



Académie de Besançon

Recensement des services de soutien pour les étudiants

Màj 31/03/20 - www.soutien-etudiant.info

<p>Psysolidaires</p> <p>Pour tout public</p>	<p>Consultations gratuites sur leur site, en tchat, appel, ou vidéo, avec des psychologues.</p> <p>Il faut remplir le formulaire, attendre l'attribution d'un psychologue selon les disponibilités, pour se voir attribuer un rendez-vous.</p>	<p>https://psysolidaires.org</p>
<p>BAPU de Besançon</p> <p>Pour tous les étudiants</p>	<p>Les traitements en cours sont maintenus par entretien téléphonique et le BAPU est en lien avec les étudiants qui ont consulté au moins une fois avec eux.</p> <p>Si vous contactez le BAPU pour la première fois pour une écoute psychologique, appeler le secrétariat de 9h à 11h30 et de 13h30 à 16h30 pour laisser vos coordonnées et vous allez être rappelés.</p>	<p>03 81 81 19 67</p> <p>cmpp.bapu.besancon@wanadoo.fr</p>
<p>Sylvain Gatier, psychologue au CRIAVS</p> <p>Pour tout public</p>	<p>Programme gratuit de vidéos quotidiennes permettant de gérer son stress, prendre soin de soi et donc de ses proches et de disposer quotidiennement d'outils d'auto-apaisement. S'inscrire sur le site.</p>	<p>https://relax-et-vous.learnbox.com/programme-confinement/</p>
<p>Cogito'z</p> <p>Pour tout public</p>	<p>Cabinet de psychologues privé met actuellement en place:</p> <ul style="list-style-type: none"> • une hotline psychologique gratuite pour tous. • un rendez-vous quotidien en direct sur Facebook, sur la page de Cogito'Z, avec Jeanne 	<p>0 805 822 810</p> <p>cogitoz@cogitoz.com</p>

	<p>Siaud-Facchin pour partager de 14 heures 30 à 15 heures 30.</p> <ul style="list-style-type: none"> • une séance de méditation de Pleine Conscience tous les soirs à 18 heures 30, en direct, avec Jeanne Siaud-Facchin sur la page Facebook de Jeanne Siaud-Facchin (page publique) • Vous pouvez les joindre aussi par mail, en précisant, Covid19, dans l'objet de votre mail. 	
<p>Terra Psy</p> <p>Pour tout public</p> <p>Français, anglais, arabe</p>	<p>Ouverture d'une plateforme psychologique gratuite pour cette crise (numéro vert). Les psychologues travaillent à distance. Ils sont disponibles de 9h00 à 12h30, et de 13h30 à 17h00 du lundi au vendredi.</p>	<p>0 805 383 922</p>
<p>LMDE - Intermutuelle assistance</p> <p>Pour tous les étudiants adhérents de la LMDE</p>	<p>Un numéro d'écoute accessible 24h/24 et 7j/7 pour ses adhérent-es. Le service est gratuit et confidentiel avec possibilité de réorientation vers des psychologues.</p>	<p>0801803100</p>
<p>Psychologues solidaires</p> <p>Pour les soignants, donc y compris les internes</p>	<p>Des psychologues proposent des téléconsultations gratuites pour tous les soignants en ressentant le besoin sur l'ensemble du territoire français et pendant toute la durée de la crise sanitaire. Les consultations gratuites sont possibles par visio (Skype, Whatsapp, Hangout, Doctolib...), téléphone, mail.</p>	<p>Il faut effectuer sa demande de soutien sur le site:</p> <p>https://psychologues-solidaires.fr/demande-de-soutien</p>
<p>ANEPF</p> <p>Étudiants en pharmacie</p>	<p>Les étudiants (tous, mais surtout les étudiants en pharmacie) peuvent les contacter pour discuter de leurs soucis, de leur stress et des questions pratiques concernant les stages et le soutien qu'ils peuvent offrir pendant cette période - ce ne sont pas des professionnels, mais d'autres étudiants membres de l'association qui y répondent. Ils peuvent aussi orienter si</p>	<p>06 89 26 54 02</p> <p>contact@anepf.org</p>

	besoin vers la cellule psychologique au sein de la FAGE.	
--	--	--

CMP

Les Centres Médico-Psychologique, auxquels vous êtes rattaché-e selon votre lieu d'habitation (secteur), sont souvent en mesure d'offrir un soutien. Pour trouver votre CMP de rattachement, consultez l'annuaire [en cliquant sur ce lien](#)