



Alcéane

Fiche info locataires Contacts utiles

En cette période particulière, plusieurs lignes d'écoute téléphonique et services sont mis en place :

LIGNES D'ÉCOUTE TÉLÉPHONIQUE

- **Solitud'écoute : 0 800 47 47 88**
<https://www.petitsfreresdespauvres.fr>
Ligne d'écoute téléphonique gratuite et anonyme des Petits Frères des Pauvres pour les personnes de plus de 50 ans souffrant d'isolement et de solitude.
De 15h à 20h, 7j/7 y compris les week-ends et jours fériés.
- **Croix-Rouge écoute :**
0 800 858 858 / 09 70 28 30 00
<https://www.croix-rouge.fr> (n° non surtaxé)
Pour toute personnes ressentant le besoin de parler, quel que soit son âge ou sa situation.
De 10h à 22h en semaine, de 12h à 18h le week-end.
- **Terra Psy : 0 808 383 922**
<http://www.terrapsy.org>
Plateforme d'écoute et d'accompagnement psychologique pour parler de vos difficultés et de vos inquiétudes liées au coronavirus. Consultation gratuite en français, anglais et arabe, de 9h à 12h30 et de 13h à 17h du lundi au vendredi.
- **Grandir ensemble : Tous mobilisés**
0 800 035 800
<https://www.grandir-ensemble.com>
Sous l'égide du Secrétariat d'État aux Personnes Handicapées, plateforme d'écoute pour les familles ayant un enfant porteur de handicap. De 9h à 12h et de 14h à 17h du lundi au vendredi.
- **UNAFAM : 01 42 63 03 03**
<https://www.unafam.org>
Écoute anonyme et gratuite pour les personnes atteintes de troubles psy et leurs familles ou amis, assurée par des psychologues cliniciens formés à la psychopathologies et à l'écoute clinique au téléphone.
De 9h à 13h et de 14h à 18h du lundi au jeudi, de 9h à 13h et de 14h à 17h le vendredi.
- **Autisme Info Service : 0 800 71 40 40**
<https://www.autismeinfoservice.fr>
Plateforme d'écoute lancée par le Gouvernement et renforcée pendant la période de crise sanitaire.
De 9h à 13h du lundi au vendredi, de 9h à 13h et de 18h à 20h le mardi.
- **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.

SERVICES

- **Portage de repas / livraison de courses**
Le Havre : 02 35 19 48 70 / ccas@lehavre.fr
Le service de portage des repas à domicile par la ville du Havre et le CCAS (Centre Communal d'Action Sociale) est complet mais le CCAS peut relayer certains besoins spécifiques sur le site Ensembl'.fr (courses, promener le chien, aller à la pharmacie...). Le CCAS met en relation la personne âgée avec le bénévole
- **Portage de repas à Harfleur :**
02 35 13 30 00 / 02 35 13 30 80
Service de portage de repas à domicile pour les plus de 70 ans sans certificat médical. Pour les modalités et les tarifs, se rapprocher du CCAS d'Harfleur.
- **Livreur solidaire de la Croix-Rouge :**
09 70 28 30 00 (n° non surtaxé)
Dispositif de livraison à domicile pour les produits de première nécessité : denrées alimentaires, produits d'hygiène et médicaments sur ordonnance.
Ces produits restent à votre charge, ils vous seront livrés par les bénévoles de la Croix-Rouge française.
Joignable de 8h à 20h, 7j/7.

**Tous mobilisés, restons vigilants
et solidaires**