



SANTÉ / SOCIAL

MÉMO ÉTUDIANTS



FIGEAC

FIGEAC

Services sans avance de frais et confidentiels du Simpps

Pour tout renseignement santé

Entretien, conseils, orientation, Accueil infirmier / Consultation infirmière
Contactez l'antenne Simpps de UT2J à Toulouse ► 05 61 50 38 61 / 41 41

Pour toute situation de handicap et aménagements d'études

Handicap **permanent** et **temporaire** : Contactez l'antenne Simpps de UT2J à Toulouse
► 05 61 50 41 41 / 38 61

Pour prendre RDV avec une assistante sociale

Ecoute, information, orientation, accompagnement pour les démarches d'accès aux droits et demandes d'aides. ► 05 61 50 41 41 (Secrétariat de l'antenne Simpps UT2J)

Pour prendre RDV avec un psychologue

Psychologue Simpps en **téléconsultation** ► valentin.le-blanc@univ-toulouse.fr

Pour prendre RDV avec une sexologue

Sexologue du Simpps en **téléconsultation** ► +33 5 61 55 73 59

Pour prendre RDV avec une nutritionniste

Nutritionniste du Simpps en **téléconsultation** ► +33 5 61 55 73 59

Compte Facebook Etudiants relais Santé

Besoin d'infos ? Contactez vos étudiants relais santé ► [@ERSToulouse](https://www.facebook.com/ERSToulouse)

Réseau de santé sur la ville sans avance de frais

Santé Psy Etudiants

Accompagnement psychologique gratuit pour tous les étudiants. 8 consultations. Pour bénéficier de ce dispositif, contactez un médecin ou appelez le Simpps (jusqu'au 31/12/22 ensuite Mon psy).
Plus d'info ► santepsy.etudiant.gouv.fr

MonPsy

L'accès à un accompagnement psychologique pour tous. Pour bénéficier de ce dispositif, contactez un médecin (8 consultations remboursées) ► <https://monpsy.sante.gouv.fr/>

Maisons des Adolescents du Lot (MDA) (jusqu'à 25 ans)

Besoin de parler, d'être écouté, sentiment de mal-être, problème d'addiction, etc. **La MDA vous accueille.**
C'est anonyme et gratuit. ► 06 30 56 43 99 ► contact@mda46.fr

Point accueil Ecoute Jeunes (PAEJ) jusqu'à 25 ans.

Besoin de parler, d'être écouté, de ne pas rester seul avec ses inquiétudes, son mal être

▶ 07 61 73 28 26 ▶ paej@ml46.fr

Ôse 46

Ecoute, conseil, soutien concernant une addiction quelle que soit. ▶ 06 31 16 28 01 ▶ tchat : www.ose46.fr

Consultations Jeunes Consommateurs (Association Ceijs)

Permanences sur RDV ▶ 05 65 53 67 54

NIGHTLINE

Service d'écoute par téléphone ou de tchat nocturne gratuit pour la communauté étudiante et par des étudiants bénévoles entre 21h et 2h du matin (fermé l'été).

▶ 05 82 95 10 11 ▶ <https://www.nightline.fr/toulouse>

Centre Médico-psychologique (CMP)

Orientation et prise en charge des personnes ayant des difficultés psychologiques

▶ 05 65 50 11 40 ▶ 3, avenue Philibert Delprat - Figeac

Centre de Prévention sur RDV ▶ 05 65 20 54 11

▶ **Informations, Dépistage anonyme et gratuit IST**

▶ **Vaccination et conseils aux voyageurs**

▶ **Centre Lutte Anti Tuberculeuse CLAT**

▶ **PASS (Permanence d'Accès aux Soins en Santé)** Accueil et soin de toutes personnes présentant un problème de santé et de couverture sociale : tous les matins de la semaine sauf le mercredi après-midi à l'hôpital de Figeac 33 rue des maquisards - Figeac ▶ 05 65 50 65 93

Centre de planification et d'éducation familiale

Contraception, IVG, IST, pilule du lendemain, information, consultations gynécologiques

▶ 05 65 50 65 94 ▶ Centre hospitalier, 33 rue des maquisards – Figeac

Sans RDV le mercredi de 13h30 à 17h

Planning Familial

Information et orientation dans les domaines la vie relationnelle, affective et sexuelle, de l'orientation, de la lutte contre les violences sexistes Permanences : 1er étage, porte de droite, au 12 avenue Fernand Pezet , Figeac - le jeudi de 12h à 14h ▶ 05 65 50 06 29

Maison de santé

▶ 15 rue Paul Bert, Figeac ▶ 05 82 92 98 89

Centre hospitalier de Figeac

▶ 1 esplanade Martin Malvy, Figeac ▶ 05 65 50 65 50

Réseau social sur la ville sans avance de frais

Centre communal d'action sociale (CCAS) / Aide sociale

Centre intercommunal d'action sociale (CIAS)

Accès aux droits, épicerie sociale, logement. ▶ 05 65 50 05 01 ▶ 8, place Vival - Figeac

Maison solidarités Départementales (Aide sociale départementale)

▶ 05 65 53 48 00 ▶ Cité administrative, Les Carmes – Figeac

Les bonnes sources

URGENCE MÉDICALE / SAMU ▶ 112 ou 15 (appel gratuit)

Sites de ressources sur les drogues et addictions

- ▶ Ressources, conseil, forums, chats, annuaires, quizz, etc.
- ▶ drogues-info-service.fr/ 0800 23 13 13
- ▶ maad-digital.fr/
- ▶ tabac-info-service.fr/ 3989
- ▶ jeunes.alcool-info-service.fr/ 0980 980 930
- ▶ joueurs-info-service.fr/ 09 74 75 13 13
- ▶ **Ecoute Cannabis** / 0980 980 940
- ▶ Santeaddictions.fr alcool, tabac, cannabis : tester sa conso + infos

Sites destinés aux jeunes sur la sexualité

- ▶ <https://www.onsexprime.fr/>
- ▶ <https://www.etudiant.gouv.fr/fr/questions-de-sexualites-187>
- ▶ <https://www.questionsexualite.fr/>

Vidéo brève et drôle sur le consentement : La tasse de thé et le consentement :
https://www.youtube.com/watch?v=S-50iVx_yxU



Sites sur les IST

- ▶ <https://www.sida-info-service.org/> ▶ 0 800 840 800
- ▶ <http://www.hepatites-info-service.org/>
- ▶ info-ist.fr/depistages/

Sites de ressources sur le bien-être et la santé mentale

- ▶ <https://www.soutien-etudiant.info/>
- ▶ **PSYCOM** : <https://www.psycom.org/>
- ▶ **APSYTUDE** (tests, conseil, etc.) : <http://www.apsytude.com/fr/se-tester/>
- ▶ **Dites je suis là** www.ditesjesuisla.fr
- ▶ JEPEUXENPARLER.FR
- ▶ **Etucare** Un programme numérique pour prendre soin de sa santé mentale quand on est étudiant ! Rapide et efficace



Numéro National Prévention du suicide 7j/7, 24h/24 : [31 14](tel:3114)

MALTRAITANCE ▶ 119
24H/24 appel gratuit

IVG ▶ 0 800 08 11 11 ▶ www.ivg-gouv.fr