

DISPOSITIFS D'ACCOMPAGNEMENT PSYCHOLOGIQUE EN FRANCE

1- DISPOSITIFS PRINCIPAUX DE SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE DEDIES AUX ETUDIANT-ES

SANTE PSY ETUDIANT

Jusqu'à 12 séances gratuites, en présentiel ou en téléconsultation, sans lettre d'orientation médicale (<https://santepsy.etudiant.gouv.fr>).

Conditions d'accès : étudiant-es, attestation d'assurance maladie ou carte vitale.



BUREAUX D'AIDE PSYCHOLOGIQUE UNIVERSITAIRE (BAPU)

Consultations psychologiques dans plusieurs grandes villes en France (<https://www.etudiant.gouv.fr/fr/c-est-quoi-un-bureau-d-aide-psychologique-universitaire-bapu-2324>).

Conditions d'accès : gratuit pour les étudiant-es avec attestation d'assurance maladie ou carte vitale.



SERVICES DE SANTE ÉTUDIANTE (SSE)

Soins de premiers recours ainsi que des actions de prévention, diagnostic et suivi médical ou psychologique. Liste des SSE en France : <https://www.etudiant.gouv.fr/sites/default/files/2022-09/liste-des-services-de-sant-universitaires-6568.pdf>

Conditions d'accès : gratuit pour les étudiant-es



APSYTUDE

Consultations individuelles et ateliers de prévention sur la santé mentale et le bien-être (<https://apsytude.com/fr/>). Tests anonymes pour faire le point sur son bien-être psychologique, son stress, son sommeil ou ses habitudes de vie (<https://apsytude.com/fr/se-tester/>).

Conditions d'accès : vérifier l'éligibilité sur le site



CNAE

Aide à distance pour les étudiant-es en situation de mal-être (<https://www.etudiant.gouv.fr/fr/cnae>).

Condition d'accès : gratuit pour les étudiant-es



NIGHTLINE

Ligne d'écoute confidentielle en soirée et la nuit (<https://www.nightline.fr>).

- **Annuaire des dispositifs** de soutien psychologique (<https://www.nightline.fr/soutien-etudiant>)
- **Kit de vie** – Outil de prévention et d'auto-soutien (<https://www.nightline.fr/kit-de-vie>)

Conditions d'accès : gratuit



2- AUTRES RESSOURCES D'ECOUTE ET DE SOUTIEN ACCESSIBLES AUX ETUDIANTS

ESPACES SANTE JEUNES

Accompagnement psychologique, social ou médical.

Espaces disponibles par zone géographique: <https://www.cartosantejeunes.org/?CartoSante>

Conditions d'accès : gratuit pour les jeunes entre 11 et 25 ans



LIGNES D'ECOUTE ACCESSIBLES 24h/24 et 7j/7

- **SOS Help** : ligne d'écoute en anglais – <https://soshelpline.org>
- **SOS Amitié** : écoute anonyme et gratuite, par téléphone – <https://www.sosamitie.org/>

ou via un **service de chat** – <https://www.sosamitie.org/besoin-aide/chat> (de 13h à 3h)

Annuaire complet des dispositifs:

<https://www.nightline.fr/services-decoute-pour-lensemble-des-etudiantes-en-france>

Conditions d'accès : lignes gratuites (ou au prix d'un appel local), le public concerné diffère selon les lignes



EN CAS D'URGENCE

Les services d'urgence hospitaliers assurent une prise en charge immédiate en cas de crise psychique ou de détresse.

Conditions d'accès : gratuit avec attestation d'assurance maladie ou carte vitale.

NUMERO NATIONAL DE PREVENTION DU SUICIDE

☎ **3114** – Service d'écoute confidentiel, accessible 24h/24 et 7j/7, dédié à la prévention du suicide.

Conditions d'accès : gratuit et accessible à tous.