

# LIGNES D'ÉCOUTE

1

## LIGNES D'ÉCOUTE GÉNÉRALES

### LIGNE D'ÉCOUTE

**0 805 650 056**

Soutien pour les personnes touchées par la maladie, la souffrance ou la fin de vie, ainsi que pour leurs proches. Animée par des bénévoles du lundi au vendredi de 10h00 à 12h30 et de 14h00 à 19h00  
<https://www.jalmaalv-federation.fr/>

### CROIX ROUGE ÉCOUTE

**0 800 858 858**

Animée par des bénévoles formés du lundi au vendredi de 09h00 à 19h00, le samedi et le dimanche de 12h00 à 18h00  
<https://www.croix-rouge.fr/soutien-psychosocial-par-telephone>

### SOS CRISE

**0 800 190 000**

Animée par des bénévoles, des professionnels de la santé et du soin du lundi au samedi de 09h00 à 19h00  
<https://www.lestransmetteurs.org/soscrise>

### SOLITUD'ÉCOUTE

**0 800 474 788**

Animée par des bénévoles des Petits Frères des Pauvres tous les jours de 15h à 20h  
<https://www.petitsfreresdespauvres.fr/nos-actions/apporter-une-presence/ecoute-anonyme/>

### ADMD ÉCOUTE

**01 48 00 04 92**

Animée par des bénévoles du lundi au vendredi de 10h00 à 17h00  
<https://www.admd.net/action/solidarite>

### SOS HELP

**01 46 21 46 46**

Pour les personnes en grande souffrance psychologique en France mais parlant anglais. Animée par des bénévoles formés 7j/7 de 15h00 à 23h00  
<https://soshelpline.org/>

2

## LIGNES D'ÉCOUTE AIDANTS

### LIGNE D'ÉCOUTE POUR LES JEUNES AIDANTS BRIND'ÉCOUTE

**06 03 42 22 04**

Pour les jeunes aidants de 13 à 25 ans. Animée par des bénévoles formés le mardi de 17h00 à 22h00, le mercredi de 14h00 à 18h00 le vendredi de 18h30 à 23h30  
<https://lapausebrindille.org/nos-actions/brindecoute/>

### AVEC NOS PROCHES

**01 84 72 94 72**

Pour les personnes s'occupant d'un proche fragilisé. Animée par des bénévoles formés 7j/7 de 8h00 à 22h00  
<https://www.avecnosproches.com/>

3

## LIGNES D'ÉCOUTE SOIGNANTS

### SOINS AUX PROFESSIONNELS DE SANTÉ

**0 805 232 336**

Pour les professionnels de santé en souffrance au travail ou en épuisement professionnel. Animée par des psychologues 7j/7 et 24h/24  
<https://www.asso-sps.fr/prise-en-charge/psychologique/dispositif-sps>

4

## LIGNES D'ÉCOUTE PAR PATHOLOGIE

### ALLO ALZHEIMER

**0 970 818 806**

Pour les aidants de personnes concernées par la maladie d'Alzheimer. Animée par des bénévoles formés 7j/7 de 20h00 à 22h00  
<https://www.allo-alzheimer.fr/>

### ÉCOUTE PSYCHOLOGIQUE HUNTINGTON FRANCE

**06 30 87 51 11**

Pour les personnes concernées par la maladie de Huntington et leurs proches. Animée par une psychologue et une psychothérapeute – prise de rendez-vous par téléphone  
<https://huntington.fr/rompre-l-isolement/#ecoute>

### SERVICE ÉCOUTE DE FRANCE PARKINSON

**01 43 43 43 15**

Pour les personnes concernées par la maladie de Parkinson et leurs proches. Animée par des bénévoles formés du lundi au vendredi de 9h30 à 12h30  
<https://www.franceparkinson.fr/les-grands-services/le-service-ecoute-de-l-association-france-parkinson/>

### LIGNE D'ÉCOUTE PSYCHOLOGIQUE DE L'AFSEP

**0 805 691 379**

Pour les personnes concernées par la Sclérose en Plaques et leurs proches. Animée par deux psychologues les lundi et mardi de 18h00 à 20h00, les mercredi, jeudi et vendredi de 18h00 à 19h00, et les samedi et dimanche de 13h00 à 14h00  
<https://afsep.fr/ligne-decoute-psychologique/>

### LA LIGUE CONTRE LE CANCER

**0 800 940 939**

Pour les personnes concernées par le cancer. Animée par des psychologues du lundi au vendredi de 9h00 à 19h00  
<https://www.ligue-cancer.net/articles/avec-vous-chaque-etape-de-la-maladie>

### ASSOCIATION FRANCOIS GIRAUD CONTRE LE CANCER

**contact@association-francoisgiraud.fr**

Pour les personnes sourdes concernées par le cancer. Animée par des bénévoles formés – plateforme visio le lundi de 9h00 à 11h00  
<https://association-francoisgiraud.fr/>

### ARSLA A VOTRE ÉCOUTE

**01 58 30 58 57**

Pour les personnes concernées par la Sclérose Latérale Amyotrophique (patients, aidants, proches, enfants). Animée par une psychologue spécialisée les mardi et jeudi de 10h00 à 13h00  
<https://www.arsla.org/les-services-de-larsla/>

\* la liste des lignes d'écoute n'est pas exhaustive \*



**Fin de vie Soins Palliatifs**  
CENTRE NATIONAL

[www.parlons-fin-de-vie.fr](http://www.parlons-fin-de-vie.fr)



5

## LIGNES D'ÉCOUTE DEUIL

### VIVRE SON DEUIL

**06 15 14 28 31**

Pour les personnes endeuillées. Animée par des bénévoles formés – laisser un message pour être rappelé  
<https://www.vivre-son-deuil.com/>

### EMPREINTES, ACCOMPAGNER LE DEUIL

**01 42 38 08 08**

Pour les personnes endeuillées. Animée par des psychologues et psychothérapeutes du lundi au jeudi de 9h30 à 20h30  
<https://www.empreintes-asso.com/>

### SPAMA

**07 87 85 37 81**

Pour les parents confrontés à la fin de vie de leur tout-petit, et à la traversée du deuil périnatal. Animée par des psychologues et psychothérapeutes du lundi au vendredi de 9h00 à 12h00  
<https://www.association-spama.com/pour-les-parents/la-ligne-decoute-telephonique/>

### NAITRE ET VIVRE

**01 47 23 05 08**

Pour les parents ayant perdu un enfant (pendant la grossesse et jusqu'à l'âge de 3 ans). Animée par des bénévoles formés 7j/7 et 24h/24  
<https://naitre-et-vivre.org/>

6

## LIGNES D'ÉCOUTE SUICIDE

### NUMERO NATIONAL DE PREVENTION DU SUICIDE

**31 14**

Pour les personnes ayant des pensées suicidaires, les personnes inquiètes pour un proche, les personnes endeuillées par suicide, les professionnels de santé ayant besoin d'un avis spécialisé. Animée par des infirmiers et psychologues à la prévention du suicide 24h/24 et 7j/7  
<https://3114.fr/>

### ALLO-SUICIDE

**04 22 53 74 59**

Pour les personnes en grande souffrance psychologique ou confrontées au suicide. Animée par des bénévoles formés 7j/7 de 20h00 à 23h00  
<https://www.allo-suicide.fr/>

### SOS SUICIDE PHENIX

**01 40 44 46 45**

Pour les personnes en grande souffrance psychologique ou confrontées au suicide. Animée par des bénévoles formés 7j/7 de 13h00 à 23h00  
<https://sos-suicide-phenix.org/>

### SUICIDE ÉCOUTE

**01 45 39 40 00**

Pour les personnes en grande souffrance psychologique ou confrontées au suicide. Animée par des bénévoles formés 7j/7 et 24h/24  
<https://www.suicide-ecoute.fr/>

### PHARE ENFANTS-PARENTS

**01 43 46 00 62**

Soutien aux parents endeuillés par suicide. Animée par des bénévoles formés, psychologues et thérapeute familiale du lundi au vendredi de 10h00 à 17h00  
[https://www.facebook.com/associationPHAREEnfantsParents/?locale=fr\\_FR](https://www.facebook.com/associationPHAREEnfantsParents/?locale=fr_FR)