

# 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 à 19h), <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-écoute.fr/>
- Phare Enfants Parents : [vivre@phare.org](mailto:vivre@phare.org) ou [cavaoupas@phare.org](mailto: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/](https://www.autismeinfoservice.fr)
- Surdi info (SMS et téléphone) : 06 13 70 49 77 (coût d'une communication mobile, du lundi au vendredi 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](mailto: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, 7j/7 24h/24),  
<https://www.defense.gouv.fr/sante/dossiers-complementaires/classeur-stress-post-traumatique/contacts-ecoute-defense>

## 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.filssantejeunes.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-les-meilleures-reponses-a-votre-question/>
- 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.maladiesrareinfo.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](#)