

Cette fiche part des difficultés remontées par les équipes sociales pour proposer, lorsque cela peut être utile par certains de leurs suivis, des réponses complémentaires.

Lignes d'écoute téléphonique

- ▶ **Solitud'écoute : 0800 47 47 88**
 - Ligne d'écoute téléphonique gratuite et anonyme des Petits Frères des Pauvres pour personnes de plus de 50 ans souffrant d'isolement et de solitude.
- ▶ **Santé Info Droit : <https://www.france-assos-sante.org/sante-info-droits>**
 - Site d'informations juridiques et sociales constitué de juristes et avocats qui ont vocation à répondre à toutes questions en lien avec le droit de la santé.
- ▶ **Accès aux Droits pour les Sans-Abris : 0800 94 66 90**
 - Gratuit et ouvert 7j s/7, de 10h à 22h, organisé avec des médecins volontaires, cette ligne s'adresse aux personnes vivant dans la rue pour faciliter l'accès aux soins.
- ▶ **Croix Rouge écoute 0 800 858 858**
 - Pour toute personne ressentant le besoin de parler, quel soit son âge ou sa situation.
- ▶ **ANPAA ILE DE France : 01 46 06 26 00 ou mail : iledefrance@anpaa.asso.fr**
 - Conseil à destination des professionnels du secteur social et médico-social sur les conduites addictives des publics accompagnés et violences intrafamiliales
- ▶ **PSY IDF : soutien psychologique aidants et familles**
 - Le 01 48 00 48 00 est un numéro gratuit, joignable de 13 h à 21 h 7 j/7, destiné aux aidants ou membres de l'entourage, quel que soit leur âge, et vivant en Ile-de-France, qui s'inquiètent pour un proche confiné ou en hospitalisation.
- ▶ **TERRA PSY 0805 38 39 22**
 - Un espace d'écoute et d'accompagnement psychologique pour parler de vos difficultés et vos inquiétudes dans le cadre du confinement lié au Coronavirus.
- ▶ **Association EPOQ : 06 84 23 52 89**
 - Prise de rendez-vous téléphonique avec psychologue de l'association

Numéros d'urgence

- ▶ **SOS-Amitié : 01 42 96 26 26**
 - Par téléphone (24h/24h – 7j/7j) ou tchat en ligne (de 13h à 3h, 7j/7j)
- ▶ **Suicide écoute : 01 45 39 4000 (24h/24h – 7j/7j)**
- ▶ **Alcool Info Service : 0 980 980 930**
 - Par téléphone (toute la journée à partir de 8h jusqu'à 2h du matin, 7j/7j) ou tchat en ligne (de 8h à minuit)
- ▶ **Drogues info service : 0800 23 13 13**
 - Par téléphone (toute la journée à partir de 8h jusqu'à 2h du matin, 7j/7j) ou tchat en ligne (de 8h à minuit)
- ▶ **Tabac-info-service.fr – 39 89 (de 8h à 20h, du lundi au samedi, service gratuit + coût de l'appel) – <https://www.tabac-info-service.fr/Le-39-89>**
- ▶ **Joueursinfoservice.fr**
 - 09 74 75 13 13 (de 8h à 2h) – <https://www.joueurs-info-service.fr/>
- ▶ **Victimes de violences conjugales : 39 19**
 - Numéro téléphonique d'urgence, le 17, (lundi au samedi / 9h-19h) ou par simple texto (114), pour signaler des faits ou des soupçons de violences conjugales. Par téléphone, cela permet, en cas de danger immédiat, d'appeler la police ou la gendarmerie
- ▶ **Enfants en danger : appelez le 119, 24h/24, 7jrs/7**
- ▶ **Préservez votre famille des violences :**
 - 08 019 019 11, dédié à l'écoute des auteurs de violences



Lien social de proximité

- ▶ **Entourage – “Les bonnes ondes”** : Entourage propose aux voisins de veiller au bon moral des personnes particulièrement isolées pendant le confinement.
 - Comment ? Des appels réguliers au rythme choisi par la personne entourée, par un petit groupe de 3 voisins coordonnés par un bénévole Entourage.
 - Ces appels ont pour but de diffuser un peu de chaleur humaine, en attendant de se rencontrer dans la vraie vie à la sortie du confinement! Chaque appelant a signé une charte éthique et une charte d'engagement, notamment pour cadrer le but des appels, respecter la personne en face (confidentialité des données, etc.) et savoir comment passer le relai auprès de l'équipe d'Entourage quand une situation les dépasse.
 - La force du collectif, l'objectif de durabilité du lien créé et l'appui des équipes de travail social assurent une assise saine à ce dispositif. Le dispositif est décrit en ligne ici : <https://blog.entourage.social/2020/03/22/les-bonnes-ondes/>

Convivialité digitale

- ▶ **Des communautés Whatsapp, journaux de bords et gazettes** se mettent en place sur les établissements peuvent contribuer à diffuser et/ou utiliser de telles applis.
- ▶ **Entourage – Loin des yeux près du cœur”**
- ▶ Entourage organise des événements digitaux pour que la communauté puisse continuer à se réunir. Il s'agit de liens en visioconférences (via "Whereby" - simple à installer, y compris avec un petit niveau de français) pour faire de la lecture, des jeux (type jeux de voiture).
- ▶ Il est possible de simplement s'inscrire et participer.
- ▶ **Sur un plan strictement ludique, de nombreuses applications** permettent de conserver le lien. Nous comptons sur vous pour relayer les bons plans aux collègues de la hotline sociale afin de les partager.

Aide aux parents

- ▶ **Guide des parents confinés** : <https://www.egalite-femmes-hommes.gouv.fr/wp-content/uploads/2020/03/Guide-des-parents-50-astuces-de-pro.pdf>

Aide aux devoirs

La plupart de ces sites nécessitent une inscription préalable pour accéder aux contenus.

- <https://www.cned.fr/maclassealamaison> : service ma classe à la maison
- [schoolmouv.fr](https://www.schoolmouv.fr) : cours interactifs de la 6^{ème} à la terminale, classement par matière avec vidéo, fiche de révision, quiz et exercices. Plutôt orienté vers l'élève
- [jerevise.fr](https://www.jerevise.fr) : cours de français et de maths allant de la primaire au collège, avec fiche, exercices, quiz et vidéo. A destination des profs ou parents, pour préparer un cours
- [sondo.fr](https://www.sondo.fr) : uniquement pour les parents d'élève au sein d'établissement étant abonné au site. Mise en ligne des manuels scolaires et textes étudiés avec cours
- [pass-education.fr](https://www.pass-education.fr) : de la primaire à la terminale, plutôt à destination de parents pour préparer un cours, téléchargement de fiche pas mal pour le CP notamment. Attention, une partie est payante (IEF, Instruction En Famille) mais non nécessaire pour une partie des contenus
- [maxicours.com](https://www.maxicours.com) : cours à destination des élèves, avec planning hebdomadaire, cours, vidéo et quiz
- <https://eduscol.education.fr/cid61308/calcul@tice.html> pour s'entraîner au calcul mental – du CP à la 6^{ème}.



Accès à la culture

▶ **Dispositif Allô l'artiste de Culture du cœur –**

Les personnes en situation de vulnérabilité appellent le numéro **04 37 21 31 37** (appel local non surtaxé) sur 3 créneaux horaires possibles : à 11 H - 17H et/ou 19H. A ce numéro, en direct, un artiste les attend avec une histoire, un conte, une pièce, une musique pour 15 minutes d'évasion et un échange à la suite.

▶ **Culture chez nous :** <https://www.culture.gouv.fr/Culturecheznous>

Chacun est invité à rester chez soi pour éviter la propagation du virus Covid-19. C'est l'occasion de découvrir l'exceptionnelle offre culturelle numérique proposée par le ministère de la Culture et ses nombreux opérateurs.
#Culturecheznous

▶ **Activités culturelles à réaliser en confinement :**
<https://www.federationsolidarite.org/champs-d-action/culture/11125-respirer-en-confinement-id%C3%A9es-et-ressources-pour-se-divertir,-s%E2%80%99a%C3%A9rer,-apprendre-en-famille>

