

DIFFICULTÉS PSYCHOLOGIQUES, À QUI S'ADRESSER ?

1/2

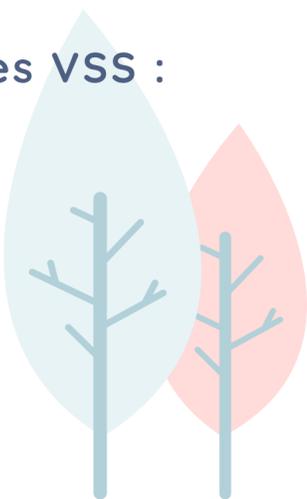


VOUS ÊTES VICTIME OU TÉMOIN DE VIOLENCES SEXISTES ET SEXUELLES, OU DE TOUT AUTRE FAIT DISCRIMINATOIRE ?

- ↳ **Cellule d'écoute interne** de Sciences Po Toulouse, vous pouvez la contacter anonymement ou non :
 - Par mail : ecoute-violences@sciencespo-toulouse.fr
 - Par téléphone : 05 61 11 18 61 (laisser un message vocal)
 - Via le formulaire sur le site de Sciences Po Toulouse/ Onglet cellule écoute violences
- ↳ **Cellule d'écoute externe**, le CIDFF31. Cette association vous propose gratuitement :
 - Une écoute confidentielle
 - Une information juridique
 - Une orientation et un accompagnement appropriés
 - Prise de rdv au 0534312331 (lundi au vendredi, de 9h à 12h et de 13h30 à 17h)
- ↳ **Césame**, centre de ressources en santé mentale pour les personnes LGBTQ+ et leur entourage :
 - Accueil, écoute, ré-orientation
 - Santé sexuelle, bien-être psychologique

VOUS ÉPROUVEZ DES DIFFICULTÉS PSYCHOLOGIQUES ? STRESS, ANXIÉTÉ, MAL-ÊTRE ...

- ↳ **Elise PITON**, psychologue de Sciences Po Toulouse :
 - Rdv gratuits et confidentiels
 - Tel : 06.65.44.27.45
 - Prise de rdv par sms (précisez que vous êtes de l'IEP)
 - Rdv le mardi matin, mercredi matin et jeudi après-midi en salle MA108
- ↳ **Cécylia ABLANA**, psychologue spécialiste du psychotraumatisme et des VSS :
 - Rdv gratuits et confidentiels
 - Mail : cecylia.ablana.psy@gmail.com
 - Prise de rdv par mail
 - Rdv un vendredi après-midi sur deux



DIFFICULTÉS PSYCHOLOGIQUES, À QUI S'ADRESSER ?

2/2



SCIENCES PO
TOULOUSE

VOUS RENCONTREZ DES DIFFICULTÉS IMPACTANT VOS
ÉTUDES, VOTRE TRAVAIL OU VOTRE VIE D'ÉTUDIANT·E ?

- ↳ Directeur des études : **Adrien PENERANDA**
direction.etudes@sciencespo-toulouse.fr
- ↳ Responsable d'étude 1A et 2A : **Stéphanie BURGAUD**
stephanie.burgaud@sciencespo-toulouse.fr
- ↳ Responsable d'étude 4A et 5A : **Gildas TANGUY**
gildas.tanguy@sciencespo-toulouse.fr
- ↳ Direction aux égalités et à la qualité de vie
direction.egalités@sciencespo-toulouse.fr
- ↳ Vie étudiante & Egalités : **Clara HEBERT**
vieetudiante@sciencespo-toulouse.fr

VOUS CHERCHEZ UNE ÉCOUTE À DISTANCE ?

Nightline France propose une ligne d'écoute nocturne gratuite par et pour les étudiant·es + une aide dans les recherches d'un soutien psy gratuit à Toulouse. Plus d'infos sur leur site.

VOUS OU UN·E PROCHE AVEZ DES IDÉES SUICIDAIRES ?

Appelez le numéro national de prévention du suicide, **3114**, anonyme et gratuit, 24h/24

