



# Académie de Caen

Recensement des services de soutien pour les étudiant·e·s

Màj 17/12/20 - [www.soutien-etudiant.info](http://www.soutien-etudiant.info)

# Services disponibles pour tous·tes les étudiant·e·s

<b>Bureau d'Aide Psychologique Universitaire</b>  Pour tous·tes les étudiant·e·s  Français	<p>Les consultations sont assurées en présentiel ou en distanciel, par téléphone ou téléconsultation (via l'app-e-santé) en fonction de la situation des étudiant·e·s suivis.</p> <p>L'accueil des demandes se fait par téléphone ou par mail par la secrétaire (en télétravail) le lundi de 13h à 16h30, le mardi de 9h à 12h30 et de 13h à 16h30, le mercredi de 9h à 12h30, le jeudi de 9h à 12h30 et de 13h à 16h30.</p>	<p>Tél : 02 31 26 49 00</p> <p><a href="mailto:bapu@mialaret.asso.fr">bapu@mialaret.asso.fr</a></p>
<b>FCBN - Fédération Campus Basse-Normandie</b>  Pour tous·tes les étudiant·e·s  Français, Anglais	<p>Dirigée par des étudiant·e·s qui sont disponibles pour une écoute et un soutien entre étudiant·e·s.</p> <p>Possibilité de se débrouiller avec d'autres langues que le français et l'anglais.</p>	<p><a href="https://www.facebook.com/LaFCBN/">https://www.facebook.com/LaFCBN/</a></p> <p><a href="mailto:vosdroits@campusbn.org">vosdroits@campusbn.org</a></p>
<b>Apsytude</b>  Français	<p>L'Happy Line (téléconsultation) et les Happs Hour (consultations physiques, maintenant transformées en téléconsultations aussi) restent ouvertes.</p>	<p>Tél : 06 27 86 91 83</p> <p><a href="mailto:rdv.apsytude@gmail.com">rdv.apsytude@gmail.com</a></p> <p><a href="http://www.apsytude.com/fr/rdv-hh/">http://www.apsytude.com/fr/rdv-hh/</a></p> <p><a href="http://www.apsytude.com/">http://www.apsytude.com/</a></p>

<p><b>AESICA - Association des Etudiants en Soins Infirmiers de CAen</b></p> <p>Pour tous·tes les étudiant·e·s</p>	<p>Cellule d'écoute psychologique dans un groupe messenger tenue par sept étudiant·e·s tuteurs. Envoyer un message à l'AESICA.</p>	<p><a href="https://www.facebook.com/aesica/">https://www.facebook.com/aesica/</a></p> <p><a href="mailto:aesica.presidence@gmail.com">aesica.presidence@gmail.com</a></p>
<p><b>SOPHROLOGIE Caen Séances</b></p> <p>Tout public</p> <p>Français</p>	<p>Offre des séances de sophrologie en visio. Prise de RDV par SMS du lundi au vendredi 9h-12h 14h-17h.</p>	<p>Tél :06 19 12 66 02</p>
<p><b>Centre Pierre Janet de l'Université de Lorraine</b></p> <p>Pour tous·tes les étudiant·e·s de France</p>	<p>Une boîte à outils est disponible, pleine de ressources à utiliser (psychologie positive, méditation de pleine conscience, relaxation, respiration, lecture...).</p>	<p><a href="http://centrepierrejanet.univ-lorraine.fr/ressources">http://centrepierrejanet.univ-lorraine.fr/ressources</a></p>
<p><b>StopBlues</b></p> <p>Tout public</p>	<p>Des capsules vidéo décrivent les émotions que l'on peut ressentir face à la peur de la maladie, aux difficultés du confinement, à l'isolement social ou aux conflits familiaux. Des solutions concrètes et accessibles sont proposées pour nous protéger des conséquences de cette situation sur notre santé mentale : sites web, applications, guides, lignes d'écoute, pour organiser son quotidien, faire face à l'anxiété et à l'ennui, repérer des sources d'information fiables, trouver de l'aide et du soutien.</p> <p>Développé en 2018 par l'équipe ECEVE-INSERM, le Centre collaborateur OMS et Santé Publique France.</p>	<p>Site et application: <a href="https://www.stopblues.fr/">https://www.stopblues.fr/</a></p>

# PAEJ/MDA

**Les Points d'Accueil et d'Ecoute Jeunes et les Maisons des Adolescents sont des petites structures conviviales, disséminées sur l'ensemble du territoire français, qui apportent un soutien aux jeunes âgés de 12 à 25 ans. L'accueil et l'écoute y est gratuite, confidentielle, avec et sans rendez-vous.**

<b>Maison des adolescents de la Manche</b>  Tout public de 11 à 25 ans	Ouverts pour une écoute active, par téléphone ou sur Messenger. Prendre rendez-vous.  3 antennes existent : Saint-Lô, Avranches et Cherbourg.	Tél : 02 33 72 70 60  <a href="https://www.facebook.com/pages/Maison-des-Adolescents-de-la-Manche/285893591501479">https://www.facebook.com/pages/Maison-des-Adolescents-de-la-Manche/285893591501479</a>
<b>Maison des adolescents du Calvados Passado 14</b>  Tout public jusqu'à 21 ans	Accueil pour un entretien d'évaluation pour éventuellement être redirigé.e vers la structure appropriée. Pas de suivi de longue durée.  Lundi, jeudi, vendredi de 13h à 19h. Mercredi de 10h à 19h.  Antennes à Caen, Vire, Bayeux et Lisieux.	Tél : 02 31 15 25 25
<b>PAEJ Falaise</b>  Tout public de 11 à 25 ans	Rendez-vous avec un.e psychologue. Accueil en personne en cas d'urgence. Sinon, prendre rendez-vous par téléphone. Laisser un message pour être rappelé.e.  Consultations le mercredi de 9h30 à 17h30.	Tél : 02 31 90 37 74

# Services spécifiques pour certains étudiant·e·s

Selon votre établissement, lieu de vie, ou si vous êtes étudiant·e·s en santé.

<b>SUMPPS de l'université de Caen Normandie</b>  Pour les étudiant·e·s université de Caen  Français	<p><i>Le SUMPPS sera fermé du 18 décembre au 3 janvier inclus. L'équipe peut cependant être contactée pour une réorientation vers d'autres structures locales durant les vacances.</i></p> <p>Offre un soutien psychologique, une écoute active par une psychologue, une infirmière, et une conseillère en vie affective et sexuelle. Possibilité d'entretiens à distance.</p> <p>Lundi au vendredi : 9h-12h30 et 14h-17h.</p>	<p>Tel : 02 31 56 52 30</p> <p><a href="mailto:sumpps@unicaen.fr">sumpps@unicaen.fr</a></p> <p><a href="https://gest.unicaen.fr/rdv_sumpps">https://gest.unicaen.fr/rdv_sumpps</a></p>
<b>CHU Caen</b>  Étudiant·e·s en médecine, pharmacie et maïeutique  Français	<p>Soutien psychologique pour les étudiant·e·s en santé offert par un·e psychologue.</p> <p>Lundi au dimanche : 9h à 17h.</p>	<p>Tel : 06 67 28 74 48</p>
<b>CROUS de Caen</b>  Pour les étudiant·e·s université de Caen	<p>Offrent un soutien psychologique. Envoyer un mail en laissant vos coordonnées.</p> <p>Lundi au vendredi : 9h-12h30 et 14h-17h.</p>	<p><a href="mailto:ecouteetudiants@crousnormandie.fr">ecouteetudiants@crousnormandie.fr</a></p>

# CMP

Les Centres Médico-Psychologiques (CMP), 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 ici](#).

Les CMP fonctionnent tous plus ou moins de la même manière et sont ouverts pendant ce deuxième confinement. Si vous ne parlez pas français, certains CMP font appel à des interprètes ou des collègues qui parlent plusieurs langues.

Leurs horaires varient mais, généralement, ils sont ouverts de 9h à 17h, du lundi au vendredi, avec une pause entre 12h30 et 13h30. Voici quelques CMP en exemple :

<b>CMP Pôle Caen Sud</b>  Pour les étudiant·e·s du sud de Caen	Premier entretien avec un·e infirmier·ère dans les 3 à 4 semaines, sauf urgence. 2 mois environ pour un·e psychiatre.  Du lundi au vendredi, de 9h à 16h30.	<b>Tél : 02 31 35 82 50</b>
<b>CMP Aunay sur Odon</b>  Pour les étudiant·e·s de Aunay sur Odon et les communes environnantes	Premier entretien avec un·e infirmier·ère dans la semaine. 4 à 6 semaines d'attente pour un rendez-vous avec un·e psychiatre.  Du lundi au vendredi, de 9h à 17h.	<b>Tél : 02 31 77 35 72</b>
<b>CMP Isigny</b>  Pour les étudiant·e·s de Isigny et les communes environnantes	Premier entretien avec un·e infirmier·ère dans la semaine. 2 à 3 mois d'attente pour un rendez-vous avec un·e psychiatre.  Du lundi au vendredi, de 9h à 17h.	<b>Tél : 02 31 22 59 04</b>
<b>CMP Pôle Lisieux</b>  Pour les étudiant·e·s de Lisieux et les communes environnantes	Premier entretien avec un·e infirmier·ère puis avec un·e psychiatre si besoin.  Du lundi au vendredi de 9h à 16h30.	<b>Tél : 02 31 61 19 59</b>
<b>CMP Bayeux</b>  Pour les étudiant·e·s de Bayeux et les communes environnantes	Premier entretien avec un·e infirmier·ère entre 2 et 4 semaines. 2 mois d'attente pour voir un·e psychiatre.	<b>Tel : 02 31 51 51 48</b>