



## Où trouver des informations sur la santé psychique et le coronavirus ?

### Une sélection d'offres

État : 16 décembre 2020

Ici, nous nous limitons surtout aux offres de soutien disponibles au niveau **national et dans les différentes régions linguistiques** et qui traitent directement de la santé psychique. Les cantons proposent de nombreuses **offres** (d'information) supplémentaires, par exemple sur les sites de la campagne suivantes :

[www.comment-vas-tu.ch/](http://www.comment-vas-tu.ch/)  
[www.santepsy.ch/fr/](http://www.santepsy.ch/fr/)  
[www.salutepsi.ch](http://www.salutepsi.ch)

En outre, il existe de nombreuses offres qui ne sont pas mentionnées ici de manière exhaustive, dans d'autres domaines thématiques en lien avec la santé psychique.

Santé psychique sur les sites de l'OFSP :

[www.bag.admin.ch/sante-psychique](http://www.bag.admin.ch/sante-psychique)

---

Aide disponible sur la page de la campagne de l'OFSP :

[ofsp-coronavirus.ch/aide/](http://ofsp-coronavirus.ch/aide/)

Réseau Santé Psychique Suisse :

[www.npg-rsp.ch/fr/home.html](http://www.npg-rsp.ch/fr/home.html)

Conseils et offres pour renforcer la santé mentale en période de coronavirus :

[www.dureschnufe.ch](http://www.dureschnufe.ch)

La campagne lancée pour le compte de Promotion Santé Suisse :

[www.comment-vas-tu.ch/](http://www.comment-vas-tu.ch/) en Suisse alémanique et de Pro Mente Sana,  
[www.santepsy.ch/fr/](http://www.santepsy.ch/fr/) en Suisse romande,  
[www.salutepsi.ch](http://www.salutepsi.ch) au Tessin

Infoline en Tessin:

[www4.ti.ch/dss/dsp/covid19/home](http://www4.ti.ch/dss/dsp/covid19/home)

Hotline cantonale 0800 144 144

---

Dix pas pour la santé psychique pendant la crise sanitaire :

[www.npg-rsp.ch/fileadmin/npg-rsp/Corona/BAG-NPG\\_Poster\\_Corona\\_FR.pdf](http://www.npg-rsp.ch/fileadmin/npg-rsp/Corona/BAG-NPG_Poster_Corona_FR.pdf)

Film muet sur le même sujet : [www.youtube.com/watch?v=W2N38XGsFps&feature=youtu.be](https://www.youtube.com/watch?v=W2N38XGsFps&feature=youtu.be)

La Main Tendue : [www.143.ch](http://www.143.ch)

inCLOUsiv – die Austauschplattform rund um Themen der psychischen Gesundheit (en allemand):

[www.inclousiv.ch](http://www.inclousiv.ch)

Parler des idées suicidaires :

[www.parler-peut-sauver.ch/](http://www.parler-peut-sauver.ch/)

Aumôneries des hôpitaux et des cliniques – E-mail d'aumôneries de confiance (en allemand) :  
[www.seelsorge.net/de/e-mail-seelsorge/](http://www.seelsorge.net/de/e-mail-seelsorge/)

---

Conseils psychosociaux pour les personnes souffrant de troubles psychiques et leurs proches :  
[www.promentesana.org/](http://www.promentesana.org/)

NAP *Netzwerk Angehörigenarbeit, Psychiatrie* Centres de conseil pour les proches aidants  
(en allemand) :  
[www.angehoerige.ch/angebote-fuer-angehoerige/angehoerigenberatung](http://www.angehoerige.ch/angebote-fuer-angehoerige/angehoerigenberatung)

VASK Suisse, situation des proches des personnes souffrant de maladies psychiques :  
[www.vask.ch/fr/Home](http://www.vask.ch/fr/Home)

Psychologues psychothérapeutes :  
[www.psychologie.ch/fr](http://www.psychologie.ch/fr)

Psychothérapeutes médicaux :  
[www.psychiatrie.ch/fr/](http://www.psychiatrie.ch/fr/)

---

Personnes âgées :  
[www.prosenectute.ch/fr.html](http://www.prosenectute.ch/fr.html)  
[www.be.prosenectute.ch/fr/vieillir\\_en\\_forme.html](http://www.be.prosenectute.ch/fr/vieillir_en_forme.html)  
[www.ssr-csa.ch/fr/home/](http://www.ssr-csa.ch/fr/home/)

Alzheimer :  
[www.alzheimer-schweiz.ch/fr/page-daccueil/](http://www.alzheimer-schweiz.ch/fr/page-daccueil/)  
Tél. : 058 058 80 00

Palliative-Care-Hotline pour les personnes en fin de vie à la maison (dans le canton de Zurich)  
(en allemand) :  
[www.pallnetz.ch/seelsorge-hotline.htm](http://www.pallnetz.ch/seelsorge-hotline.htm)

Enfants et adolescents :  
[www.feel-ok.ch](http://www.feel-ok.ch)  
[www.ciao.ch/](http://www.ciao.ch/), [www.tschau.ch](http://www.tschau.ch)  
[www.projuventute.ch/](http://www.projuventute.ch/), [www.147.ch/fr/](http://www.147.ch/fr/)  
[www.kinderseele.ch](http://www.kinderseele.ch)

Parents :  
[www.elternnotruf.ch](http://www.elternnotruf.ch)  
[www.projuventute.ch](http://www.projuventute.ch)

Placement de parrains volontaires pour les parents souffrant de problèmes mentaux (en allemand) :  
[www.ponto.ch](http://www.ponto.ch)

Population migrante :  
[www.migesplus.ch/fr/sujets/nouveau-coronavirus-covid-19](http://www.migesplus.ch/fr/sujets/nouveau-coronavirus-covid-19)

EPER ENTRAIDE PROTESTANTE SUISSE :

Prestation pour personnes migrantes de plus de 50+ ans :

[www.eper.ch/nos-prestations/prestation-pour-personnes-migrantes-de-plus-de-50-ans-et-qui-resident-en-suisse](http://www.eper.ch/nos-prestations/prestation-pour-personnes-migrantes-de-plus-de-50-ans-et-qui-resident-en-suisse)

Permanences volantes pour améliorer les conditions de vie des personnes migrantes précarisées :

[www.eper.ch/project-explorer/permanences-volantes](http://www.eper.ch/project-explorer/permanences-volantes)

Téléphone de contact de l'EPER "Conversations contre la solitude" (disponible en allemand et en italien) :

[www.heks.ch/was-wir-tun/heks-kontakttelefon](http://www.heks.ch/was-wir-tun/heks-kontakttelefon)

Personnes défavorisées sur le plan socio-économique :

[www.caritas.ch/fr/trouver-de-laide/aide-pendant-la-crise-du-coronavirus.html](http://www.caritas.ch/fr/trouver-de-laide/aide-pendant-la-crise-du-coronavirus.html)

Entraide :

[www.infoentraidesuisse.ch/shch/fr/aktuell/news/2020.html](http://www.infoentraidesuisse.ch/shch/fr/aktuell/news/2020.html)

Conseils en ligne sur les questions liées aux addictions :

[www.safezone.ch/consultation.html](http://www.safezone.ch/consultation.html)

Addiction Suisse :

Aide et conseil - Numéro gratuit: 0800 105 105

[www.addictionsuisse.ch](http://www.addictionsuisse.ch)

Hotline pour la communauté LGBT+ :

[www.lgbt-helpline.ch/fr/](http://www.lgbt-helpline.ch/fr/)

Tél. 0800 133 133

Aide en cas de violences domestiques :

[www.opferhilfe-schweiz.ch/fr/](http://www.opferhilfe-schweiz.ch/fr/)

Conseil psychologique et accompagnement pour les personnes handicapées et leurs proches :

[www.insieme.ch/fr/insieme/offre/lieux-de-vie/](http://www.insieme.ch/fr/insieme/offre/lieux-de-vie/)

La consultation sociale de Pro Infirmis est le premier point de contact pour les personnes en situation de handicap et leurs proches :

[www.proinfirmis.ch/fr/a-propos/prestations.html](http://www.proinfirmis.ch/fr/a-propos/prestations.html)

En langage simplifié : [www.proinfirmis.ch/fr/langage-simplifie.html](http://www.proinfirmis.ch/fr/langage-simplifie.html)

Réseau de centres de conseil pour les victimes du racisme :

[www.network-racism.ch/fr/accueil.html](http://www.network-racism.ch/fr/accueil.html)

Police, tél. 117

Ambulance, tél. 144

---

Gestion du stress des professionnels de la santé (en allemand) :

[www.recharge-usz.ch](http://www.recharge-usz.ch)

---

upway-App - Aide à retrouver le chemin du retour dans l'environnement social et dans le monde du travail (en allemand) :

[www.vereinupway.ch](http://www.vereinupway.ch)