



Mal-être :

adresses utiles en Ille-et-Vilaine

SOMMAIRE

- 1 – Associations d'écoute, d'information, de prévention
- 2 – Les services de 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

SOS Amitié Rennes : 02 99 59 71 71 – www.sos-amitie.com (24h/24)

SOS Amitié Brest : 02 98 46 46 46 – 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

Suicide écoute : 01 45 39 40 00 – 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

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

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, d'information, de prévention

FOUGERES

Point Accueil Ecoute Jeunes (PAEJ)

Mission Locale du Pays de Fougères

Les Ateliers

9 rue des Frères Deveria

BP 70335

35303 Fougères

02 90 80 50 10

-> ahamard@missionlocalefougères.fr

► Du lundi au vendredi de 9h à 12h15 et de 14h à 17h30.

RENNES

Sàs - Point Accueil Ecoute Jeunes (PAEJ)

Centre Régional Information Jeunesse de Bretagne - CRIJ

4bis cours des Alliés

35000 Rennes

02 99 31 47 48

-> sas@crij-bretagne.com

-> www.crij-bretagne.com/Le-Point-Accueil-Ecoute-Jeunes-Le.html

► Lieu d'information, d'écoute, de dialogue et d'orientation, anonyme, confidentiel et gratuit, animé par des professionnels et ouvert à tous les jeunes.

► Permanences toutes thématiques : du mardi au jeudi de 14h à 18h et le vendredi de 14h à 16h.

► Permanences spécifiques :

- Vie affective et sexuelle : jeudi de 14h à 16h

- Consultations jeunes consommateurs : mercredi de 14h à 18h et jeudi de 14h à 16h

► Horaires du CRIJ : mardi de 13h à 20h - mercredi, jeudi et vendredi de 13h à 19h - samedi de 14h à 18h. Pendant les vacances scolaires, du mardi au vendredi de 13h à 19h.

Espace prévention et lutte contre les discriminations

MJC Bréquigny

15 avenue Georges Graff

35200 Rennes cedex

02 99 86 95 95

-> coordination@mjcbrequigny.com ou

jeunesse@mjcbrequigny.com

-> www.mjcbrequigny.com

► Permanences du lundi au vendredi de 12h à 14h et le samedi à 14h ou sur rendez-vous en dehors de ces horaires

► Lieu d'accueil, d'écoute, d'information, et de prévention



Sources

2 allée de Lucerne
35200 Rennes
02 99 32 26 95 (du lundi au vendredi, de 9h à 12h)
-> association.sources@gmail.com

-> www.sourcesunlieupourparler.blogspot.com

► Espace d'accueil et d'écoute pour adultes, adolescents et enfants sur des questions de mal-être, des problèmes liés aux relations, à la famille, à la solitude...

► Accompagnement psychologique gratuit et confidentiel, sur rendez-vous.

► Groupes de paroles, notamment pour parents, seuls ou en couple, en questionnement sur leur rôle de parent, pour grands-parents ou pour parents en difficultés autour de la naissance d'un enfant.

► Ateliers à thèmes, ateliers pour parents d'adolescent, grands-parents, ateliers pour parent à l'écoute d'autres parents

PAYS DE SAINT-MALO

Point Accueil Ecoute Jeunes (PAEJ) du Pays de Saint-Malo

Courrier :
23 avenue Anita Conti
35400 Saint-Malo
0 800 804 001
-> PAEJ@pays-stmalo.fr

► Permanences :

Combourg : mercredi (semaines paires) de 16h à 18h

Maison des services, 3 rue de la Mairie

Dinard : vendredi de 16h30 à 17h30

Maison des Jeunes, 2 rue de la Saudrais

Saint-Malo : mercredi de 14h30 à 15h30

au Bureau Information Jeunesse (BIJ), 2 rue Théodore Monod ou sur rendez-vous à la demande sur Cancale, Dol de Bretagne, Pleine-Fougères, Pleurtuit, Ploubalay ou Tinténiac.

2 - Les services de santé pour les étudiants

Les Espace Santé Universitaires sont des lieux d'accueil, d'écoute, de soutien psychologique, de consultation, de soins et de prévention.

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

Université de Rennes 1
Campus de Beaulieu
Bâtiment 21
263 avenue du Général Leclerc
35042 Rennes Cedex
02 23 23 55 05

► Lundi au vendredi de 8h30 à 17h, avec ou sans rendez-vous. Sur rendez-vous pour les consultations spécialisées (psychologue, psychiatre, tabacologue, diététicien, assistante sociale, consultation contraception)

Service Interuniversitaire de Médecine Préventive et de Promotion de la Santé – SIMPPS Espace santé Universitaire

Université de Rennes 2
Place du Recteur Henri Le Moal
Bât Erève – 2^{ème} étage
35043 Rennes Cedex
02 99 14 14 60 et 67

► Lundi au vendredi de 8h30 à 17h, avec ou sans rendez-vous. Sur rendez-vous pour les consultations spécialisées (psychologue, psychiatre, tabacologue, diététicien, assistante sociale, consultation contraception)

Bureau d'Aide Psychologique Universitaire (BAPU)

11 bd de la Liberté - 2^{ème} étage
35000 Rennes
02 99 30 81 24

-> bapu.rennes@wanadoo.fr

► Lundi au samedi midi (sauf mercredi après-midi) sur rendez-vous (pour étudiants, lycéens et jeunes en formation à partir de 16 ans)

► Lieu de consultation et d'écoute psychologique

3 - Les Centres Médico Psychologiques (CMP)

Les centres médico-psychologiques sont des lieux où les jeunes peuvent consulter des psychologues, des psychiatres... Les Centres Psychothérapeutiques pour Enfants et Adolescents (CPEA) sont généralement ouverts aux jeunes de 0 à 16 ans, parfois 18 ans. Les consultations sont prises en charge (pas d'avance de frais).

BAIN DE BRETAGNE

Centre Social
41 Avenue Guillotin de Corson
35470 Bain-de-Bretagne
02 99 43 80 95 (enfants, adolescents)
Equipe mobile au 02 99 44 55 55

Hôpital Saint-Thomas de Villeneuve
2 rue Hippolyte Fillioux
35470 Bain-de-Bretagne
02 99 43 87 13 (adultes)

BAGUER PICAN

Consultation pour l'enfant et la famille
5 route de Paris
35120 Baguer Pican
02 99 80 96 30 (enfants, adolescents)

BAZOUGES LA PEROUSE

31 rue du Maine
35560 Bazouges La Pérouse
02 99 97 48 40 (adultes)

BRUZ

Maison des enfants
5 avenue Alphonse Legault
35170 Bruz
Prise de rendez-vous auprès du secrétariat du CMP de Rennes Bois Perrin, 02 99 33 39 18 (enfants, adolescents)

CHATEAUBOURG

86 rue de Paris
35220 Châteaubourg
Prise de rendez-vous auprès du secrétariat du CMP de Rennes Bois Perrin, 02 99 33 39 17 (enfants)
02 99 00 32 09 (adultes)

COMBOURG

43 rue de la Libération et 4, allée des Primevères
35270 Combourg
02 99 73 03 33 (adultes)

DINARD

48 rue de la Gare
35800 Dinard
02 99 46 83 80 (adultes)

Consultation pour l'enfant et la famille
Rue Henri Dunant
35800 Dinard
02 99 21 29 26 (enfants, adolescents)



DOL DE BRETAGNE

21 Grande Rue des Stuarts
35120 Dol de Bretagne
02 99 80 92 91 (adolescents, adultes)

FOUGERES

142 rue de la Forêt
35300 Fougères
02 99 99 18 06 (adolescents, adultes)

CPEA

22 bis rue Albert Durand
35300 Fougères
02 99 94 47 10 (enfants, adolescents)

GUICHEN

16, rue Luc Urbain
35580 Guichen
02 99 57 30 25 (adultes)

47 rue de Fagues

35580 Guichen
02 99 57 03 42 (enfants, adolescents)
Prise de rendez-vous auprès du secrétariat du CMP de Rennes Bois Perrin, 02 99 33 39 18

JANZE

22 rue Léon Thébault
35150 Janzé
02 99 53 26 20 (enfants, adolescents)

1 rue Charles Lindbergh

ZA La Chauvelière
35150 Janzé
02 99 47 27 86 (adultes)

LA GUERCHE DE BRETAGNE

Hôpital Local
25 faubourg d'Anjou
35130 La Guerche de Bretagne
02 99 96 00 59 (enfants, adolescents)

MONTFORT SUR MEU

12 rue Chateaubriand
35160 Montfort-sur-Meu
02 99 09 39 94 (adultes)

CPEA

1 bis, place Saint-Nicolas
35160 Montfort-sur-Meu
02 99 09 08 88 et 02 22 51 41 17 (enfants, adolescents)

MORDELLES

2 allée du Clos Carré
35310 Mordelles
02 23 41 27 70 (adultes)

PACE

Rue Jean-Baptiste Guérin
35740 Pacé
02 99 65 81 01

PLELAN

Centre social
4 rue du centre social
35380 Plélan Le Grand
(enfants, adolescents)
Prise de rendez-vous auprès du CMP de Rennes au 02 99 33 39 18

REDON

CMP
Rue de Galerne
35603 Redon Cedex
02 99 71 71 54 (adultes)

8 avenue Etienne Gascon

BP 90343
35603 Redon Cedex
02 99 71 06 78 (enfants, adolescents)

RENNES

Centre Guillaume Régnier
Centre d'accueil et de soins spécialisés pour adultes
02 99 33 39 00 (Coordonne les différents CMP sur Rennes)

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

214 rue de Chatillon
35200 Rennes
02 99 32 20 72 (13 à 18 ans)

5 square Saint-Exupéry

35700 Rennes
02 99 63 54 55 (adolescents, adultes)

1 place du Maréchal Juin

35000 Rennes
02 99 31 61 66 (adolescents, adultes)

8 rue de la Sauvaie

35000 Rennes
02 99 51 56 73 (adultes)

154 rue de Chatillon

35000 Rennes
02 99 51 06 04 (enfants, adolescents)
Gère également une équipe mobile.

Centre du Bois Perrin

4 rue du Bois-perrin
35000 Rennes
02 99 33 39 17 ou 18 (enfants, adolescents)

43 square de Mettrie

35000 Rennes
02 99 84 87 09 (enfants, adolescents)

9 avenue du Doyen Colas

35000 Rennes
02 22 51 41 18 (enfants, adolescents)

SAINT-AUBIN D'AUBIGNE

28 route de Chasné
35250 St-Aubin d'Aubigné
02 99 55 68 79 (adultes)

15 rue du Château d'eau

35250 St-Aubin d'Aubigné
02 99 55 23 94 (enfants, adolescents)
Prise de rendez-vous auprès du secrétariat du CMP de Rennes Bois Perrin, 02 99 33 39 17

SAINT-MALO

78 boulevard du Rosais
35400 Saint-Malo
02 99 21 29 22 (adolescents, adultes)

Consultation spécialisée pour adolescents

Consultation pour l'enfant et la famille
7 rue de la Marne
35400 Saint-Malo
02 99 21 29 20 (11 à 16 ans)
02 99 21 27 42 (0 à 11 ans)



SAINT-JACQUES-DE-LA-LANDE

119 rue du Temple du Blosson
35136 Saint-Jacques-de-la-Lande
02 23 40 09 30 (adolescents, adultes)

TINTENIAC

14 rue Cour aux Cointres
35190 Tinténac
02 99 68 14 48 (adultes)

3 avenue Duguesclin
35190 Tinténac
02 99 68 07 07 (enfants- adolescents)
Prise de rendez-vous auprès du CMP de Rennes, 02 99 33 39 17

VITRE

La Passerelle
6 rue de Paris
35500 Vitré
02 99 74 71 21 (enfants, adolescents)
Prise de rendez-vous auprès du CMP de Rennes, 02 99 33 39 17

Centre de consultation et d'accueil thérapeutique spécialisé
15bd Denis Papin
35500 Vitré
02 99 74 53 91(adolescents, adultes)

Sources : www.creai-bretagne.org

4 – Les Centres médico psycho-pédagogiques (CMPP)

Les centres médico-psycho-pédagogiques peuvent proposer des consultations aux adolescents en difficulté et à leurs parents. Jusqu'à 18 ans, voire 20 ans.

ANTRAIN-SUR-COUESNON

Maison du Développement
35560 Antrain-sur-Couesnon
02 99 99 36 47 (CMPP Fougères)

CHATEAUGIRON

Centre de consultation Les Grisons
1 rue Jules Ferry
35410 Chateaugiron
02 99 37 31 77

COMBOURG

Clinique des rivières
35270 Combours
02 99 73 05 46

DINARD

Résidence des Grands-Prés - Bât. 2
35800 Dinard
02 99 46 27 27

DOL DE BRETAGNE

9 place Châteaubriand
35120 Dol de Bretagne
02 99 48 19 48

FOUGERES

88 rue de la Forêt
35300 Fougères
02 99 99 36 47

LOUVIGNE-DU-DESERT

45, rue Ambroise de Montigny
35420 Louvigné du Désert
02 99 99 36 47 (CMPP Fougères)

REDON

12 rue des Chaffauds
35600 Redon
02 99 71 29 86

RENNES

1 allée du Gacet
35200 Rennes
02 99 51 31 38

27 rue Brizeux
35700 Rennes
02 99 38 04 05

Centre de consultation
Les Grisons
4 square des Grisons
35200 Rennes
02 99 50 02 32

Gaston Chaissac
23, Cours Kennedy
35000 Rennes
02 99 59 29 39

SAINT-BRICE-EN-COGLES

32 rue de Verdun
35460 Saint-Brice-en-Cogles
02 99 99 36 47 (CMPP Fougères)

SAINT-MALO

48 av du 47ème R.I.
35400 Saint-Malo
02 99 56 53 51

12 rue Saint-Laurent
La Découverte
35400 Saint-Malo
02 99 82 12 66

VITRE

30 rue de la Cotinière
35500 Vitré
02 99 74 66 44

Sources : 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 n°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 (ABA)

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)

Point accueil de la Maison associative de la santé

Hôtel Dieu

1 rue de la Cochardière

35000 Rennes

07 50 26 89 07

► Réunions tous les mercredis à 20 h 20 (réunions ouvertes aux proches le 1er mercredi du mois)

Centre social de Dinard

55 rue des Minées 35800 Dinard

06 27 14 19 93

► Réunions tous les mardis à 20 h (réunions ouvertes aux proches le 1^{er} mardi du mois)

Association Outremangeurs Anonymes (Association OA)

-> 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

- mercredi 21h à 22h. Numéro et codes d'accès à demander à oa.groslivresolution@gmail.fr

- jeudi de 20h30 à 21h30. Numéro et codes d'accès à demander à oasamedi@gmail.com

- samedi de 11h à 12h15. Numéro et codes d'accès à demander à oasamedi@gmail.com

Association Solidarité Anorexie Boulimie Bretagne

06 68 63 31 40

-> 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 Ille-et-Vilaine

Maison associative de la santé

36, bd Albert 1er

35100 Rennes

06 59 09 69 98 ou 06 10 63 76 91

-> solidarite.anorexie-35@laposte.net

► Réunion le 1er samedi à 14h30 à l'hôpital Hôtel Dieu, rue de Saint-Malo à Rennes.

Anorexie Boulimie Bretagne

-> 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.

En dehors de ces groupes de paroles, il existe sur le département des consultations spécifiquement sur les troubles du comportement alimentaire :

Equipe mobile des troubles des comportements alimentaires (EMTCA)

4 boulevard de Strasbourg – BP 60321

35703 Rennes Cedex 7

06 01 12 23 27 (du lundi au vendredi 9h-17h)

Consultations sur rendez-vous : accueil et information pour des personnes ayant des troubles du comportement alimentaire, ainsi que pour leurs proches et les professionnels. A partir de 16 ans.

↳ Type d'addiction : troubles du comportement alimentaire