

AIDE PSYCHOLOGIQUE

Pour Enfants & Adolescents

Secteurs I02 et I04 du Centre Hospitalier Guillaume Régnier

Consultations pour enfants de 0 à 16 ans - sur RDV

Vitré - Centre Médico-Psychologique La Passerelle

6 rue de Paris ☎ 02 99 33 39 17

Châteaubourg - Centre Médico-Psychologique - CMP

86 rue de Paris ☎ 02 99 33 39 17

Janzé - Centre Médico-Psychologique - CMP

22 rue Léon Thébaud ☎ 02 99 51 06 04

La Guerche de B. - Centre Médico-Psychologique - CMP

25 faubourg d'Anjou ☎ 02 99 51 06 04

Territoire de Vitré Communauté Equipe Mobile pour Adolescents

Dispositif mobile pour adolescents de 11 à 16 ans, présentant des manifestations de souffrance psychique, mais en difficulté pour venir en consultation

6 rue de Paris, Vitré (adresse administrative) ☎ 02 99 94 47 10

Intersectoriel (indépendamment du lieu d'habitation)

Vitré

Centre Médico-Psycho-Pédagogique - CMPP

Consultations pour enfants de 0 à 20 ans - sur RDV

30 rue de la Cotinière, VITRE ☎ 02 99 74 66 44

Rennes

Centre d'accueil et de soins spécialisés pour adolescents et jeunes adultes - CASSAJA

Consultations pour les jeunes de 13 à 21 ans - sur RDV

214 rue de Châtillon, RENNES ☎ 02 99 32 20 72

Pour Adultes

Secteur G06 du Centre Hospitalier Guillaume Régnier

Consultations à partir de 16 ans - sur RDV

Vitré

Centre médico psychologique (CMP)

Centre d'accueil thérapeutique à temps partiel (CATTP)

15 Bd Denis Papin ☎ 02 99 74 53 91

Janzé

Centre médico psychologique (CMP)

Centre d'accueil thérapeutique à temps partiel (CATTP)

ZA de la Chauvelière, 1 rue Charles Lindbergh ☎ 02 99 47 27 86

Châteaubourg

Centre de consultations - 86 rue de Paris

☎ 02 99 74 53 91 (Vitré)

AIDE SOCIALE, SANTE

Centres Sociaux

Lieux d'accueil, d'informations, de rencontres et d'échanges, ils proposent des activités, hébergent des associations et des services sociaux qui facilitent la vie quotidienne des habitants (selon les centres : carsat, caf, cidff 35, udaf 35, unafam, cdas, collectif vivre son deuil, ...) - ouvert à tous

- **Centre social de Vitré**

27 rue Notre Dame - Vitré ☎ 02 99 75 04 60

- **Centre social du Pays de La Guerche de Bretagne**

23 bis av. du Gén. Leclerc - La Guerche ☎ 02 99 96 22 44

Centres Départementaux d'Action Sociale - CDAS

Interviennent et aident dans les domaines de l'enfance, de la famille, de l'insertion, du logement, de la santé et des personnes âgées. En cas de difficulté familiale, éducative, relationnelle, un soutien et une écoute peuvent vous être apportés.

- **CDAS du Pays de Vitré**

60 bd de Châteaubriant - Vitré ☎ 02 99 74 68 50

Centre de planification et d'éducation familiale

Informations et entretiens sur la contraception, la sexualité, les IST, l'IVG, la vie de couple, les violences conjugales,...

Consultations médicales - Confidentiel et gratuit - sur RDV

- **CDAS du Pays de la Roche aux Fées**

28 rue Nantaise - Janzé ☎ 02 99 47 57 80

Conseillère conjugale et familiale

Informations et entretiens sur la contraception, la sexualité, les IST, l'IVG, la vie de couple, les violences conjugales - Consultations confidentielles et gratuites - sur RDV

C.C.A.S. Vitré - Service prévention

Des éducateurs de prévention et de médiation du CCAS sont disponibles pour écouter et orienter les jeunes.

- 1 rue Saint Louis - Vitré ☎ 02 99 74 50 54

Centres Locaux d'Informations et de Coordination personnes âgées & personnes handicapées - CLIC

Accueil, informations, conseils, coordination, ouvert aux personnes de plus de 60 ans, aux personnes en situation de handicap, à leur entourage, aux professionnels du secteur

- **CLIC Porte de Bretagne**

4 Jardin de la Trémoille - Vitré ☎ 02 99 74 33 01

- **CLIC de la Roche aux Fées**

3 rue du Dr Pontais - La Guerche ☎ 02 23 55 51 44

Bistrot Mémoire

Accueil et échanges autour de la maladie d'Alzheimer et maladies apparentées pour les aidants et les personnes malades

- Café de l'Espérance, 1^{er} lundi du mois - 14h30-17h - **Vitré**
- Bar « La Rozell », 3^{ème} lundi du mois - 14h30-17h - **Louvigné de Bais**
☎ 02 99 74 84 13 (ADSPV) ou ☎ 02 99 74 33 01 (CLIC)

Café des Mémoires itinérant de la Roche aux Fées

Accueil et échanges autour de la maladie d'Alzheimer et maladies apparentées pour les aidants et les personnes malades

- Un mardi par mois de 15h00 à 17h30, dans différentes communes du territoire : **La Guerche de Bretagne, Marcillé - Robert, Janzé**
☎ 02 23 55 51 44

Mission Locale des Jeunes du Pays de Vitré

Accueil, informations et orientation sur l'insertion socio-professionnelle pour les jeunes de 16 à 25 ans

- 9 place du Champ de Foire - **Vitré** ☎ 02 99 75 18 07
- Antenne Sud, 16 rue Pasteur - **Retiers** ☎ 02 99 43 68 98

Unafam - Permanence Vitré

Pour les personnes concernées par les troubles psychiques d'un proche. Accueil, écoute, information, entraide, prêt de livres

- 1^{er} mardi du mois de 16h00 à 18h30
Centre Jacques Boyer - **Vitré** * Brigitte Jean ☎ 02 99 38 14 26

Collectif Vivre Son Deuil Bretagne - Permanence Vitré

Accueil et écoute des personnes en deuil (récent ou ancien)

- 4^{ème} lundi du mois de 13h30 à 15h00
Centre Jacques Boyer - **Vitré** * + d'info ☎ 02 99 53 48 82

ADDICTIONS • SOINS, ENTRAIDES

Centre de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie - CSAPA

Alcool, tabac, toxicomanie, addictions sans produits (troubles des conduites alimentaires, dépendance aux jeux, etc.) - **Consultation Cannabis - Trois lieux de consultations, confidentielles et gratuites, - Sur RDV** ☎ 02 99 74 14 68

- Espace Coudé, 29 rue de Beauvais, **Vitré**
- Deux consultations délocalisées, **1 lundi sur 2, 15h30 à 19h30**
Maison Médicale de Garde, **Retiers**
Maison de Santé du Pays Guerchais, **La Guerche de Bretagne**

Groupe de parole pour enfants et adolescents vivant dans une famille à dysfonctionnement alcoolique

Pour les jeunes de 10 à 18 ans dont un ou deux parents ont des problèmes avec l'alcool - 1 mardi tous les 15 jours au Conservatoire de la ville de **Vitré** à 17h30 (sauf pendant les vacances scolaires).

- Stéphanie Cadoret ou Aminata Bléas-Sangaré ☎ 02 99 74 68 50

Alcooliques Anonymes

Groupe de parole tous les mercredis à 20h30 ; le 2^{ème} mercredi du mois, réunion ouverte à l'entourage

Centre Jacques Boyer - **Vitré** • Inscription ☎ 06.65.03.65.18.

Alcool Assistance - La Croix d'Or

Aider les personnes en difficulté avec l'alcool - Permanences :

Vitré - Mille Club, Rond-point des Chênes

- 1^{er} samedi et 3^{ème} vendredi du mois à 20h pour les personnes
Dominique Moreau ☎ 06 86 82 78 49
- 1^{er} samedi du mois, 14h-16h, pour l'entourage des malades
Martine Aupied ☎ 06 30 48 01 42

Les Amis de la Santé

Aide, soutien, accompagnement du malade alcoolo-dépendant et de son entourage, et toutes conduites addictives - Permanence les samedis de 14h à 18h à la Maison Associative de la Santé - **Rennes**

Groupe de paroles tous les mercredis - 20h00

Groupe de paroles Entourage tous les 1^{er} et 3^{ème} mercredis - 20h00

- Valérie Ruellan ☎ 06 22 70 15 08
- Yann Gillard (**Janzé et Retiers**) ☎ 06 79 63 10 66

Vie libre

Pour toutes les personnes ou familles ayant des problèmes avec l'alcool et toutes personnes qui désirent s'informer - Permanences :

- **Vitré** : 3^{ème} vendredi du mois, 20h30 à Maison Rouge
Toussaint Herrault ☎ 02 99 75 16 56
- **Janzé** : 1^{er} samedi du mois, 10h à l'Espace Brûlon
Guy Chedemail ☎ 02 99 47 03 65

ACCÈS AUX DROITS EN MATIÈRE DE SANTÉ

Pour savoir si vous bénéficiez de tous vos droits

CPAM - CAISSE PRIMAIRE D'ASSURANCE MALADIE / Régime général

- ☎ 36 46 / prix d'un appel local depuis un poste fixe) du lundi au vendredi de 8h30 à 18h00 : information et prise de rendez-vous
- Vitré, Agence CPAM, 16 rue du 70^{ème} RI : du lundi au vendredi de 08h30 à 17h / ouverture à 10h30 le 1^{er} jeudi du mois
- La Guerche de Bretagne, Centre social du Pays de la Guerche : Permanence CPAM, Jeudi sur rendez-vous 09h - 13h / fermeture pendant les vacances scolaires
- Janzé, les Halles : Permanence CPAM, Mardi sur rendez-vous 09h - 13h / fermeture pendant les vacances scolaires

MSA - MUTUALITÉ SOCIALE AGRICOLE / Régime agricole

- Vitré : Agence MSA, 3 rue Le Bas Fougeray ☎ 02 99 01 83 40
Du Lundi au Vendredi, 09h - 12h, sans rendez-vous
Du Lundi au Jeudi, l'après-midi, sur rendez-vous
☎ 02 99 01 80 73 pour prendre un RDV
- La Guerche de Bretagne, Centre social du Pays de la Guerche - Permanence, sans rendez-vous : 1^{er} et 3^{ème} mardi, 14h - 17h
- Janzé, 6 rue du Dr Roux - Permanence, sans rendez-vous : Mardi et Jeudi 14h - 17h, Mercredi 09h - 12h et 14h - 17h

RSI - RÉGIME SOCIAL DES INDÉPENDANTS

- Rennes, 1 allée Adolphe Bobierre, Rennes ☎ 02 99 02 53 53
Du lundi au vendredi, 08h30 - 12h00 / 13h30 - 17h00.

Sur le département d'Ille-et-Vilaine

SOUFFRANCE PSYCHIQUE - DÉPRESSION

Lueur d'Espoir - SOS Dépression 35 ☎ 02 99 83 65 28
Accueil téléphonique et permanence (accueil et informations)

S.O.S. Amitié ☎ 02 99 59 71 71
Écoute anonyme par téléphone 24h/24h

Sources ☎ 02 99 32 26 95
Écoute individuelle en face à face - Rennes

Solidarité Paysans 35 ☎ 02 99 50 70 65
Association d'aide aux agriculteurs en difficulté - Rennes

ACCOMPAGNEMENT DE FIN DE VIE, DU DEUIL

Deuil et Espérance (Pastorale de la Santé)
Propose une aide sur le chemin du deuil - Permanences téléphoniques, entretien sur rendez-vous
☎ 06 84 43 26 88

Le Geste et le Regard

Accompagne les personnes en fin de vie, leurs proches, et les personnes en deuil (adultes & enfants)
☎ 02 99 41 62 42 - Danielle Galesne

Jusqu'à la mort accompagner la vie

Accompagnement des personnes en fin de vie, leurs proches, les soignants ; accompagnement des personnes en deuil
☎ 02 23 25 29 90 - Huguette Le Gall

Jonathan Pierres Vivantes

Accueil et accompagnement des parents ayant perdu un enfant
☎ 02 99 47 98 28 - Françoise Lacheron

VIOLENCES - MALTRAITANCES

SOS Victimes Rennes ☎ 02 99 35 06 07

Violences conjugales : Réagissez

Accueil, écoute, orientation, hébergement pour les femmes victimes de violences 24h/24 - 7j/7 ☎ 02 99 54 44 88

Écoute Maltraitance

Écoute anonyme et gratuite des personnes âgées et des personnes handicapées par des professionnels du travail social
☎ 02 99 02 21 22

Numéros Nationaux

Fil Santé Jeunes

☎ 0 800 235 236 / anonyme et gratuit ou depuis un portable 0144933074 - tous les jours de 9h à 23h

Ligne AZUR Homo, Hétéro, Bi ... Qui suis-je ?

☎ 0 810 20 30 40 / coût d'une communication locale -7j/7 de 8h à 23h

Bretagne info IVG contraception

☎ 0 800 800 648 / anonyme et gratuit

Sida Info Services

☎ 0 800 840 800 / anonyme et gratuit

Drogues Info Services

☎ 0 800 23 13 13 / anonyme et gratuit depuis un poste fixe. Appel depuis un portable au coût d'une communication ordinaire 0170231313

Écoute Cannabis

☎ 0 980 980 940 / appel anonyme et non surtaxé

Alcool Info Service

☎ 0 980 980 930 / appel anonyme et non surtaxé

Tabac Info Service

☎ 39 89 / 0,15 €/min

Écoute Dopage

☎ 0 800 15 2000 / gratuit depuis un poste fixe, du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h

Joueurs Info Service

☎ 09 74 75 13 13 / anonyme et non surtaxé, de 8h à 2h, 7 jours sur 7

Accompagner la fin de la vie

S'informer, en parler du lundi au samedi de 8h30 à 19h30
☎ 0 811 020 300 / prix d'un appel local depuis un poste fixe

Dialogues & Solidarité

Un espace d'accueil et d'écoute pour veufs et veuves
☎ 0 800 49 46 27 / gratuit depuis un poste fixe

08 VICTIMES

Écoute, conseil et orientation pour les victimes de violences sexuelles dans le sport ☎ 08 842 846 37 / prix d'un appel local, 7 jours sur 7

*Ceci n'est qu'une partie de ce qui existe.
Les professionnels de santé sont également à votre disposition*

Liste non exhaustive - Sous réserve de modification -
Réalisation : Animation Territoriale de Santé
du Pays de Vitré - Porte de Bretagne ☎ 02 99 00 85 95
- Décembre 2014 -

LES RESSOURCES LOCALES EN SANTÉ

Information

Ecoute

Soutien

Aide

Accompagnement

Pays de Vitré
- Porte de Bretagne

Décembre 2014

