



# Académie de Besançon

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

Maj 20/11/20 - [www.soutien-etudiant.info](http://www.soutien-etudiant.info)

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

<b>BAPU de Besançon</b>  Pour tous·tes les étudiant·e·s  Français	<p>Les traitements en cours sont maintenus par entretien téléphonique et le BAPU est en lien avec les étudiant·e·s qui ont consulté au moins une fois avec eux.</p> <p>Si vous contactez le BAPU pour la première fois pour une écoute psychologique, appelez le secrétariat de 9h à 11h30 et de 13h30 à 16h30 pour laisser vos coordonnées et vous allez être rappelé·e·s.</p>	<p>03 81 81 19 67</p> <p><a href="mailto:cmpp.bapu.besancon@wanadoo.fr">cmpp.bapu.besancon@wanadoo.fr</a></p>
<b>Apsytube</b>  Pour tous·tes les étudiant·e·s  Français, anglais et espagnol	<p>Les Happsy Hours (rendez-vous sur les lieux en présentiel, maintenant transformés en vidéo consultations) et la Happsy Line (consultations psychologiques par vidéo) sont maintenues.</p>	<p>06 27 86 91 83</p> <p>Email : <a href="mailto:rdv.apsytude@gmail.com">rdv.apsytude@gmail.com</a></p> <p>Formulaire : <a href="http://www.apsytude.com/fr/rdv-hl/">http://www.apsytude.com/fr/rdv-hl/</a></p> <p>Site : <a href="http://www.apsytude.com/">http://www.apsytude.com/</a></p>
<b>Unité de soutien psychologique en Saône-et-Loire</b>  Tout public	<p>Les opératrices et les opérateurs seront présents pour répondre aux questions et aiguiller vers les bons interlocuteurs en fonction des demandes et des interrogations. 7 jours / 7, de 8h à 18h.</p>	<p>0 800 071 000</p>
<b>Centre Pierre Janet de l'Université de Lorraine</b>  Tous·tes les étudiant·e·s de France	<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>
<p><b>SOS amitié</b></p> <p>Pour tout public</p>	<p>Service d'appel et d'écoute par des bénévoles, disponible 24h/24 - 7 jours/7.</p> <p>Chat en ligne disponible du lundi au dimanche de 13h à 3h du matin.</p>	<p><b>03 81 52 17 17</b></p> <p>Chat : <a href="https://www.sos-amitie.com/web/internet/chat">https://www.sos-amitie.com/web/internet/chat</a></p>
<p><b>La Porte ouverte Besançon</b></p> <p>Pour tout public</p>	<p>Service d'appel anonyme par des bénévoles.</p> <p>Ouvert du lundi, jeudi et samedi de 15h00 à 18h00.</p>	<p><b>03 81 81 03 04</b></p>
<p><b>Centre d'Information et Consultation sur la Sexualité</b></p> <p>Pour tout public</p>	<p>Consultations téléphoniques avec un psychologue.</p> <p>Ouvert le jeudi de 9h à 17h. Certains vendredis de 13h à 17h.</p>	<p>Sur rendez-vous en appelant le CICS au <b>03 81 83 34 73.</b></p>

# Services spécifiques pour certains étudiant·e·s

Selon votre établissement ou si vous êtes étudiant·e·s en santé.

## **SUMPPS de l'Université Franche-Comté**

Pour tous·tes les étudiant·e·s de l'université de Franche-Comté

À Besançon : permanences téléphoniques du lundi au vendredi de 10 à 16h sans interruption, avec personnel en présentiel de 10 à 12h et 14 à 16h et possibilité d'entretiens téléphoniques sur rendez-vous, avec chaque professionnel de santé (infirmières, médecins, psychologues, diététicienne).

À Belfort et Montbéliard : permanences téléphoniques du lundi au vendredi de 10 à 12h et 14 à 16h avec possibilité d'entretiens téléphoniques avec chaque professionnel de santé (infirmière, médecin, diététicienne).

Besançon :  
[sumpps@univ-fcomte.fr](mailto:sumpps@univ-fcomte.fr)

Belfort et Montbéliard :  
[sumpps-belfort@univ-fcomte.fr](mailto:sumpps-belfort@univ-fcomte.fr)

et  
[sumpps-montbeliard@univ-fcomte.fr](mailto:sumpps-montbeliard@univ-fcomte.fr)

## **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](#)

### **CMP**

Tout public, avec une plateforme spécifique pour les soignants

La soixantaine de volontaires de la Cellule médico-psychologique (CUMP) ont formé une cellule composée de psychiatres, psychologues, infirmiers en psychiatrie, des centres hospitaliers de Besançon, Pontarlier ou Novillars, ou des personnels libéraux.

Ouvert 7 jours/7, de 8h30 à 18h.

**03 81 66 88 22**

	<p>Des consultations téléphoniques avec des psychologues sont proposées aux patients isolés Covid-19. Les familles qui en font la demande bénéficient également de consultations psychologiques par téléphone.</p> <p><u>Soutien auprès des équipes soignantes :</u> dans les services qui accueillent des malades du Covid-19, les psychologues sont présents auprès des équipes lors des relèves et via des temps de parole. Une permanence téléphonique interne dédiée à l'ensemble des personnels est en place.</p>	
<p><b>CMP Montarmots</b></p> <p><b>Adultes de 18 - 65 ans</b></p> <p><b>Nord de Besançon (Palente, Montrapon, les Orchamps, Saint-Claude, la Bouloie, Battant et Tilleroyes)</b></p> <p>Français, anglais, portugais et possibilité de faire appel à des interprètes.</p>	<p>Ouvert de 9h à 17h lundi au vendredi Attention aux délais d'attente pour les suivis psychologiques. Possibilité de suivi par un-e psychiatre. Consultation téléphonique ou en présentiel.</p> <p>Le CMP possède un autre local vers Baume-les-Dames (secteur : Cantons de Baume les Dames, Rougemont Clerval et Roulans Nord).</p>	<p><b>Pour prendre rendez vous : 03 81 25 43 34</b></p>