



# Mal-être :

## adresses utiles dans les Côtes d'Armor

### SOMMAIRE

- 1 - Associations d'écoute, lieux d'accueil pour les jeunes
- 2 - Les services santé pour étudiants
- 3 - Les Centres médico psychologiques (CMP)
- 4 - Les Centres médico-psycho-pédagogiques (CMPP)
- 5 - Les Centres de planification et d'éducation familiale
- 6 - Groupes de paroles pour anorexiques et boulimiques

### A CONSULTER :

Les numéros utiles, anonymes

**Fil Santé Jeunes** : 0 800 235 236 (appel anonyme et gratuit tous les jours de 9h à 23h) - [www.filsantejeunes.com](http://www.filsantejeunes.com)  
**SOS Amitié Rennes** : 02 99 59 71 71 – [www.sos-amitie.com](http://www.sos-amitie.com) (24h/24)  
**SOS Amitié Brest** : 02 98 46 46 46 – [www.sos-amitie.com](http://www.sos-amitie.com) (24h/24)  
**Croix-Rouge écoute** : 0 800 858 858 (gratuit, lundi au vendredi : 10h à 22h – samedi, dimanche : 12h à 18h) [www.croix-rouge.fr](http://www.croix-rouge.fr)  
**Suicide écoute** : 01 45 39 40 00 – [suicideecoute.pads.fr](http://suicideecoute.pads.fr) (7j/7, 24h/24)  
**Drogues info service** : 0 800 23 13 13 (gratuit depuis un poste fixe) – 01 70 23 13 13 (coût d'une communication pour les portables)  
Ligne généraliste, 7j/7, de 8h à 2h - [www.drogues-info-service.fr](http://www.drogues-info-service.fr)  
**Écoute cannabis** : 0 980 980 940 (coût d'une communication locale depuis un poste fixe, 7 jours sur 7, de 8h à 2h)  
**Alcool info service** : 0 980 980 930 (coût d'une communication locale depuis un poste fixe, 7 jours sur 7, de 8h à 2h) [www.jeunes-alcool-info-service.fr](http://www.jeunes-alcool-info-service.fr)  
**Bretagne Info IVG – Contraception** : 0 800 800 648 (du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 18h, jusqu'à 17h le vendredi)

A consulter également :

**Les addictions : information et prévention en Bretagne**  
Fiche Actuel Bretagne 5.421

## 1 - Associations d'écoute, lieux d'accueil pour les jeunes

### GUINGAMP

#### Point accueil écoute jeunes (PAEJ) et parents Cap Jeunes

(Service géré par l'association SESAM Bretagne)

Pôle Jeunesse

2 boulevard Mendès France

22200 Guingamp

02 96 40 07 27

-> [capjeunes-guingamp@orange.fr](mailto:capjeunes-guingamp@orange.fr)

-> [capjeunes-guingamp.over-blog.fr](http://capjeunes-guingamp.over-blog.fr)

► Lundi au vendredi : 9h-12h et 14h-18h sur rendez-vous

► Accueil, écoute et accompagnement des adolescents et jeunes adultes de 11 à 30 ans et des familles. Anonyme, confidentiel et gratuit. Entretiens individuels et/ou familiaux. Mise en relation avec des professionnels spécialisés si besoin.

### LANNION

#### Point accueil écoute jeunes (PAEJ) et parents Le Pass'age

17 rue Joseph Morand

22300 Lannion

02 96 23 24 71

-> [beauvallon.passage@orange.fr](mailto:beauvallon.passage@orange.fr)

► Accueil, écoute et accompagnement des adolescents et jeunes adultes de 12 à 30 ans et des parents. Anonyme, confidentiel et gratuit.

► Mercredi 9h15-12h30 et 13h30-17h15, jeudi 13h30-20h30, vendredi 9h-14h avec ou sans rendez-vous.

► Accueil des parents le vendredi de 9h à 14h

### PAIMPOL

#### Point accueil écoute jeunes PAEJ Le Lieu

4 Rue Saint-Vincent

22500 Paimpol

02 96 55 37 41

-> [lieu.paimpol@fondationbonsauveur.fr](mailto:lieu.paimpol@fondationbonsauveur.fr)

► Lundi : 10h-14h, mercredi : 9h-17h, vendredi : 11h- 19h, le premier samedi du mois : 9h-13h. Accueil avec ou sans rendez-vous.



## ROSTRENNEN

### **Point accueil écoute jeunes PAEJ**

#### **Oxyjeunes**

(Service géré par l'association SESAM)

18 rue Saint-Quijeau  
Quartier La Salette  
29270 Carhaix Plouguer  
02 98 99 41 86  
06 33 50 94 08

->oxyjeunes@orange.fr

->http://oxyjeunes.over-blog.com

► Ecoute téléphonique du lundi au jeudi de 9h à 12h30 et 14h à 18h

► Accueil le lundi et mercredi de 14h à 18h, avec ou sans rendez-vous à Carhaix.

► Accueil sur rendez-vous du lundi au jeudi de 9h à 12h30 et de 14h à 18h, le vendredi de 9h à 12h :

- à Carhaix (29) - 18 rue Saint Quijeau – Quartier la Salette  
1er étage

- à Gourin (56) - 13 rue Jacques Rodallec - Espace Lohéac

3ème étage

- à Pleyben (29) - 21 rue Gars Maria

- à **Rostrenen (22)** - 13 rue Abbé Gibert - Salle Georgelin

Rez de chaussée

## SAINT-BRIEUC

### **Point accueil écoute jeunes PAEJ**

#### **Le Lieudit**

16 rue de Gouëdic  
22000 Saint-Brieuc

02 96 61 16 48 ou 06 77 40 32 23

► Mercredi et vendredi : 9h-19 h, avec ou sans rendez-vous

► Accueil, écoute et conseil pour des adolescents et jeunes adultes (jusqu'à 30 ans). Mise en relation avec des professionnels spécialisés. Anonyme, confidentiel et gratuit.

► Permanence à **Lamballe** (48 bis rue du Dr Lavergne 22400 Lamballe – 06 77 40 32 23) le jeudi de 10h à 12h30 et de 13h30 à 19h, sur rendez-vous.

► Permanence au CMS de **Quintin** (22 rue du Maréchal Leclerc 22800 Quintin – 06 77 40 32 23) un mardi sur deux de 13h à 16h, sur rendez-vous.

### **Maison des adolescents des Côtes d'Armor**

21 rue Saint-Guillaume  
22000 SAINT BRIEUC

02 96 68 64 96

-> mda22@orange.fr

-> mda22.over-blog.fr

Public accueilli : Jeunes de 12 à 20 ans, parents, entourage, professionnels.

Accueil gratuit, anonyme, confidentiel, uniquement sur rendez-vous (par téléphone en laissant un message avec ses coordonnées en cas d'absence).

## **2 – Les services santé pour étudiants**

Ce sont des lieux d'accueil, d'écoute, de soutien psychologique, de consultation, de soins et de prévention.

## SAINT-BRIEUC

### **Service Interuniversitaire de Médecine Préventive et de Promotion de la Santé (SIMPPS)**

2, avenue Antoine Mazier

22000 Saint-Brieuc

02 96 60 81 61

Lundi, mardi et jeudi de 8h45 à 12h15 et de 13h à 17h10, mercredi et vendredi de 8h45 à 12h15 et de 13h à 16h30.

Permanence psychologue : vendredi de 10h30 à 13h30

Permanence assistante sociale : lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h45 à 16 h.

Permanence médecin : lundi et jeudi de 13h30 à 17h, mardi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h.



## 3 - Les Centres Médico Psychologiques (CMP)

Ce sont des lieux où les jeunes peuvent consulter des psychologues, des psychiatres... Les Centres Médico Psychologiques pour Enfants et Adolescents (CMPEA) sont généralement ouverts aux jeunes de 0 à 16 ans, parfois 18 ans. Les consultations sont prises en charge (pas d'avance de frais).

### BEGARD

1 rue du Bon-Sauveur  
22140 Bégard  
02 96 45 37 48 (adultes)

### BROONS

CMPEA  
32 rue de la gare  
22250 Broons  
02 96 84 65 67 (enfants, adolescents)

### CALLAC

5 rue des Martyrs de la Résistance  
22160 Callac  
02 96 45 53 29 (adultes)

### DINAN

117 rue de Brest  
22100 Dinan  
02 96 39 93 81 (adultes)

### CMPEA

9 rue de la Prémentais  
22100 Dinan  
02 96 87 11 87 (enfants, adolescents)

### GUINGAMP

CMPEA  
7 rue Saint-Yves  
22200 Guingamp  
02 96 21 05 50 (adolescents)

### LAMBALLE

CMP  
100 rue Saint-Lazare  
22400 Lamballe  
02 96 31 20 64 (adultes)

### CMPEA

29 rue Paul Langevin  
22400 Lamballe  
02 96 34 71 33 (enfants, adolescents)

### LANNION

7 rue Kérampont  
22300 Lannion  
02 96 37 47 08 (adultes)

### CMPEA

3 rue Charles Gerhardt  
22300 Lannion  
02 96 14 19 14 (enfants, adolescents)

### LOUDEAC

32 rue de la Chèze  
22600 Loudéac  
02 96 66 83 85 (adolescents, adultes)

### CMPEA

11 rue de la Chesnaie  
22600 Loudéac  
02 96 28 39 65 (enfants, adolescents)

### PABU

17 Rue d'Armor  
22200 Pabu  
02 96 44 10 12 (adultes)

### PAIMPOL

11 rue du 18 Juin  
22500 Paimpol  
02 96 55 37 40 (adultes)

### CMPEA

11 rue du 18 Juin  
22500 Paimpol  
02 96 55 37 47 (enfants, adolescents)

### PLANCOËT

Rue du Tramway  
22130 Plancoët  
02 96 84 25 21 (adultes)

### CMP E.A (Enfant- Adolescent)

Place du tramway  
22130 Plancoët  
02 96 84 19 79 (enfants, adolescents)

### QUINTIN

22 rue du Maréchal Leclerc  
22800 Quintin  
02 96 74 93 94 (adultes)

### CMPEA

4 rue Emile Nau  
22800 Quintin  
02 96 79 60 30 (enfants, adolescents)

### ROSTRENE

35 rue Olivier Perrin  
22110 Rostrenen  
02 96 57 40 65 (adultes)

### CMPEA

20 rue Joseph Pennec  
22110 Rostrenen  
02 96 29 28 77 (enfants, adolescents)

### SAINT-BRIEUC

8 rue Charles Pradal  
22000 Saint-Brieuc  
02 96 77 25 13

### CMPEA

20 boulevard Arago  
22000 Saint-Brieuc  
02 96 68 24 24 (enfants, adolescents)

### SAINT-QUAY-PORTRIEUX

35 boulevard Maréchal Foch  
22410 Saint-Quay-Portrieux  
02 96 70 31 68 (adultes)

### TREDARZEC

Pont Canada  
22220 Trédarzec  
02 96 92 95 55 (adultes)

Sources : [www.creai-bretagne.org](http://www.creai-bretagne.org)



## 4 – Les Centre médico-psycho-pédagogiques (CMPP)

Les centres médico-psycho-pédagogiques peuvent proposer des consultations aux enfants et adolescents en difficulté et à leurs parents.

**SAINT-BRIEUC**  
10, rue des Capucins  
22000 Saint-Brieuc  
02 96 68 18 85

Sources : [www.creai-bretagne.org](http://www.creai-bretagne.org)

## 5 – Les centres de planification et d'éducation familiale

Ce sont aussi des lieux d'accueil, d'écoute et d'orientation destinés aux adolescents quelles que soient les questions qu'ils se posent. Consultez la fiche Actuel Bretagne 5.33 : " L'information sur la sexualité : adresses utiles en Bretagne ".

## 6 – Groupes de paroles pour anorexiques et boulimiques

Vous trouverez ci-dessous des associations proposant des groupes de paroles. Pour connaître les centres de soins spécialisés en troubles alimentaires, adressez-vous à votre médecin généraliste.

### **Anorexiques Boulimiques Anonymes (A.B.A.)**

06 34 32 93 81 (24h/24)  
-> <http://abaipfrance.free.fr>  
► Association fonctionnant sur le principe des alcooliques anonymes (groupes de parole anonymes et gratuits)

### **Courrier :**

**Centre social du Plateau**  
1 rue Mathurin Méheut  
22000 Saint-Brieuc  
06 87 74 62 99

### **Réunion :**

**Espace Griffon**  
7 rue de la Gare  
22000 Saint-Brieuc

► Tous les lundis à 20 h (réunions ouvertes aux proches, le 1er lundi du mois)

### **Association Outremangeurs Anonymes (Association OA)**

-> [www.oainfos.org](http://www.oainfos.org)

► S'adresse aux personnes qui souffrent de troubles du comportement alimentaire, anorexiques ou boulimiques. L'anonymat est préservé, certaines réunions peuvent être ouvertes à la famille, aux amis et aux médecins

L'association organise des réunions téléphoniques plusieurs fois par semaine (le numéro de téléphone et les codes d'accès sont à demander par mail) :

- mardi de 20h30 à 21h45. Numéro et codes d'accès à demander à [loveli.fr@orange.fr](mailto:loveli.fr@orange.fr)
- mercredi de 21h à 22h. Numéro et codes d'accès à demander à [oa.groslivresolution@gmail.com](mailto:oa.groslivresolution@gmail.com)
- jeudi de 20h30 à 21h30. Numéro et codes d'accès à demander à [oasamedi@gmail.com](mailto:oasamedi@gmail.com)
- samedi de 11h à 12h15. Numéro et codes d'accès à demander à [oasamedi@gmail.com](mailto:oasamedi@gmail.com)

Elle propose aussi des réunions physiques :

**SAINT-BRIEUC**

La réunion a lieu chaque vendredi à 20h (Réunion ouverte le 2ème vendredi du mois)

Adresse : Centre social du Plateau - 1er étage ; 1, rue Mathurin Méheut - 06 11 31 94 55

### **Association Solidarité Anorexie Boulimie Bretagne**

06 68 63 31 40

-> [www.solidarite-anorexie.fr](http://www.solidarite-anorexie.fr)

► Lieu d'accueil, de rencontre et d'entraide, de paroles et d'écoutes, d'échange d'expériences et d'informations techniques.

### **Association Solidarité Anorexie Boulimie Côtes d'Armor**

Au siège de l'UDAF

28 boulevard Hérault

22000 Saint-Brieuc

-> [solidarite.anorexie-22@laposte.net](mailto:solidarite.anorexie-22@laposte.net)

► Réunion le samedi de 14h30 à 16h30 (date annoncée sur le site internet)

### **Anorexie Boulimie Bretagne**

-> [www.anorexie-bretagne.info/](http://www.anorexie-bretagne.info/)

► Site communautaire destiné à promouvoir et favoriser les échanges entre les personnes concernées par les troubles du comportement alimentaire, leur famille, leurs amis et les professionnels. Il est classé en rubriques répertoriant les différents articles déposés par les visiteurs et donne accès à des forums de discussion ainsi qu'à des liens vers d'autres structures ressources.