

## Vous cherchez comment aider ou soutenir un adolescent ?

Voici des lieux et des coordonnées pour aider les adolescents et leur famille en Haute-Garonne :

- [La Maison Départementale des Adolescents \(MDA\)](#)

**Elle accueille les jeunes de 11 à 21 ans et leur famille.**

16, rue Riquet, 31000 TOULOUSE tel 05 34 43 37 64

Elle propose :

- Des rencontres individuelles et familiales
- Des ateliers en groupe pour les adolescents (programme rentrée en cours d'élaboration).

Parmi les sujets abordés : l'alimentation et ses dérives, l'image de soi, les addictions, la gestion du sommeil ou du stress, les relations amoureuses... Un temps d'échange pour les parents en situation de séparation parentale et parents d'adolescent.(e)s **dates : samedi 9 oct. et samedi 4 déc.** Pour y participer, n'hésitez pas à les contacter par téléphone au 05 34 46 37 64 ou par messagerie à l'adresse suivante : [maisondesadolescents31@cd31.fr](mailto:maisondesadolescents31@cd31.fr)

**Un numéro gratuit pour les jeunes** pour les questions sur la santé, le mal-être : le **0800 235 236** : <https://www.filsantejeunes.com/>

- [L'école des parents](#)

Pour les ados : Service Espace Écoute Jeunes Consultations psychologiques gratuites (si démarche du jeune) Sur rendez-vous -Tél : 05-62-26-78-79 **18 avenue des Mazades - 31200 TOULOUSE** 05 61 52 22 52 Mail : [ecoledesparentstoulouse@gmail.com](mailto:ecoledesparentstoulouse@gmail.com)

- **Le dispositif de soutien psychologique d'urgence « *PsyEnfantAdo* »**

Lancé début juin, il s'adresse aux enfants et adolescents de 3 à 17 ans inclus en souffrance psychologique légère à modérée. Il prévoit la prise en charge à 100 % de 10 séances maximum avec un psychologue. Après avoir consulté le médecin, vous pouvez prendre rendez-vous avec l'un des psychologues partenaires du dispositif, dont vous pouvez consulter la liste sur [psyenfantado.sante.gouv.fr](https://psyenfantado.sante.gouv.fr) . Le médecin pourra orienter les enfants et adolescents vers un psychologue du dispositif jusqu'au 31 octobre 2021 (date indiquée sur l'ordonnance). Toutefois, les séances pourront être réalisées jusqu'au 31 janvier 2022.

**Le service social reste à votre écoute pour vos questions. N'hésitez pas à prendre contact pour un entretien à la délégation ou sur votre site de travail.** Le service social est à la disposition des agents en toute confidentialité, pour faire le point, trouver une information, des solutions aux changements ou aux difficultés dans la sphère personnelle, familiale, professionnelle.