

Fiche 5a. Soutien psychologique pour les résidents, personnes âgées à domicile, aidants et leur famille

Des dispositifs d'accompagnement psychologique existent et sont accessibles dès maintenant :

→ **Le dispositif national de prise en charge médico-psychologique**

- **Pour qui ?** pour toute personne qui ressent un besoin de soutien psychologique
- **Quand ?** 24h/24, 7j/7
- **Comment ?** n° téléphone gratuit 0 800 130 000

→ **Le dispositif d'écoute téléphonique Croix Rouge Ecoute**

- **Pour qui ?** toute personne ressentant le besoin de parler, quel que soit son âge ou sa situation
- **Par qui ?** des bénévoles Croix-Rouge, formés au soutien psychologique
- **Quand ?** 7 jours sur 7, de 10h à 22h en semaine, de 12h à 18h le week-end
- **Comment ?** n° téléphone gratuit 0 800 858 858. Les appels sont anonymes et confidentiels

→ **Le dispositif régional de prise en charge médico-psychologique portée par les hôpitaux de Toulouse**

- **Pour qui ?** pour toute personne qui ressent un besoin de soutien psychologique
- **Comment ?** 05 34 39 33 47

→ **Le dispositif d'écoute téléphonique « Allô j'aide un proche » (Ecoute, Soutien et informations)**

- **Pour qui ?** pour les proches de patients atteints de maladies neuro-dégénératives
- **Par qui ?** entretien par des psychologues
- **Quand ?** 7j/7, de 18h à 22h
- **Comment ?** n° téléphone 0806 806 830. Entretien gratuit et anonyme

→ **une partie des dispositifs nationaux d'aide à distance proposant écoute, conseil, soutien et orientation par téléphone ou par internet est recensée sur cette page internet : <https://www.psycom.org/sorienter/les-lignes-decoute/>**

→ **Le site Soutien Etudiant-Info (www.soutien-etudiant.info/) du MESRI pour les étudiants**

→ **Les ressources en ligne :**

- Site du Psycom <https://www.psycom.org/comprendre/la-sante-mentale/sante-mentale-et-covid/>
- Santé Publique France : <https://www.santepubliquefrance.fr/coronavirus/sante-mentale>
- Application Stop blues : <https://www.stopblues.fr/>

→ **8 SSIAD d'Occitanie ont reçu des financements pour des temps de psychologue**

- Pour qui ? si vous vivez à domicile et que vous habitez à proximité des communes de : Nîmes (30), Montastruc-la-Conseillère (31), Toulouse-Quartier Empalot, Auch, Montpellier, Perpignan, Alban (81), Brens (81), Castelsarrasin (82)

N° Département	Nom du SSIAD	Commune principale	N° téléphone
30	SSIAD Croix Rouge Française	NIMES	04 66 29 00 03
31	SSIAD AFC	MONTASTRUC LA CONSEILLERE	05 61 84 30 69
31	SSIAD ASA Empalot	TOULOUSE	05 61 52 76 34
32	SSIAD CIAS GRAND AUCH	AUCH	05 62 60 61 47
34	SSIAD GAMES	MONTPELLIER	04 67 70 99 60
66	SPASAD PA ASSAD ROUSSILLON	PERPIGNAN	04 68 66 42 49
81	SSIAD ADMR du Tarn à l'Agout	ALBAN	05 63 55 98 97
81	SSIAD ADMR du Gaillacois	BRENS	05 63 57 66 84
82	SSIAD Castelsarrasin APAS	CASTELSARRASIN	05.63.32.42.86