

Numéros Utiles

Tous les numéros de téléphone sont gratuits à partir d'un poste fixe et portable.

Numéro unique pour toute urgence : [112](tel:112)

Le 112 est le numéro d'appel unique et gratuit pour tous les services d'urgence (pompiers, police, aide médicale urgente).

Pharmacies de garde : [32 37](tel:3237)

Le 32 37 vous permet de connaître la pharmacie de garde près de chez vous le week-end et la nuit.
Service audiotel payant (35 centimes la minute)

Police/gendarmerie : [17](tel:17) Le 17 est accessible 24h/24h et 7j/7.

En cas d'urgence, et uniquement dans cette situation, il est possible d'alerter la police ou la gendarmerie par appel téléphonique, ou par SMS, si vous êtes dans l'incapacité de parler.

Pompiers : [18](tel:18) Appel gratuit, disponible 24 heures sur 24

Vous pouvez appeler le 18, le numéro des sapeurs-pompiers lorsqu'une ou des vies sont en danger (malaise, blessure grave, départ de feu, accident de la route, noyade, inondation, etc.). Indiquez le lieu le plus précisément possible pour permettre aux secours de vous trouver rapidement (ville, rue, numéro, étage, code d'accès à l'immeuble si nécessaire, etc.).

Samu : [15](tel:15)

Le SAMU est un centre d'appels répondant 24h/24 et 7j/7 aux besoins de santé de la population. Le 15, centre d'appel du SAMU, oriente les patients vers la juste prise en charge médicale selon l'état de santé.

Santé Info Droits : [01 53 62 40 30](tel:0153624030)

Santé Info Droits, la ligne de [France Assos Santé](http://FranceAssosSanté.fr), propose un numéro de téléphone vous permettant de poser vos questions juridiques et sociales, en lien avec le droit de la santé. En appelant le 01 53 62 40 30, des juristes et de avocats répondent à vos questions.

Agir contre les maltraitances des personnes âgées et adultes en situation de handicap : [39 77](tel:3977)

Le 39 77 est le numéro national d'écoute dédié aux personnes âgées et aux adultes en situation de handicap victimes de maltraitance. Ce service est gratuit, accessible aux victimes et aux témoins (entourages et professionnels), et l'appel ne figure pas sur les relevés téléphoniques. Il peut aussi être contacté par écrit via un formulaire en ligne sur [le site 3977](http://le.site.3977) ou par e-mail à l'adresse : 3977@3977contrelamaltraitance.org. Il dispose d'un accès pour les personnes sourdes et malentendantes (appel visio en LSF depuis le site internet).

Alcool Info Service : [0 980 980 930](tel:0980980930) Appel anonyme et non surtaxé

Que vous soyez concerné directement ou indirectement par une consommation d'alcool, n'hésitez pas à appeler [Alcool info service](http://AlcoolInfoService.fr) au 0 980 980 930. Numéro ouvert de 8h à 2h, 7 jours sur 7.

Souffrance et prévention du suicide : [31 14](tel:3114) accessible 24h/24 et 7j/7,

Si vous êtes en détresse et/ou avez des pensées suicidaires, si vous voulez aider une personne en souffrance, vous pouvez contacter le numéro national de prévention du suicide, le 31 14. Un professionnel du soin, spécifiquement formé à la prévention du suicide, sera à votre écoute.

Tabac Info Service : [39 89](tel:3989)

Le 39 89 est la ligne téléphonique de Tabac info service. Elle vous met en relation avec des professionnels de l'arrêt du tabac. Vous profitez d'un accompagnement entièrement gratuit, avec un suivi personnalisé. Vous pouvez appeler du lundi au samedi, de 8h à 2h. Un conseiller réponde à vos premières questions. Si vous le souhaitez, il vous mettra en relation avec un tabacologue.

Au bout du fil : [01 70 55 30 69](tel:0170553069)

Créée en 2007, [Au bout du fil](http://AuBoutDuFil.org) est une association à but non lucratif. Des bénévoles appellent gratuitement et chaque semaine toute personne âgée qui en fait la demande, en appelant le 01 70 55 30 69. [Les centres d'appels Au bout du fil](http://LesCentresDAppelsAuBoutDuFil.org) assurent anonymat et confidentialité.

Allô service public 39 39 : [39 39](tel:3939)

Allô Service Public 39 39 permet de poser vos questions à un agent du ministère chargé du travail, de l'intérieur, de la justice, du logement ou de la concurrence, de la consommation et de la répression des fraudes. Allô Service Public 3939 est accessible en composant directement le numéro 39 39 : un serveur vocal interactif guide l'utilisateur entre différentes options lui permettant d'obtenir l'information administrative ou le secteur de compétence qui l'intéresse. Dans la rubrique "Où s'informer" de certaines fiches [du site service-public.fr](http://du.site.service-public.fr), l'utilisateur peut demander à se faire rappeler dans un délai de 45 minutes après la demande.

Dialogue et solidarité : [0 800 494 627](tel:0800494627)

[Dialogue & Solidarité](http://Dialogue&Solidarite.org) est une association créée par l'OCIRP, union d'organismes de prévoyance régie par le Code de la Sécurité Sociale. Cette association œuvre pour la protection des familles et vient en aide gratuitement à toute personne endeuillée par la perte d'un conjoint, d'un concubin, d'un partenaire de PACS. Cette association met à disposition un numéro de téléphone national gratuit, le 0 800 494 627, ainsi qu'un formulaire de contact pour être mis en relation directement avec le référent de l'association. Suite à cet échange, vous êtes orienté vers le lieu d'accueil le plus proche de chez vous.

Drogues Info Service : [0 800 23 13 13](tel:0800231313)

Que vous soyez concerné directement ou indirectement par une consommation de drogues, n'hésitez pas à appeler [Drogues info service](http://DroguesInfoService.org) au 0 800 23 13 13. vous y trouverez :

- des professionnels formés aux problèmes d'usage et de dépendance aux drogues,
- une écoute sans jugement et confidentielle,
- des informations précises,
- une aide personnalisée,
- des orientations adaptées à votre situation.

Numéro ouvert de 8h à 2h, 7 jours sur 7. **Appel anonyme et gratuit.**

Ecoute cannabis : [0 980 980 940](tel:0980980940)

Vous pouvez joindre Ecoute cannabis au 0 980 980 940, de 8h à 20h, 7 jours sur 7. Votre appel est anonyme et gratuit. En appelant ce numéro, vous obtiendrez une aide et un soutien adaptés avec des informations précises sur les effets du cannabis, les risques, la loi, les lieux d'accueil, des conseils de prévention, une orientation vers des professionnels compétents. [Plus d'informations sur le site drogues-info-service.fr](http://Plusd'informations.sur.le.site.drogues-info-service.fr). **Ligne téléphonique accessible de 8h à 2h, 7 jours sur 7.**

Avec nos proches : [01 84 72 94 72](tel:0184729472)

[La plateforme téléphonique « Avec nos proches »](http://Laplateformetelphonique.com) propose une ligne nationale d'entraide, d'écoute et d'information pour les aidants, le 01 84 72 94 72. Cette ligne est ouverte tous les jours de la semaine de 8h à 22h. Afin de rompre l'isolement et prévenir l'épuisement des aidants, des groupes d'échange par téléphone entre aidants sont également proposés. Les appels sont anonymes.

Canicule Info service : [0800 06 66 66](tel:0800066666)

Le 0800 06 66 66 est le numéro de téléphone pour obtenir des informations sur la canicule et les principales recommandations à suivre en cas de fortes chaleurs. Ouvert de 9 h à 19 h.

Croix-Rouge chez vous : [0 800 85 88 58](tel:0800858858)

La Croix-Rouge propose une ligne téléphonique d'écoute, le 0 800 85 88 58. Ce numéro non surtaxé permet d'être mis en relation avec [une équipe de volontaires de la Croix-Rouge](http://uneequipe.de.volontaires.de.la.Croix-Rouge.org). En appelant ce numéro, les bénévoles de la Croix-Rouge prendront le temps de vous parler, de vous informer et vous soutenir.

France Alzheimer - Ligne d'écoute : [0 800 97 20 97](tel:0800972097)

Vous rencontrez une difficulté, vous avez une question concernant la maladie, l'accompagnement d'une personne malade, les dispositifs de soutien... Appelez le numéro unique 0 800 97 20 97 pour contacter [l'association France Alzheimer](http://l'association.France.Alzheimer.org) départementale la plus proche de chez vous.

France Parkinson - Ligne d'écoute : [01 43 43 43 15](tel:0143434315)

La ligne d'écoute de [France Parkinson](http://FranceParkinson.org) est ouverte du lundi au vendredi de 9h30 à 12h30 pour un temps d'écoute et de soutien ou pour accéder au dispositif d'aides financières ou pour un soutien psychologique. Vous pouvez appeler le 01 43 43 43 15 ou écrire à soutien@franceparkinson.fr. Pour toute question d'ordre général ou information, vous pouvez joindre le 01 45 20 22 20 ou écrire à infos@franceparkinson.fr.

Service d'urgence pour les personnes sourdes et malentendantes : [114](#)

Le 114 est le numéro d'urgence au service des personnes ayant des difficultés à parler ou à entendre (sourds malentendants, aphasiques, dysphasiques).

Centre d'appel et de conseil sur la déficience visuelle de l'ARRADV ! : [0 800 013 010](#)

Le 0800 013 010 est un centre d'appel spécialisé dans la déficience visuelle, apportant une réponse personnalisée et/ou une orientation vers les bons interlocuteurs. A destination du grand public et des professionnels, il permet d'obtenir, sans formalité, des informations sur les démarches administratives, l'accès aux droits, l'accès aux dispositifs d'accompagnement, les professionnels, les services de réadaptation, les services d'aide à domicile, les associations, les loisirs, et aussi des conseils pratiques sur les aides techniques, l'adaptation de l'habitat, les transports... Appel gratuit du lundi au vendredi de 9h30 à 17h30.

Numéro handicap : [0 800 360 360](#)

Vous êtes une personne en situation de handicap ou proche aidant d'une personne en situation de handicap. Si vous avez besoin de conseils ou d'un accompagnement pour vos besoins liés au handicap, appelez le 0 800 360 360. Des professionnels près de chez vous vous répondent, vous orientent et peuvent vous aider dans votre quotidien, pour l'accès aux soins, les transports, l'école, l'hébergement... Ce numéro est gratuit. Vous êtes sourd ou malentendant, cliquez sur [ce lien pour accéder aux services du 800 360 360](#).

Numéro Unique de l'Accès au Droit : [30 39](#)

Le 30 39 est le numéro unique de l'accès au droit. Ce numéro est gratuit et accessible aux personnes sourdes ou malentendantes. Il vous permet de connaître le point-justice à proximité de chez vous, de prendre rendez-vous avec un professionnel du droit à proximité de chez vous, d'obtenir une information ou une aide pour accomplir une démarche juridique, de connaître les coordonnées du service d'accueil unique du justiciable de la juridiction saisie.

Plateforme anti-discriminations du défenseur des droits : [39 28](#)

Les personnes âgées peuvent rencontrer des difficultés et obstacles dans l'accès à leurs droits. En cas de discrimination ou de difficulté d'accès aux droits, [le Défenseur des droits](#) peut agir et aider les personnes âgées. Les juristes du Défenseur des droits vous répondent gratuitement en appelant le 39 28, du lundi au vendredi, de 9h30 à 19h00.

Solitud'écoute : [0 800 47 47 88](#)

Solitud'écoute : une ligne d'écoute et de soutien téléphonique, le 0800 47 47 88, destinée aux personnes de plus de 50 ans souffrant de solitude, d'isolement ou de mal-être. Ce numéro gratuit, anonyme et confidentiel est ouvert tous les jours (y compris les week-ends et jours fériés) de 15h à 20h. Ce service est proposé par [les Petits Frères des Pauvres](#). Son objectif est d'offrir, le temps d'un appel, un espace d'écoute bienveillante aux plus de 50 ans.

SNCF Accès Plus : [36 35](#)

La SNCF propose le service Accès Plus. Vous êtes une personne en situation de handicap ou à mobilité réduite, Accès Plus, un service gratuit qui vous permet de bénéficier d'une assistance pour embarquer et débarquer des trains. Vous pouvez bénéficier de ce service d'assistance aussi bien pour les trains nationaux qu'internationaux. Sachez également que ce service est destiné à toute personne dont la mobilité est réduite lors de l'usage d'un moyen de transport

Sortir Plus : [0 971 090 971](#)

Sortir Plus est un service qui permet aux retraités Agirc-Arrco de 75 ans et plus de faire des sorties accompagnées par une personne de confiance. Ce service est pris en charge par votre caisse de retraite Agirc-Arrco. Pour en bénéficier, il suffit, dès lors que vous aurez un premier besoin de sortie, d'en faire la demande par téléphone au 0 971 090 971 ou d'effectuer une demande de rappel via le site <https://services75ans.agirc-arrco.fr>

Agri'écoute : [09 69 39 29 19](#)

Mal-être, solitude, dépression, difficultés personnelles ou professionnelles en milieu rural... [La Mutualité sociale agricole \(MSA\)](#) met à votre disposition un numéro unique national pour vous permettre de parler de vos difficultés à un professionnel 24H/24, 7 jours sur 7, par téléphone au 09 69 39 29 19 ou par tchat sur [agri'écoute.fr](#).