

2021

COMMUNAUTÉ D'AGGLOMÉRATION
VAL D'YERRES VAL DE SEINE

LE +
GUIDE
SANTÉ

Santé mentale



VAL D'YERRES
VAL DE SEINE

COMMUNAUTÉ D'AGGLOMÉRATION

ÉDITO

« Les neuf dixièmes de notre bonheur reposent sur la santé. Avec elle, tout devient source de plaisir. » (Arthur Schopenhauer)

Parce que les questions de santé constituent le deuxième sujet d'inquiétude de la population, après celles liées au travail et à l'emploi, et dans la continuité de la création d'un Contrat Local de Santé, la Communauté d'Agglomération Val d'Yerres Val de Seine souhaite, à travers ce guide, aider chaque habitant du territoire à améliorer ses connaissances sur ses droits en matière de santé et à fluidifier les parcours de soins.

En effet, soucieux du bien-être de nos concitoyennes et concitoyens, les élus communautaires se sont engagés dans une politique locale pour favoriser l'accès aux soins et réduire les inégalités sociales, environnementales et territoriales de santé.

Ainsi, ce guide a été réalisé pour apporter de l'information à tous, et particulièrement aux professionnels du social, du médico-social et de la santé qui accompagnent les personnes au quotidien et qui pourront ainsi expliquer et rendre plus accessibles les démarches en matière de santé. Il est le fruit d'une riche collaboration entre des associations, des institutions, des collectivités locales, des travailleurs sociaux et des professionnels de santé du territoire, et nous les en remercions très sincèrement.

Particulièrement en cette période de contexte sanitaire difficile, la santé apparaît comme notre bien le plus précieux. Nous espérons que ce guide aidera ses lecteurs et lectrices à le préserver. Prenez soin de vous.

François DUROVRAI
Président de la Communauté
d'Agglomération Val d'Yerres Val de Seine,
Président du Département de l'Essonne

Christine GARNIER
Vice-Présidente
déléguée à l'habitat et à la santé

Nous remercions tout particulièrement pour leur contribution :

- Amadpa
- ARS Île-de-France
- Association Espace Vie et Comité des usagers (CPTS)
- Association Léa Solidarité Femmes
- Association Le Pied à l'Étrier
- Association Nepale
- Association Nos mains pour s'entendre
- Association Vie Libre
- Conseil Territorial de Santé 91
- Caisse Primaire d'Assurance Maladie (CPAM) de l'Essonne
- Département de l'Essonne – Service territorialisé du développement social
- Direction des Services départementaux de l'Éducation Nationale de l'Essonne
- Établissement Public de Santé (EPS) Barthélémy Durand
- Mission locale Val d'Yerres Val de Seine
- Pôle de psychiatrie de Vigneux-sur-Seine (CHSF)
- Syndicat national des psychologues
- Ville de Brunoy (service jeunesse)
- Ville de Montgeron (CCAS, service jeunesse, centre social Saint-Exupéry)
- Ville de Vigneux-sur-Seine (CCAS, Pôle santé)


Aidez-nous à améliorer notre guide santé

- *En nous rapportant les erreurs ou les oublis éventuels ;*
- *En nous signalant la mise à jour de coordonnées ;*
- *En nous proposant des idées d'amélioration.*


Pour nous contacter ou nous rencontrer

- **Comité de conception / Guide Santé**
*Communauté d'agglomération Val d'Yerres Val de Seine
Direction de la Cohésion Sociale et de la Politique de la Ville
Coordinatrice du Contrat Local de Santé*

 politiquedelaville@vyvs.fr

 01 69 73 15 20

SOMMAIRE

	4	
 <p>[SANTÉ MENTALE] COMPRENDRE</p>	9	 <p>ACCOMPAGNER ET SOIGNER LES TROUBLES PSYCHIQUES</p>
 <p>LA SANTÉ MENTALE DES ENFANTS</p>	25	
	30	 <p>LA SANTÉ MENTALE DES ADOLESCENTS</p>
ANNUAIRE	40	





[SANTÉ MENTALE] COMPRENDRE



page

6



La santé mentale : qu'est-ce que c'est ?

pages

7

...

8



Les troubles psychiques : qu'est-ce que c'est ?

La santé mentale : qu'est-ce que c'est ?

- La santé mentale est la recherche permanente d'un équilibre entre toutes les dimensions de ma vie : émotionnelle, psychique, sociale, physique, économique...
- Ma santé mentale est influencée par :
 - mes conditions de vie (logement, famille, travail...);
 - les événements marquants professionnels ou personnels qui m'arrivent (rencontres, deuil, perte d'emploi...);
 - la société dans laquelle je vis;
 - mes croyances et valeurs personnelles.
- La santé mentale, ce n'est pas seulement l'absence de troubles psychiques. En effet, une personne peut vivre avec des troubles psychiques et ressentir un bien-être mental global, avoir des relations sociales épanouissantes, une bonne estime personnelle et une activité satisfaisante.





Les troubles psychiques : qu'est-ce que c'est ?

- Troubles psychiques, maladies mentales, pathologies psychiques, maladies psychiatriques...
- Ces différents termes désignent la même chose : les maladies qui affectent le fonctionnement psychique d'une personne. Ce sont de véritables maladies qui peuvent se déclarer tout au long de la vie, souvent à l'adolescence ou chez les jeunes adultes, et qui peuvent être soignées par la branche de la médecine appelée « psychiatrie ».
- En fonction des troubles, les soins peuvent :
 - être basés :
 - sur des médicaments,
 - sur des psychothérapies (thérapies par la parole),
 - ou sur une prise en charge institutionnelle ;
 - peuvent être complétés par l'intervention d'autres professionnels comme des psychologues.

Les manifestations des troubles psychiques sont très variables; elles peuvent être **durables** ou **épisodiques**. Les capacités intellectuelles peuvent être **conservées** ou **perturbées**, mais les maladies psychiques **ne constituent pas une déficience intellectuelle**.

Ces maladies peuvent être invalidantes car elles génèrent des **perturbations du comportement, de la pensée, de la communication, de la perception, de jugement et des émotions**.

Ces symptômes entraînent souvent des **difficultés**:

- à **s'organiser au quotidien**;
- à **s'adapter à la vie sociale**;
- à **s'insérer ou se maintenir dans l'emploi...**

En cela, les maladies mentales peuvent être officiellement reconnues comme handicap psychique.

Les troubles les plus fréquemment rencontrés chez les adultes sont:

- les troubles anxieux,
- les troubles de l'humeur (dépression ou maladie bipolaire),
- les troubles psychotiques comme la schizophrénie,
- les addictions,
- les troubles des comportements alimentaires comme l'anorexie...

Aujourd'hui, il existe des **possibilités d'accompagnement et de soin** qui **permettent une vie épanouie** malgré ces troubles psychiques.



ACCOMPAGNER ET SOIGNER LES TROUBLES PSYCHIQUES

pages 10 ... 11

- Repérer les troubles psychiques

pages 12 ... 13

- Agir face à une situation d'urgence

pages 14 ... 17

- Démarrer un parcours de soins

pages 18 ... 22

- Suivre un parcours de soins

page 23

- Faire reconnaître un handicap psychique

page 24

- Se réinsérer dans la société : les associations spécialisées

Repérer les troubles psychiques

● COMMENT RECONNAÎT-ON UN TROUBLE PSYCHIQUE ?

Les troubles psychiques peuvent se manifester de nombreuses façons et à des âges différents.

● **L'apparition des troubles peut être progressive :**

- des changements d'attitude,
- des propos que les autres trouvent « bizarres »,
- un retrait du groupe familial,
- l'éloignement des amis,
- la perte d'intérêt pour les activités habituelles,
- une consommation excessive d'alcool ou de drogues,
- la chute des résultats scolaires...

● **Elle peut aussi être brutale :**

- tentative de suicide,
- extrême agitation,
- propos délirants,
- violence,
- fugues...

● S'il peut être vécu comme un échec, le moment de la première manifestation brutale des troubles psychiques peut être le point de départ d'un accompagnement et d'un processus de soin.

OÙ M'INFORMER ?

Les services d'écoute et d'orientation gratuits

En cas de repérage de difficultés psychologiques, avant d'en arriver à une situation d'urgence extrême, il est recommandé de contacter les services qui proposent une écoute, des conseils, une orientation vers les professionnels adaptés à chaque situation.

Je peux :

- en parler à mon médecin traitant ;
- consulter un psychologue en libéral ;
- contacter une ligne d'écoute ;
- m'adresser à une association spécialisée.



Pour être écouté et accompagné psychologiquement

- Point Écoute Relais Essonne Nord (PEREN)
- Association Tempo
- Association Filigrane
- Association PAUSE
- Plateformes téléphoniques thématiques



Voir Annuaire
p. 40 à 42
et p. 46 et 47

Agir face à une situation d'urgence

● QUELS SONT LES COMPORTEMENTS ALARMANTS ?

Que la personne soit suivie par des professionnels de la psychiatrie ou non, elle peut avoir des comportements extrêmes, violents ou anormaux; voici des indications pour reconnaître une situation d'urgence.

Les situations urgentes

- La personne se met en danger, met en danger autrui ou son environnement matériel.
- La personne semble dans un état d'abattement extrême.
- La personne semble agitée, confuse, délirante, en proie à des hallucinations.
- La personne semble extrêmement angoissée, déprimée.
- La personne est dans une souffrance, une détresse psychique intense.
- La personne change brutalement de comportement; a des comportements qui diffèrent de ses comportements habituels.



COMMENT RÉAGIR ?

Je dois :

- garder mon calme, ne pas céder à la panique, parler doucement ;
- limiter le nombre de personnes présentes et enlever les objets dangereux si besoin ;
- observer le comportement de la personne pour donner aux interlocuteurs les informations les plus précises possibles sur la personne et la situation.

À QUI M'ADRESSER ?

En cas d'urgence

Si la personne est suivie par des professionnels

Je dois :

- prévenir les professionnels référents (psychiatre, médecin généraliste...).

Si la personne est violente avec elle-même ou autrui

Je peux contacter :

- le Samu : au **15** ;
- les Pompiers : au **18** ;
- la Police : **17**.

Je peux me rendre dans le service d'urgence d'un hôpital général.

Il assurent :

- la prise en charge de toutes les urgences, y compris psychiatriques ;
- au plus près du domicile de la personne.

Démarrer un parcours de soins

● QUI EST À L'INITIATIVE DU PARCOURS DE SOINS ?

Les soins psychiatriques libres

- Ils sont la règle générale : j'ai des troubles psychiques, je prends l'initiative de me faire soigner après avis médical. Je bénéficie des mêmes droits que les autres malades.
Ce régime de soins doit être privilégié chaque fois que l'état de santé du patient le permet.

Le dispositif des soins sans consentement

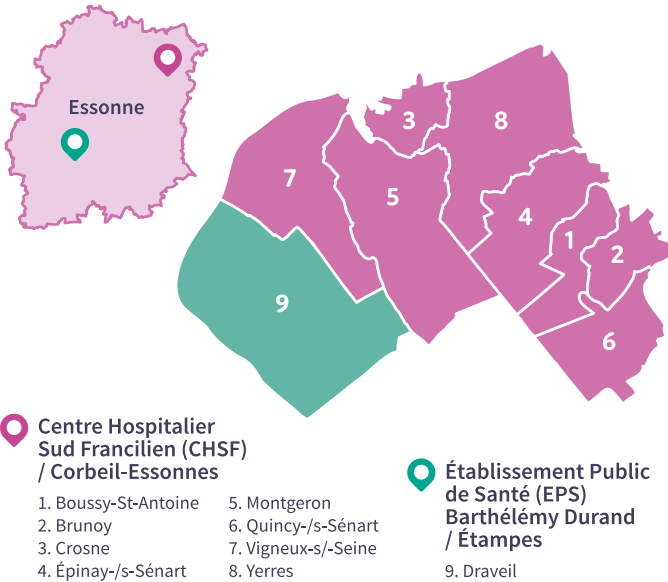
- Il arrive que des personnes nécessitant des soins immédiats et une surveillance constante n'aient pas conscience de leur besoin de se faire soigner ou refusent un accompagnement.
- Le dispositif des soins sans consentement permet l'admission à l'hôpital de ces personnes à la demande d'un tiers ou en cas de péril imminent, même sans leur consentement. La loi prévoit alors les conditions garantissant la protection des droits et libertés.

● COMMENT S'ORGANISENT LES SOINS PSYCHIATRIQUES ?

Des soins psychiatriques organisés par secteur géographique

- Chaque commune est rattachée à un secteur, auquel correspondent des établissements de santé mentale (hôpital et hors hôpital) : CMP, CATTP et hôpital de jour. Les habitants des communes concernées ne peuvent être pris en charge que dans les établissements de leur secteur.

SECTORISATION DES SOINS PSYCHIATRIQUES POUR ADULTES SUR LE TERRITOIRE VAL D'YERRES VAL DE SEINE



À QUI M'ADRESSER DANS UN PREMIER TEMPS ?

Je consulte mes professionnels de santé

Mon médecin traitant

C'est la personne ressource qui peut :

- m'orienter vers les professionnels et les structures adaptées à ma situation ;
- coordonner le parcours de soins.

Un psychologue

Il peut être :

- en libéral,
- au sein d'une structure (lieu d'étude ou de travail, association...).

Un psychiatre en libéral

Je peux le consulter avec ou sans orientation préalable par un médecin.

Pour trouver les professionnels qui vont m'accompagner :

annuaire.sante.ameli.fr



Je me rends dans une structure spécialisée

Les Centres Médico-Psychologiques (CMP)

Le CMP est une structure implantée en ville, où s'organisent, dans la journée, l'accueil, l'accompagnement, le suivi et les soins de santé mentale.

Le CMP assure des consultations avec ou sans rendez-vous, avec :

- des médecins psychiatres,
- des psychologues,
- des infirmières,
- des travailleurs sociaux.

L'équipe du CMP est la première interlocutrice à contacter pour la recherche de solutions d'accompagnement médical d'une personne souffrant de troubles psychiques. L'accès aux CMP est ouvert aux habitants du secteur géographique, sans qu'une orientation préalable ne soit nécessaire.

Voir Annuaire
CMP : p. 43

Les consultations spécialisées dans des cas précis

Si je suis dans une situation particulière (grand âge, précarité, migration, addictions...), je peux contacter :

- le **DIAPSY 91** pour les personnes en situation de précarité ;
- le **Point Écoute Relais Essonne Nord (PEREN)** ouvert à tous et toutes, et particulièrement aux personnes en situation de précarité ;
- l'**EMPSA 91** pour les personnes âgées non connues des services de psychiatrie et présentant des troubles psychiques ou comportementaux ;
- le **Centre Hospitalier Sud Francilien (CHSF)** pour des consultations liées à un psycho-traumatisme ou pour des consultations en ethno-psychiatrie ;
- les **Centres de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA)** pour des consultations en rapport avec l'addiction.

Voir Annuaire :
p. 44-45



Suivre un parcours de soins

- Les situations que vivent les personnes malades psychiques sont très différentes d'un cas à l'autre et engendrent donc des besoins de soins différents, allant de l'hospitalisation d'urgence à la fréquentation ponctuelle d'un centre de soins.

Troubles aigus qui nécessitent une prise en charge constante



L'HOSPITALISATION À TEMPS COMPLET

Elle est utilisée quand l'état du patient nécessite des soins ou une surveillance 24h/24.



Elle permet souvent de :

- poser un diagnostic ;
- définir un protocole de soins adapté (qui évoluera nécessairement dans le temps).



L'admission se fait majoritairement via les urgences hospitalières. La sortie d'hospitalisation nécessite d'être « organisée » (suite des soins, accompagnement social, solution de logement...) pour assurer un accompagnement de la personne dans la durée.

- 1 =
- 2 =
- 3 =



L'HOSPITALISATION À TEMPS PARTIEL

Elle propose une alternative à l'hospitalisation à temps complet :

- par des prises en charge de moins de 24h ;
- une ou plusieurs fois par semaine ;
- le jour ou la nuit.



Suivi médical sur le long terme et réinsertion dans la société

Dans un deuxième temps, pour les patients dont l'état est stabilisé et ne nécessite pas une surveillance constante, la continuité des soins psychiatriques se fait en dehors de l'hôpital.

Les Centres Médico-Psychologiques (CMP)

Ils assurent un suivi médical et social sur le long terme pour les personnes dont l'état ne nécessite pas une surveillance constante. Ils sont le pivot de la prise en charge des personnes présentant des pathologies psychiques chroniques.

Ils proposent :

- des consultations avec ou sans rendez-vous ;
- des orientations vers des structures adaptées si besoin.

Voir Annuaire
CMP : p. 43

Les Centres d'Accueil Thérapeutique à Temps Partiel (CATTP)

Ils ont pour mission d'aider à l'intégration sociale et de favoriser l'autonomie des personnes atteintes de troubles psychiques.

Ils proposent des activités thérapeutiques :

- collectives ;
- centrées sur une thématique artistique, corporelle ou de socialisation.

Je peux être orienté vers un CATTP sur prescription médicale par un professionnel de santé libéral ou exerçant dans un CMP.



L'hôpital de jour

C'est une structure d'hospitalisation à temps partiel qui assure des soins psychiatriques réguliers dans une optique d'autonomisation et de socialisation.

La prise en charge s'appuie :

- sur un accueil ;
- sur des activités thérapeutiques diversifiées.

Je peux être orienté vers un hôpital de jour sur prescription médicale par un professionnel de santé libéral ou exerçant dans un CMP.

Les professionnels indépendants :

Les patients dont l'état ne nécessite pas/plus une hospitalisation peuvent choisir d'être suivis par un professionnel indépendant installé en ville ou au sein de différents lieux (établissement scolaire, missions locales...).

LE PSYCHOLOGUE

Professionnel des sciences humaines, il assure le soutien psychologique des personnes en souffrance psychique à l'aide de psychothérapies (thérapies par la parole) ou d'autres types de thérapie. Il ne peut pas prescrire de médicaments.



1



LE MÉDECIN PSYCHIATRE

C'est un médecin spécialisé en santé mentale, il diagnostique et traite les maladies mentales.

Il peut :

- prescrire des médicaments, des examens, des soins ;
- décider d'une hospitalisation ;
- rédiger des certificats médicaux.



2



Pour trouver un professionnel spécialisé :

annuaire.sante.ameli.fr



Voir Annuaire
Établissements
privés en
psychiatrie :
p. 45

Les établissements privés en psychiatrie

Ce sont des structures à but lucratif pour des séjours généralement de courte durée. L'admission dans ce type d'établissement se fait :

- dans le cas de soins libres (ces établissements ne gèrent pas les hospitalisations issues de procédures de soin sans consentement) ;
- sur acceptation du dossier de la personne ;
- sans obligation de résider dans une zone géographique donnée.

Les soins et le séjour en établissement privé sont généralement coûteux et moins bien remboursés par la Sécurité Sociale.

Faire reconnaître un handicap psychique

Dans la mesure où elles peuvent constituer un frein à la conduite des activités de la vie quotidienne et à l'intégration dans la société, les maladies psychiques peuvent être reconnues comme un handicap. La reconnaissance du handicap est individuelle, et elle permet d'ouvrir des droits à la personne qui est atteinte de troubles psychiques, comme des aides financières ou un aménagement des horaires de travail.

Pour évaluer mes droits, je dois :

- contacter la Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH).

Voir Annuaire
MDPH : p. 42

Se réinsérer dans la société : les associations spécialisées

Les associations spécialisées dans l'accompagnement des personnes avec troubles psychiques sont des clés importantes du parcours de guérison. Elles offrent des espaces d'information, de soutien, d'écoute et organisent des ateliers variés, destinés aux personnes souffrant de troubles psychiques et/ou à leurs proches.



Pour être écouté et accompagné psychologiquement

- *Union Nationale des Familles et Amis de Personnes Malades et/ou Handicapées Psychiques (UNAFAM 91)*
- *FNAPSY*
- *Point Écoute Relais Essonne Nord (PEREN)*
- *Association Filigrane*
- *Association PAUSE*
- *Groupes d'entraide mutuelle*

Voir Annuaire
p. 46-47





LA SANTÉ MENTALE DES ENFANTS



pages 26 ... 27

- Repérer un trouble psychique chez un enfant

page 28

- Être écouté et orienté

page 29

- Me faire soigner et accompagner

Repérer un trouble psychique chez un enfant

- Le cerveau de l'enfant n'est pas encore mûr pour pouvoir gérer toutes ses émotions. Anxiété, peurs, réactions extrêmes... ne veulent pas forcément dire que l'enfant est atteint de troubles psychiques; la plupart du temps, il s'agit de réactions passagères qui se réguleront avec l'âge.
- Cependant, il existe certains signes qui montrent que l'enfant a besoin d'être accompagné psychologiquement. De nombreux troubles peuvent s'améliorer rapidement s'ils sont repérés et pris en charge suffisamment tôt.

Quelques signes auxquels prêter attention

- anxiété forte et répétée,
 - fatigue durable,
 - maux de toutes sortes à répétition,
 - absences à l'école,
 - difficultés dans les apprentissages scolaires,
 - tristesse accompagnée parfois d'agressivité,
 - isolement (évitement social, mutisme...),
 - hyper-agressivité...
- Si je repère ces signes de manière répétée et durable, si j'ai un doute, il est important de demander de l'aide.





Être écouté et orienté

Les numéros gratuits

Je peux contacter :

- Allo Écoute Parent : au **06 01 18 40 36** ;
- Allo Parents en crise : au **0 805 382 300** ;
- Service « Écoute famille » de l'Unafam : au **01 42 63 03 03** ;
- Interservice Parents : au **01 44 93 44 93** ;
- Phare Enfants-Parents : au **01 43 46 00 62**.

Les associations spécialisées

Je peux aussi contacter :

- l'Antenne Enfants Adolescents (ANTEA) ;
- l'Association Tempo ;
- l'Association Filigrane ;
- l'Association Pause.

Voir Annuaire
p. 49

Me faire soigner et accompagner

Les professionnels de santé

Les psychologues, psychiatres et psychothérapeutes en ville ou à l'hôpital aident l'enfant sur le long terme en lui donnant les outils pour faire face à ses difficultés.

Les structures spécialisées

Les Centres Médico-Psychologiques (CMP) infanto-juvéniles

Ils sont rattachés à un hôpital public et sont sectorisés (les habitants d'une commune sont accueillis uniquement dans les établissements de leur secteur géographique).

Une équipe de professionnels de la santé mentale (infirmières, psychologues, psychiatres, travailleurs sociaux...) organise dans la journée l'accueil, l'accompagnement, le suivi, et les soins en santé mentale.

Les consultations sont remboursées à 100% par l'Assurance Maladie sans avance de frais. Les CMP infanto-juvéniles sont spécialisés dans l'accueil des enfants et adolescents.

Voir Carte
p. 15

Voir Annuaire
CMP infanto-juvénile:
p. 48

Les Centres Médico-Psycho-Pédagogiques (CMPP)

Ce sont des structures privées, généralement portées par des associations et conventionnées par la Sécurité Sociale. Les CMPP sont composés de professionnels qui accompagnent exclusivement des enfants et adolescents de 0 à 20 ans (il n'existe pas de CMPP adulte).


Ils organisent des consultations, diagnostics et soins. Sauf exception, les soins sont effectués avec maintien de l'enfant dans son milieu de vie familial et scolaire.

Les consultations sont entièrement gratuites.

Voir Annuaire
CMPP: p. 48



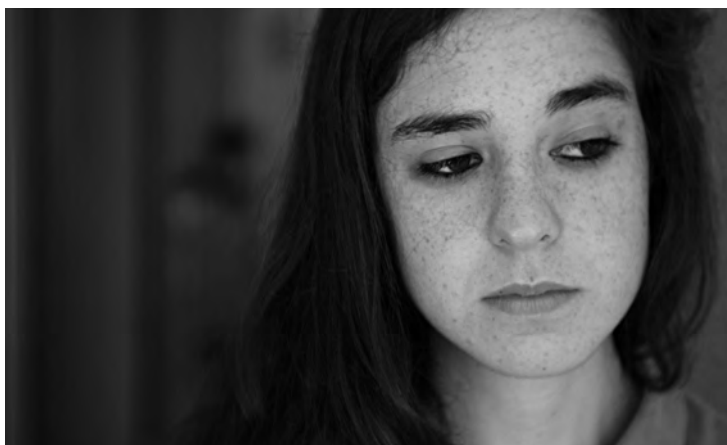
LA SANTÉ MENTALE DES ADOLESCENTS



page	31	Être ado : je me sens mal dans mon corps et dans ma tête
pages	32 ... 33	Savoir si j'ai besoin d'aide
pages	34 ... 37	Connaître les structures qui peuvent m'aider
pages	38 ... 39	Être accompagné et soigné

Être ado : je me sens mal dans mon corps et dans ma tête

- Être en bonne santé, c'est être assez épanoui dans mon corps mais aussi dans ma tête pour pouvoir me réaliser personnellement, dans mon travail ou mes études et dans mes relations avec les autres. Si ma santé est bonne, elle doit me permettre de surmonter les tensions normales de la vie.
- À l'adolescence, beaucoup de questions peuvent survenir. C'est une période de transition entre l'enfance et l'âge adulte, une période de grands changements dans mon corps et dans ma tête.
- Je peux me sentir mal à l'aise avec les autres, angoissé pour mon avenir, tourmenté par des questions sans réponse ou par une souffrance morale parfois intense. Certains problèmes peuvent me sembler insurmontables.
- Parfois, cette souffrance est passagère et passera avec le temps ; parfois, elle est le signe d'un mal-être plus profond, voire de troubles psychiques. J'ai besoin d'être aidé, car cette souffrance n'est pas une fatalité : des solutions existent pour aller mieux et vivre de façon épanouie.



Savoir si j'ai besoin d'aide

- Savoir accepter de l'aide lorsque j'en ai besoin, c'est une preuve de maturité et d'autonomie.
Souvent, savoir que je souffre moralement est évident : je me sens triste, désespéré, angoissé, épuisé, j'ai des idées noires. Mais parfois, je n'ai pas conscience que je souffre et que j'ai besoin d'aide pour en sortir.
- Certains signes peuvent m'alerter, ou alerter mes amis ou ma famille. S'ils se répètent et durent plus de 6 mois, ma santé est en danger : je ne peux pas sortir de cette situation tout seul, et je dois chercher l'aide de professionnels.



Les signaux d'alerte

- Je suis incapable de faire face aux tâches de la vie quotidienne ou aux exigences des relations avec les autres :**
 - c'est très difficile pour moi, voire impossible, de me rendre au collège, au lycée ou dans mon lieu de formation ou de travail ;
 - j'ai des difficultés à entrer en contact avec les autres ;
 - j'ai des problèmes d'ordre sexuel.

- Des situations de mal-être se répètent :**
 - accumulation de douleurs physiques, d'accidents ou de maladies ;
 - troubles du sommeil persistants ;
 - succession d'échecs (examens...).

- Je répète des actes agressifs ou destructeurs contre moi-même :**
 - consommations excessives d'alcool ou de drogues, de tabac, de médicaments, de jeux vidéo, de jeux d'argent, de sexe... ;
 - blessures volontaires (scarifications...);
 - restrictions ou excès alimentaires ;
 - tentatives de suicide ;
 - prises de risque excessif (sur la route, dans des sports extrêmes...).

- Je répète des actes agressifs contre les autres :**
 - vols, agressions physiques ou verbales, harcèlements.

Même si je ne présente pas ces signes et que je sens que j'ai besoin d'aide, par exemple si j'ai des doutes trop intenses ou des problèmes que je pense ne pas pouvoir affronter seul, je n'hésite pas à demander de l'aide.



Connaître les structures qui peuvent m'aider

Mes professionnels de santé

- En premier lieu, je peux me tourner vers :
 - l'infirmière scolaire de mon lieu d'études,
 - le ou la psychologue universitaire,
 - le médecin du travail,
 - mon médecin traitant.Ils sont là pour m'écouter et m'orienter vers un spécialiste si besoin.
- Je peux aussi contacter un spécialiste en libéral :
 - un psychologue,
 - un psychiatre.

Les lieux d'accueil et d'accompagnement par des professionnels

La Maison des Adolescents de l'Essonne

Je suis âgé de 11 à 21 ans : j'ai des questions qui me préoccupent et m'empêchent d'avancer (santé, famille, amis, sexualité, scolarité, mal-être...).

Les professionnels de la Maison des Adolescents peuvent :

- me proposer des consultations gratuites et anonymes, avec ou sans rendez-vous ;
- sans avoir besoin de l'accord de mes parents pour m'y rendre.

Je suis parent d'un adolescent : je me pose des questions, je rencontre des problèmes.

Les professionnels de la Maison des Adolescents peuvent :

- me recevoir gratuitement et de façon anonyme ;
- m'écouter et m'orienter vers les structures adaptées.

Voir Annuaire
Maison des
Adolescents :
p. 50



Voir Annuaire
PAEJ : p. 50

Les Points Accueil Écoute Jeunes (PAEJ)

Je suis âgé de 10 à 25 ans : j'ai des questions, des doutes sur ma santé, mes relations, une situation difficile.

Les professionnels des PAEJ peuvent :

- m'accueillir, m'écouter et m'orienter ;
- gratuitement et de façon anonyme ;
- sans avoir besoin de l'accord de mes parents pour m'y rendre.

Je suis parent d'un adolescent.

Les professionnels des PAEJ peuvent :

- me recevoir, m'écouter et m'orienter gratuitement.

Voir Annuaire
Mission Locale
VYVS : p. 50

La Mission Locale Val d'Yerres Val de Seine

Si je suis inscrit à la Mission Locale, je peux demander à mon conseiller de rencontrer un psychologue :

- au sein de la structure ;
- ou à la permanence du Point Accueil Écoute Jeunes tenue par l'Association Filigrane.

Voir Annuaire
Association
Prévention
spécialisée
VYVS : p. 50

L'Association Prévention spécialisée Val d'Yerres Val de Seine

Des éducateurs peuvent :

- m'écouter et m'accompagner ;
- individuellement ou dans des projets collectifs ;
- gratuitement et de façon anonyme.

Voir Annuaire
Points Écoute
famille : p. 51

Les Points Écoute Famille

La communication est difficile entre les membres de ma famille, les relations sont tendues ?

L'aide d'un professionnel peut être utile pour renouer le dialogue.

Les Points Écoute Famille proposent des entretiens familiaux gratuits dans un cadre neutre pour permettre aux membres de la famille d'apaiser les conflits.

Les Consultations Jeunes Consommateurs (CJC)

Je me pose des questions sur ma consommation de drogues ou celle d'un membre de mon entourage ?

Les CJC proposent un accueil et une écoute gratuite, anonyme et confidentielle pour faire le point et proposer une aide avant que la consommation ne devienne problématique.

Voir Annuaire
CJC : p. 51

Les autres lieux d'écoute et d'accompagnement psychologique gratuits pour adolescents et parents

Je peux contacter :

- l'Antenne Enfants Adolescents (ANTEA) ;
- l'Association Tempo ;
- l'Association Filigrane ;
- l'Association Pause.

Voir Annuaire
p. 51-52



Être accompagné et soigné

- Si mon état de santé le nécessite, les professionnels rencontrés dans un premier temps m'orienteront vers des structures d'accompagnement et de soins dans la durée. Je peux aussi aller consulter ces structures librement, sans avoir été orienté par un professionnel.

Les psychologues, psychiatres et psychothérapeutes

Qu'ils exercent en ville ou à l'hôpital, ils m'aident sur le long terme en me donnant les outils pour faire face à mes problèmes.



LE PSYCHOLOGUE

Il a été formé à écouter les autres. Il propose des psychothérapies, c'est-à-dire des thérapies par la parole.

Parce que cette personne est extérieure à mon entourage quotidien, je peux aborder tous les sujets avec elle, même les plus personnels. Elle m'aide à y voir plus clair et me donne les outils pour faire face aux situations difficiles que je rencontre.



LE MÉDECIN PSYCHIATRE

C'est un médecin spécialisé dans la santé mentale.

Il peut :

- prescrire des médicaments si j'en ai besoin ;
- utiliser la psychothérapie.



- **Attention :** il peut arriver que le professionnel qu'on m'a conseillé ne me convienne pas. Je n'hésite pas à aller en voir un autre.

Les structures spécialisées

Les Centres Médico-Psychologiques (CMP) infanto-juvéniles

Ces centres sont rattachés à un hôpital public. Une équipe de professionnels de la santé mentale (infirmières, psychologues, psychiatres, assistants sociaux...) organise dans la journée l'accueil, l'accompagnement, le suivi et les soins en santé mentale. Les consultations sont remboursées à 100% par l'Assurance Maladie sans avance de frais. Les CMP infanto-juvéniles sont spécialisés dans l'accueil des enfants et adolescents (jusqu'à l'âge de 16 ans).

Voir Annuaire
CMP infanto-juvénile :
p. 53

Les Centres Médico-Psycho-Pédagogiques (CMPP)

Ce sont des structures de prise en charge par une équipe de professionnels de la santé mentale pour les enfants et adolescents de 0 à 20 ans. Ils organisent des consultations, diagnostics et soins. Sauf exception, les soins sont effectués avec maintien de l'enfant dans son milieu de vie familial et scolaire. Les consultations sont entièrement gratuites. Les demandes de consultation peuvent se faire à l'initiative des parents, mais l'adolescent peut aussi venir de lui-même.

Voir Annuaire
CMPP : p. 52





ANNUAIRE

Annuaire des professionnels de santé

➤ Site internet Ameli: annuairesante.ameli.fr

Les services d'écoute et d'orientation gratuits

Croix-Rouge écoute

[Troubles psychiques en général]



Téléphone: 0 800 858 858

Centre de ressources troubles psychiques Île-de-France

[Troubles psychiques en général]



Téléphone: 01 55 03 00 75

Service «écoute famille» de l'UNAFAM 91

[Troubles psychiques en général]



Téléphone: 01 42 63 03 03

Point Écoute Relais Essonne Nord (PEREN)

[Troubles psychiques en général,
entretiens psychologiques
gratuits]



Ris-Orangis

Les Rives de Seine
10, quai de la Borde
Bâtiment A2, 1^{er} étage
01 69 57 07 01



Plateforme PSY Île-de-France

[Troubles psychiques
en général, entretiens
psychologiques gratuits]



Téléphone : 01 48 00 48 00
Joignable de 13h à 21h, 7j/7

France Dépression

[Dépression]



Téléphone : 07 84 96 88 28

SOS Suicide Phénix

[Tentative de suicide]



Téléphone : 01 40 44 46 45

Suicide écoute

[Tentative de suicide]



Téléphone : 01 45 39 40 00

Anorexie Boulimie info écoute

[Troubles alimentaires]



Téléphone : 0 810 037 037

Association Enfine

[Troubles alimentaires]



Téléphone : 01 40 72 64 44

Argos2001

[Troubles bipolaires]



Téléphone : 01 46 28 01 03

Schizo? Oui!

[Schizophrénie]



Téléphone : 01 45 89 49 44

Autisme info service

[Autisme]



Téléphone : 0800 71 40 40

Numéro vert de l'Éducation Nationale

[Harcèlement scolaire]



Téléphone : 3020

Numéro Net écoute

[Cyber-harcèlement]



Téléphone : 0800 200 000

Ligne d'écoute Association Léa Solidarité Femmes

[Violences conjugales]



Téléphone : 06 50 179 179

Numéro vert Association Enfance et Partage

[Maltraitance envers
les enfants]



Téléphone : 0 800 05 1234

Numéro national d'aide aux victimes



Téléphone : 116 006

Mes démarches

Maison Départementale des Personnes Handicapées de l'Essonne (MDPH)



Évry-Courcouronnes
93, rue Henri Rochefort



01 60 76 11 00

[Ouvert les Lundi, Mardi, Mercredi
et Vendredi de 9h à 13h et de 14h
à 17h et le Jeudi de 9h à 16h]

Urgences hospitalières

Centre Hospitalier Sud Francilien (CHSF)



Corbeil-Essonnes
40, avenue Serge Dassault



01 61 69 61 69

Centre Hospitalier Intercommunal de Villeneuve-Saint-Georges (CHIV)



Crosne (adresse d'accès)
28, avenue de la république



01 43 86 22 01

Groupe Hospitalier Nord-Essonne (GHNE)



Site de Juvisy-sur-Orge
9, rue Camille Flammarion



01 69 54 27 00

Hôpital de Longjumeau



Longjumeau

159, rue du Président François Mitterrand



01 64 54 30 36

Adultes : démarrer un parcours de soins

Centre Médico-Psychologique (CMP)

[Habitants de Boussy-Saint-Antoine, Brunoy, Épinay-sous-Sénart, Quincy-sous-Sénart, Yerres (secteur G11)]



**CMP « L'Arbalète »
de Boussy-Saint-Antoine**

Résidence Les Buissons,

Bâtiment C,



01 61 69 65 09



CMP de Yerres

1, rue de la Grange



01 61 69 65 66

Centre Médico-Psychologique (CMP)

[Habitants de Crosne, Montgeron et Vigneux-sur-Seine (secteur G10)]



CMP de Vigneux-sur-Seine

7, Rue Gabriel Péri



01 61 69 65 18

Centre Médico-Psychologique (CMP)

[Habitants de Draveil (secteur G09)]



CMP de Draveil

Résidence Pierre Brossolette

12, allée du Plateau des Glières



01 69 40 79 79



**CMP « La Boisselière »
de Juvisy-sur-Orge**

72, rue Jean d'Argeliès



01 69 21 37 17

Adultes : les consultations spécialisées dans des cas précis

DIAPSY 91

[Soins psychiatriques pour personnes en situation de précarité]

 **Brétigny-sur-Orge (équipe mobile)**


1, rue du château de la fontaine



01 60 85 01 59

Point Écoute Relais Essonne Nord (PEREN)

[Entretiens psychologiques et soins psychiques gratuits]

 **Ris-Orangis**

Les Rives de Seine

10, quai de la Borde

Bâtiment A2, 1^{er} étage



01 69 57 07 01

EMPSA 91

[Soins psychiatriques pour personnes âgées de 65 ans et plus]

 **Sainte-Geneviève-des-Bois (équipe mobile)**

7, rue Paul Langevin



01 60 15 00 02 / 06 71 60 17 28

Centre Hospitalier Sud Francilien (CHSF)

 **Corbeil-Essonnes**

Pôle D (rez-de-chaussée)

40, avenue Serge Dassault



01 61 69 70 33

[Soins psychiatriques
suite à un choc traumatique]

 **Corbeil-Essonnes**

Pôle C (2^e étage)

40, avenue Serge Dassault



01 61 69 52 37

[Soins psychiatriques pour adultes
de toutes origines rencontrant
des problèmes psychiatriques
dans le cadre de la migration]

Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA)



**CSAPA du Val d'Orge
Athys-Mons**

6, avenue Jules Vallès



01 69 38 37 21

[Consultation

tous types d'addiction]



**CSAPA Centre Littoral
Villeneuve-Saint-Georges**

33, rue Henri Janin



01 43 82 43 33

[Consultation

tous types d'addiction]



**CSAPA Centre Verlainé
Villeneuve-Saint-Georges**

14, place Pierre Sépard



01 43 82 58 38

[Consultation addiction à l'alcool]

Établissements de soins psychiatriques privés

Clinique Château du Bel Air

[Adultes et adolescents présentant des troubles psychiques]



Crosne

35, rue Albert Thomas



01 69 49 11 00

Clinique de l'Isle du Moulin

[Adultes et adolescents présentant des troubles psychiques]



Crosne

2, place Boileau



01 69 49 49 46

Centre Hospitalier privé Manhès



Fleury-Mérogis

8, rue Roger Clavier



01 69 25 64 00

Adultes : les associations spécialisées dans l'accompagnement des personnes avec troubles psychiques

Union Nationale des Familles et Amis de Personnes Malades et/ou Handicapées Psychiques (UNAFAM 91)

[Information, soutien, écoute, groupes de parole, formations,
permanences médicales, sociales et juridiques à destination
des familles de personnes vivant avec des troubles psychiques]



Palaiseau

4, rue d'Ardennay



01 64 46 96 21

FNAPSY

[Information, soutien, écoute, groupes de parole, formations,
permanences médicales, sociales et juridiques à destination
des personnes vivant avec des troubles psychiques]



Paris 13^e

33, rue Daviel



01 43 64 85 42

Point Écoute Relais Essonne Nord (PEREN)

[Entretiens psychologiques gratuits]



Les Rives de Seine – Ris-Orangis

10, quai de la Borde

Bâtiment A2, 1^{er} étage



01 69 57 07 01

Association Tempo

[Écoute et soutien psychologique tous âges, psychothérapies,
groupes parents, ateliers variées, entretiens familiaux]



Ris-Orangis

104, rue de Fromont



01 69 02 45 60

Association Filigrane

[Écoute et soutien psychologique tous âges, psychothérapies, groupes parents, entretiens familiaux, ateliers variés]



Évry

11, rue des Mazières



01 60 77 40 08

Association PAUSE

[Écoute et soutien psychologique tous âges, psychothérapies, groupes parents, entretiens familiaux, ateliers variés]



Évry

509, Patio des terrasses de l'Agora



01 60 78 10 10

Groupe d'entraide mutuelle



La Bonne Étoile

Évry-Courcouronnes

35 bis, rue Soljenitzyne



01 69 36 95 43

[Lieu de convivialité,
de partage et de rencontres,
activités variées]



Les Copains d'abord

Sainte-Geneviève-des-Bois

10, avenue de la République



01 69 25 15 49

[Lieu de convivialité,
de partage et de rencontres,
activités variées]

Enfants : être soigné et accompagné

Centre d'Action Médico-Sociale Précoce (CAMSP)

[Tous secteurs / Accueil et soin des enfants de 0 à 6 ans en difficulté de développement psychomoteur, sensoriel, cognitif, avec des troubles relationnels ou avec handicap]



CAMSP « Les boutons d'or »

Évry

51, boulevard de l'Yerres



01 60 87 85 60

Centre Médico-Psycho-Pédagogique (CMPP)



CMPP Robert Verdier Montgeron

95, avenue de la République

01 69 03 19 74

[Tous secteurs / Accueil et soin
des enfants et adolescents
de 0 à 20 ans]



CMPP Val d'Yerres Épinay-sous-Sénart

2, villa Guy de Maupassant

01 60 47 03 01

[Tous secteurs / Accueil et soin
des enfants et adolescents
de 0 à 20 ans]



CMPP Vigneux-sur-Seine

1, allée Louis Blériot

01 69 03 10 99

[Tous secteurs / Accueil et soin
des enfants et adolescents
de 3 à 20 ans]



Centre Médico-Psychologique (CMP) infanto-juvénile

[Habitants de Boussy-Saint-Antoine, Brunoy, Crosne, Épinay-sous-Sénart,
Montgeron Quincy-sous-Sénart, Vigneux-sur-Seine, Yerres
/ Enfants et adolescents]



CMP « La Source » de Yerres

1, rue de la Grange,

01 61 69 65 06



Centre Médico-Psychologique (CMP) infanto-juvénile

[Habitants de Draveil / Enfants et adolescents]



CMP « L'imagerie » de Grigny

2, rue Saint Exupéry

01 69 45 56 24



Antenne de consultation « Prélude »

[Habitants de Draveil / Enfants de 0 à 3 ans]



Athis Mons

41, rue Anthonioz de Gaulle

01 69 21 39 36



Enfants : associations spécialisées

Antenne Enfants Adolescents (ANTEA)

[Lieu d'écoute et de parole destiné aux enfants et adolescents de 3 à 17 ans, entretiens psychologiques gratuits]



Ris-Orangis

*Les Rives de Seine
10, quai de la Borde*



07 77 72 80 79

Association Tempo

[Écoute et soutien psychologique tous âges, psychothérapies, groupes parents, ateliers variées, entretiens familiaux]



Ris-Orangis

104, rue de Fromont



01 69 02 45 60

Association Filigrane

[Écoute et soutien psychologique tous âges, psychothérapies, groupes parents, entretiens familiaux, ateliers variés]



Évry

11, rue des Mazières



01 60 77 40 08

Association PAUSE

[Consultations psychologiques individuelles, soutien à la parentalité]



Évry



509, Patio des terrasses de l'Agora





01 60 78 10 10

Adolescents : les lieux d'accueil et d'accompagnement par des professionnels

Maison des adolescents de l'Essonne

-  **Sainte-Geneviève-des-Bois**
7, rue Paul Langevin
 01 60 15 26 22



Mission Locale Val d'Yerres Val de Seine

-  **Montgeron**
44, rue du Général Leclerc
 01 69 48 11 33

Points Accueil Écoute Jeunes (PAEJ)

- | | |
|--|--|
|  PAEJ d'Évry
(Association Filigrane)
11, rue des Mazières
 01 60 77 40 08 |  PAEJ de Grigny (Association Cepfi)
Permanences à la Ferme Neuve
Chemin du Plessis
 01 69 25 26 86 |
|  PAEJ de Grigny (Association Cepfi)
Permanences au CPEF Roi Tanguy
10, rue Roi Tanguy
 01 69 02 11 40 |  PAEJ de Viry-Châtillon
(Association Cepfi)
Permanences à la MJC-CS
Saint-Exupéry
9, avenue de Flandre
 01 69 25 26 86 |

Association Prévention spécialisée Val d'Yerres Val de Seine

-  **Yerres**
57, rue de la grange
 01 69 83 80 83

Points Écoute Familles

[Soutien à la parentalité, entretiens familiaux, thérapie familiale, groupes parents]



Association Ressources

– Pôle famille

Juvisy-sur-Orge

3, rue Condorcet

01 69 21 61 19



Association Cepfi

Saint-Michel-sur-Orge

27, rue de la Fontaine de L'Orme

01 69 25 26 86



Consultations Jeunes Consommateurs (CJC)



Association Ressources

Juvisy-sur-Orge

3, rue Condorcet

01 69 21 61 19



[Consultations Jeunes

Consommateurs de 12 à 26 ans]



CSAPA Centre Littoral

de Villeneuve-Saint-Georges

33, rue Henri Janin

01 43 82 43 33



[Consultations Jeunes

Consommateurs à partir
de 13 ans]

Association Tempo

[Lieux d'écoute et d'accompagnement psychologique gratuits pour adolescents et parents]



Ris-Orangis

104, rue de Fromont

01 69 02 45 60



Association Filigrane

[Lieux d'écoute et d'accompagnement psychologique gratuits pour adolescents et parents]



Évry

11, rue des Mazières

01 60 77 40 08



Association PAUSE

[Lieux d'écoute et d'accompagnement psychologique gratuits pour adolescents et parents]



Évry

509, Patio des terrasses de l'Agora



01 60 78 10 10

Antenne Enfants Adolescents (ANTEA)

[Lieu d'écoute et d'accompagnement psychologique gratuits pour adolescents et parents]



Ris-Orangis

Les Rives de Seine

10, quai de la Borde



07 77 72 80 79

Adolescents : être accompagné et soigné

Centre Médico-Psycho-Pédagogique (CMPP)



**CMPP Robert Verdier
de Montgeron**

95, avenue de la République



01 69 03 19 74

[Tous secteurs / Accueil et soin
des enfants et adolescents
de 0 à 20 ans]



**CMPP du Val d'Yerres
d'Épinay-sous-Sénart**

2, villa Guy de Maupassant



01 60 47 03 01

[Tous secteurs / Accueil et soin
des enfants et adolescents
de 0 à 20 ans]



CMPP de Vigneux-sur-Seine

1, allée Louis Blériot



01 69 03 10 99

[Tous secteurs / Accueil et soin
des enfants et adolescents
de 3 à 20 ans]

Unité d'hospitalisation pour adolescents (UHPA)

[Tous secteurs]



Sainte-Geneviève-des-Bois

2, route de Longpont



01 69 46 86 67

Centre Médico-Psychologique (CMP) infanto-juvénile

[Habitants de Boussy-Saint-Antoine, Brunoy, Crosne, Épinay-sous-Sénart, Montgeron, Quincy-sous-Sénart, Vigneux-sur-Seine, Yerres / Enfants et adolescents]



CMP « La Source » de Yerres

1, rue de la Grange



01 61 69 65 06

Centre Médico-Psychologique (CMP) infanto-juvénile

[Habitants de Draveil / Enfants et adolescents]



CMP « L'imagerie » de Grigny

2, rue Saint Exupéry



01 69 45 56 24

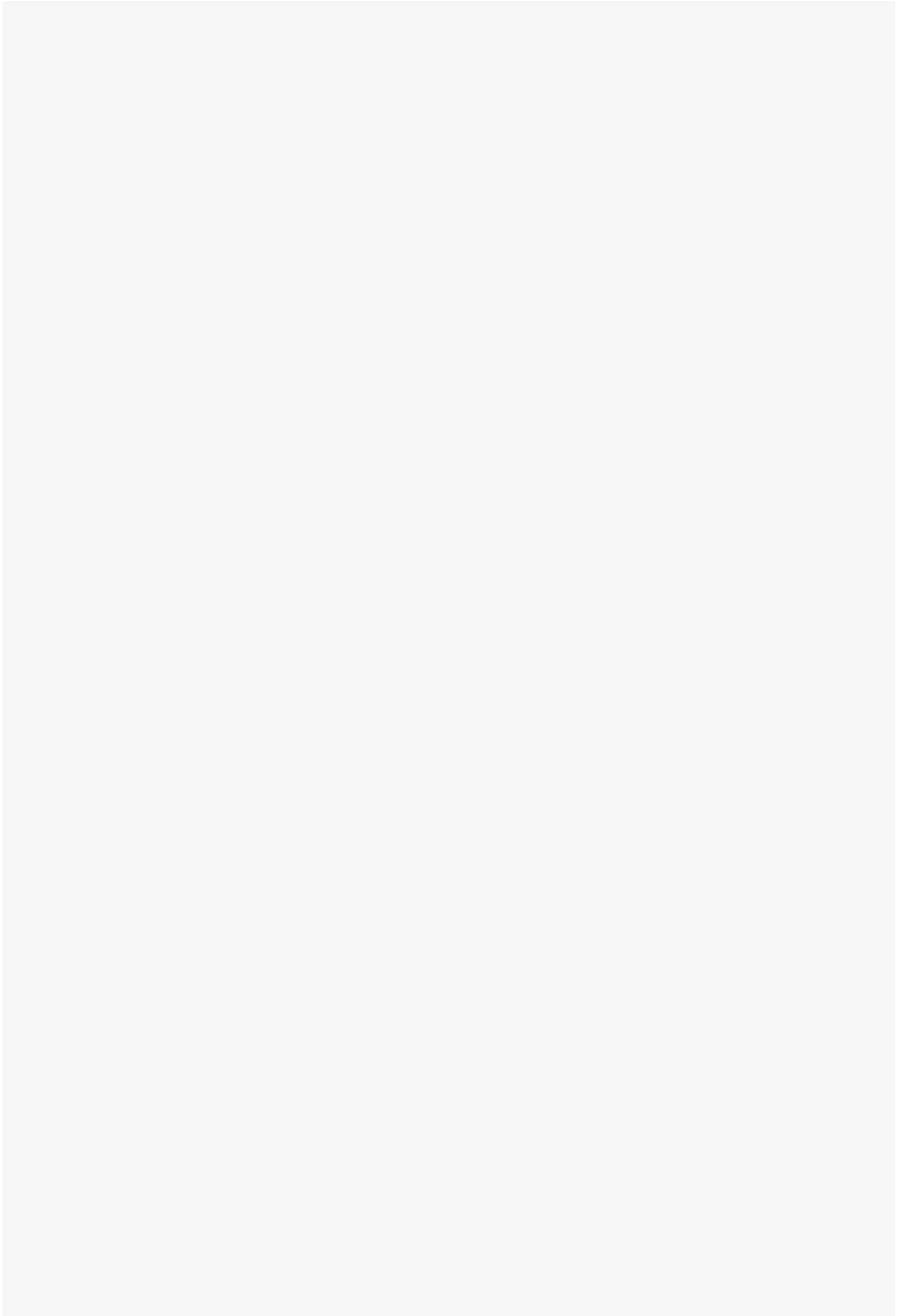


**Grand froid,
canicule, épidémie,
absence de logement,
précarité...**

- ▶ **si je suis vulnérable
et/ou en situation
d'urgence**
- ▶ **ou si j'ai identifié
quelqu'un dans ce cas**

**Je me signale aux
structures qui pourront
m'accompagner :**

- *CCAS de ma commune*
- *Pompiers : 18*
- *Samu : 15*
- *Police : 17*



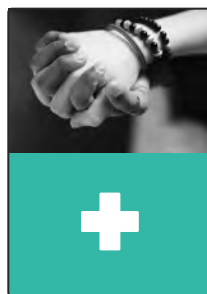
Les autres thématiques du Guide santé



Accès aux soins



Parentalité
et petite enfance



Vie sexuelle
et affective



Maladies
chroniques



Conduites
addictives



Handicap
et invalidité



Santé des séniors



Soutien aux
proches aidants



Accompagnement
de la fin de vie

Conception

Communauté d'agglomération Val d'Yerres Val de Seine

Rédaction et relecture

- Amadpa
- ARS Île-de-France
- Association Espace Vie (CPTS) et Comité des usagers
- Association Léa Solidarité Femmes
- Association Le Pied à l'Étrier
- Association Nepale
- Association Nos mains pour s'entendre
- Association Vie Libre
- Communauté d'agglomération Val d'Yerres Val de Seine
- Conseil Territorial de Santé 91
- Caisse Primaire de l'Assurance Maladie (CPAM) de l'Essonne
- Département de l'Essonne – Service territorialisé du développement social
- Direction des Services départementaux de l'Éducation Nationale de l'Essonne
- Établissement Public de Santé (EPS) Barthélémy Durand
- Mission locale Val d'Yerres Val de Seine
- Pôle de psychiatrie de Vigneux-sur-Seine (CHSF)
- Syndicat national des psychologues
- Ville de Brunoy (service jeunesse)
- Ville de Montgeron (CCAS, service jeunesse, Centre social Saint-Exupéry)
- Ville de Vigneux-sur-Seine (CCAS, Pôle santé)

Conception graphique et mise en page

- Marie Jamon

Typographies

- « Signika » créée par Anna Giedryś
- « Domus Titling » créée par Just Another Foundry (Shoko Mugikura, Tim Ahrens)
- « Source® Sans Pro » créée par Paul D. Hunt / Adobe

Iconographie

- **Burst** : Shopify Partners (p. 11 et 22)
- **Pexels** : Ketut Subiyanto (p. 6 et 24) / Alex Green (p. 16 et 56 *Soutien aux proches aidants*) / Vitor Koshimoto (p. 17) / Cedric Fauntleroy (p. 19) / Allan Mas (p. 28) / Gabby K. (p. 35) / Zen Chung (p. 37) / Jeswin Thomas (p. 39)
- **Pixabay** : Memory Catcher (p. 56 *Accompagnement de la fin de vie*)
- **Unsplash** : Christopher Lemerrier (couverture) / Engin Akyurt (p. 4) / Matthiew Pablico (p. 7) / Erik McLean (p. 12) / Andy Kelly (p. 20) / Michal Parzuchowski (p. 27a) / Jordan Whitt (p. 27b) / Pablo Varela (p. 31) / Christian Erfurt (p. 32) / Freestocks (p. 34) / Green Chameleon (p. 40) / Luke Southern (p. 54) / Hush Naidoo (p. 56 *Accès aux soins et Maladies chroniques*) / Aditya Romansa (p. 56 *Parentalité et petite enfance*) / Em M. (p. 56 *Conduites addictives*) / Danny Nee (p. 56 *Handicap et invalidité*) / Artyom Kabajev (p. 56 *Santé des séniors*) / Angelika Agibalova (p. 56 *Soutien aux proches aidants*)

Impression

Imprimeur Desbouis Gresil, Siret 963201330 00023 / 10, rue Mercure – 91230 Montgeron

Imprimé sur papier certifié PEFC / Ne pas jeter sur la voie publique



Avec le soutien de :



Boussy-Saint-Antoine Brunoy Crosne Draveil Épinay-sous-Sénart Quincy-sous-Sénart Montgeron Vigneux-sur-Seine Yerres

www.vyvs.fr