : attention numéro saturé, privilégier le site internet
- Cancer info : 0 805 123 124 (gratuit, du lundi au vendredi de 9h à 19h, le samedi de 9h à 14h), https://www.e-cancer.fr/Actualites-et-evenements/Actualites/Coronavirus-COVID-19-Comment-trouver-
- Maladies rares info service : 01 56 53 81 36 (coût d'une communication locale, lundi, mercredi, jeudi de 9h à 13h et 14h à 18h, le mardi de 9h à 12h et de 14h à 18h, le vendredi de 9h à 13h et de 14h à 17h), https://www.maladiesraresinfo.org/
- Allo Alzheimer : 0 800 97 20 97 (gratuit, 7j/7 de 8h à 21h), https://www.francealzheimer.org/contactez-votre-association-locale/

Maladies infectieuses

- Hépatites info service : 0 800 845 800 (gratuit, 7j/7 de 8h à 23h), https://www.hepatites-info-service.org/
- Sida info service : 0 800 840 800 (gratuit, 7j/7 24h/24), https://www.sida-info-service.org/

Sexualité, contraception

- Sexualité, contraception, IVG : 0800 08 11 11 (gratuit, du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 18h), https://ivg.gouv.fr/

- Ligne Azur : 01 41 83 42 81 (coût d’une communication locale, 7j/7 de 8h à 23h), https://www.ligneazur.org/

Cette liste de services regroupe les principaux services nationaux reconnus. Des dispositifs régionaux ou locaux existent également. Pour de tels services renseignez-vous auprès de vos services municipaux, départementaux ou régionaux.

Article en lien :

Covid-19 : pendant le confinement nos services d'aide par internet restent ouverts