

ACTIVITÉS PHYSIQUES

SIDA

VIE

VACCIN

DROGUES

SÉCURITÉ
VIOLENCE

GUIDE

TA SANTÉ

2016 2017

CHARENTE

SOINS
TABAC

HÉPATITES
ALIMENTATION

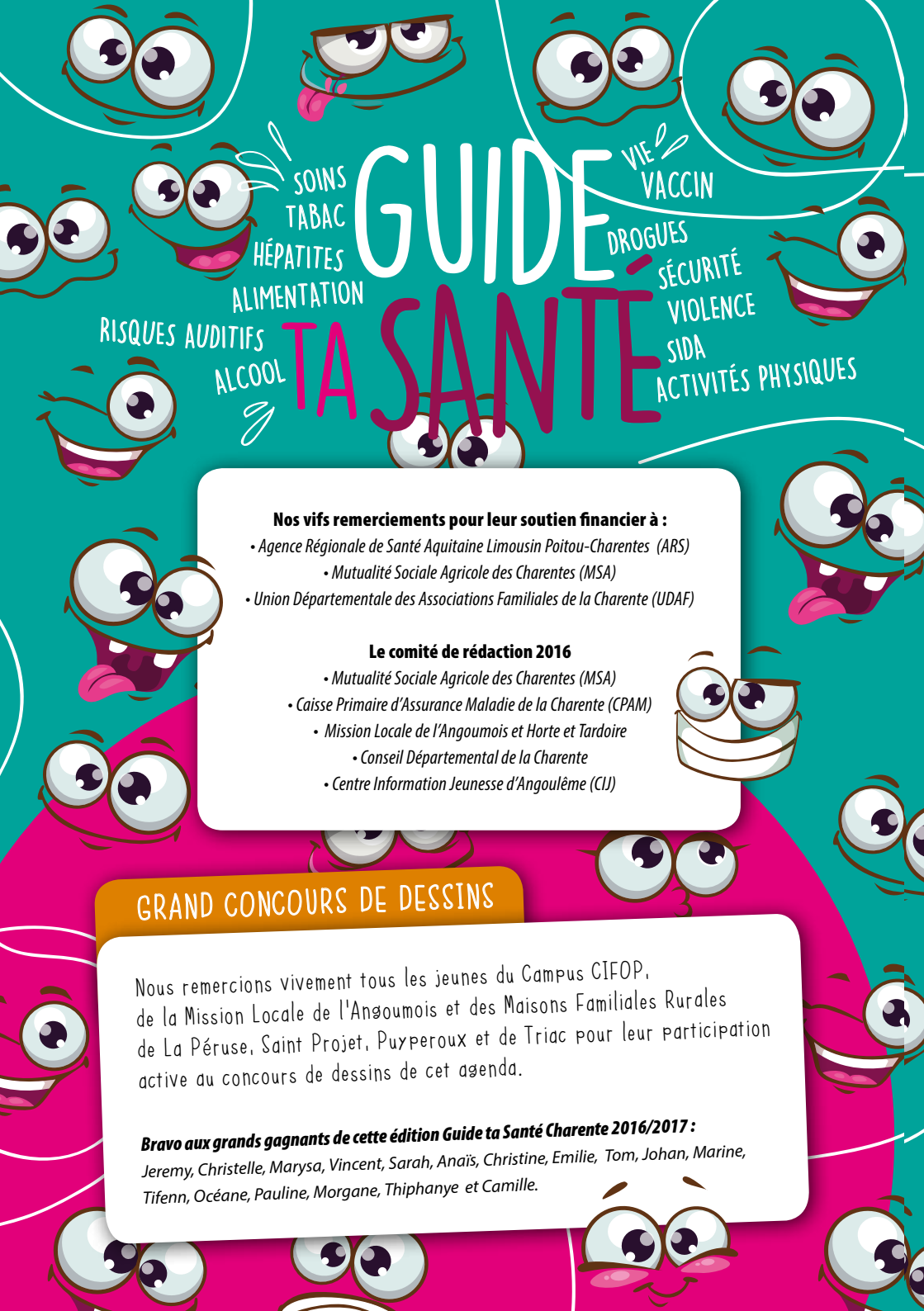
ALCOOL

RISQUES AUDITIFS

Information
Jeunesse



Angoulême



GUIDE TA SANTÉ

SOINS
TABAC
HÉPATITES
ALIMENTATION
RISQUES AUDITIFS
ALCOOL

VIE
VACCIN
DROGUES
SÉCURITÉ
VIOLENCE
SIDA
ACTIVITÉS PHYSIQUES

Nos vifs remerciements pour leur soutien financier à :

- Agence Régionale de Santé Aquitaine Limousine Poitou-Charentes (ARS)
- Mutualité Sociale Agricole Charentes (MSA)
- Union Départementale des Associations Familiales de la Charente (UDAF)

Le comité de rédaction 2016

- Mutualité Sociale Agricole des Charentes (MSA)
- Caisse Primaire d'Assurance Maladie de la Charente (CPAM)
- Mission Locale de l'Angoumois et Horte et Tardoire
 - Conseil Départemental de la Charente
 - Centre Information Jeunesse d'Angoulême (CIJ)

GRAND CONCOURS DE DESSINS

Nous remercions vivement tous les jeunes du Campus CIFOP, de la Mission Locale de l'Angoumois et des Maisons Familiales Rurales de La Péruse, Saint Projet, Puyperoux et de Triac pour leur participation active au concours de dessins de cet agenda.

Bravo aux grands gagnants de cette édition Guide ta Santé Charente 2016/2017 :

Jeremy, Christelle, Marysa, Vincent, Sarah, Anaïs, Christine, Emilie, Tom, Johan, Marine, Tifenn, Océane, Pauline, Morgane, Thiphanye et Camille.

édito

Vous avez entre
16 et 25 ans ?
Ce guide a été
spécialement conçu
pour vous !

*Nous espérons qu'il
sera capable de vous
accompagner au quotidien,
de vous permettre d'être
acteur de votre santé, en
mettant à votre disposition
toutes les ressources utiles
à vos démarches de soins et
de prévention.*

*À l'occasion de ses 20 ans l'Agenda
Santé devient « Guide Ta Santé ».
Cette action est pilotée par le Centre
Information Jeunesse d'Angoulême
dans le cadre du Contrat Local de Santé
de la Ville d'Angoulême.*



KI FAIT KOI ET OU ?

Accès gratuit aux droits et aux soins	2
Accompagnement social / solidarité / aide alimentaire	4
Addictions : alcool, tabac, drogues illicites, cyberdépendance, jeux, etc.....	11
• Associations d'anciens buveurs.....	14
• Consultations d'aide à l'arrêt du tabac.....	15
Bilan de santé gratuit.....	18
Contraception.....	18
Couverture maladie et complémentaires.....	20
Handicap.....	23
Information / orientation / prévention.....	24
Logement temporaire.....	27
Mal être.....	28
Manger/bouger.....	30
• Activités physiques et sportives.....	30
• Equilibre/troubles alimentaires.....	30
Petite enfance.....	31
Prestations sociales et familiales.....	31
Sécurité routière.....	34
Sida - IST - Hépatites.....	34
Vaccinations.....	36
Violence / Maltraitance.....	37

Directrice de Publication : Françoise Labussière
Responsable éditoriale : Anne Desthomas
Conception et réalisation : Suruneligne

Crédits photos : Shutterstock et ses concédants
Dépôt légal en cours : septembre 2016 - Copyright 2016/2017

KI FAIT KOI ET OÙ ?

M'T
dents

POURQUOI ATTENDRE
D'AVOIR MAL...
pour aller chez le dentiste ?

M'T dents, comment en profiter ?

**6, 9, 12, 15 ou 18 ans sont les âges
les plus exposés aux caries...**

Si vous ou vos enfants êtes concernés, vous recevrez chez vous un courrier d'invitation de l'Assurance Maladie pour un rendez-vous de prévention dentaire.

C'est simple ! Prenez rapidement rendez-vous chez le chirurgien-dentiste de votre choix. Le jour du rendez-vous, n'oubliez pas de vous munir de votre carte Vitale et du bon de prise en charge joint au courrier, pour bénéficier de la gratuité de l'examen bucco-dentaire.

C'est gratuit ! Le rendez-vous de prévention est gratuit, intégralement pris en charge par l'Assurance Maladie et sans avoir à faire l'avance des frais.

ACCES GRATUIT AUX DROITS ET AUX SOINS

MEDECINS DU MONDE

169 rue Saint Roch
16000 ANGOULEME
Tél. 05 45 65 11 82
Portable. 06 71 31 96 66
Email. bes.angouleme@medecinsdumonde.net
Site Web. www.medecinsdumonde.org

ACTIVITES

**Accueil / Ecoute / Information en santé /
Soins / Prévention / Orientation /
Accompagnement**

Permanences médico-sociales : tous les lundis
(sauf le 1^{er} du mois) de 17h à 20h au centre
Madeleine Delbrel à Soyaux et le 2^{ème} et 4^{ème}
mercredi du mois à l'Eclaircie de 14h30 à 16h30.

Tournée de rue le mardi après-midi en
partenariat avec Oméga de 15h à 17h dans
les rues piétonnes d'Angoulême.

Maraudes le vendredi en hiver et le jeudi
en été de 20h à minuit (en partenariat
avec Oméga).

Intervention (infirmière ou médecin)
auprès des gens du voyage une fois par semaine,
en partenariat avec le centre social des Alliers.

SECURITE SOCIALE
 **l'Assurance
Maladie**
CHARENTE

**PERMANENCES D'ACCES
AUX SOINS DE SANTE (PASS)**

*Accueil, information
et orientation.*

*Accompagnement à l'accès
aux droits sociaux.*

*Prise en charge globale médico-
sociale des personnes en situation
de précarité avec des difficultés
d'accès aux soins.*

Gratuit.

→ **CHARENTE LIMOUSINE**

**PERMANENCE D'ACCES
AUX SOINS DE SANTE**

CHARENTE LIMOUSINE - PASS

Centre hospitalier - Cellule PASS

Rue du docteur Perrot,
BP 50083 - 16500 CONFOLENS
Tél. 05 45 84 40 37

Email. ascellulepass@ch-confolens.fr

Du lundi au vendredi de 9h à 17h.

→ **SUD CHARENTE**

**PERMANENCE D'ACCES AUX
SOINS DE SANTE DES HOPITAUX
SUD CHARENTE - PASS**

Centre Hospitalier du Sud Charente,
Route de Saint Bonnet - BP 50031
16300 BARBEZIEUX SAINT HILAIRE
Tél. 05 45 79 45 49

Email. pass.social@ch-sud-charente.fr

Tous les jours de 9h à 16h30.

Permanences :

- **Restos du cœur de Barbezieux,**
le jeudi de 14h à 16h.
- **Restos du cœur de Chalais,**
le jeudi de 14h à 16h.
- **La Croix Rouge de Barbezieux,**
*le mercredi des
semaines paires
de 14h à 16h.*



→ **OUEST CHARENTE**

**PERMANENCE D'ACCES
AUX SOINS DE SANTE
OUEST CHARENTE - PASS**

Centre hospitalier Intercommunal
du Pays de Cognac, 65 av d'Angoulême
CS 50264 CHATEAUBERNARD
16112 COGNAC CEDEX
Tél. 05 45 80 13 08
Portable. 06 80 45 20 66
Email. pass@ch-cognac.fr

*Le local est situé au rez de chaussée,
au niveau des urgences.*

Du lundi au vendredi de 8h30 à 16h30.

Les permanences extérieures :

- *Le jeudi après-midi à la halte de
jour Le Puzzle.*
- *Le 1^{er} mardi du mois le matin
à l'ASERC « Club Prev ».*
- *Le 3^{ème} vendredi du mois au CAARUD.*

→ **RUFFECOIS**

**PERMANENCE D'ACCES AUX
SOINS DE SANTE - EMAPASS**

Centre hospitalier de secteur
16700 RUFFEC
Tél. 05 45 29 54 93
Email. emapass@ch-ruffec.fr

Gratuit et sur rendez-vous.

→ **GRAND ANGOULEME**

**PERMANENCES D'ACCES
AUX SOINS DE SANTE
GRAND ANGOULEME - PASS**

Centre hospitalier de Girac
Rond-point de Girac
CS 55015 Saint Michel
Près du Hall Nord, secteur W
près du porche du Service de
gynécologie
16659 ANGOULEME CEDEX 9
Tél. 05 45 24 41 79

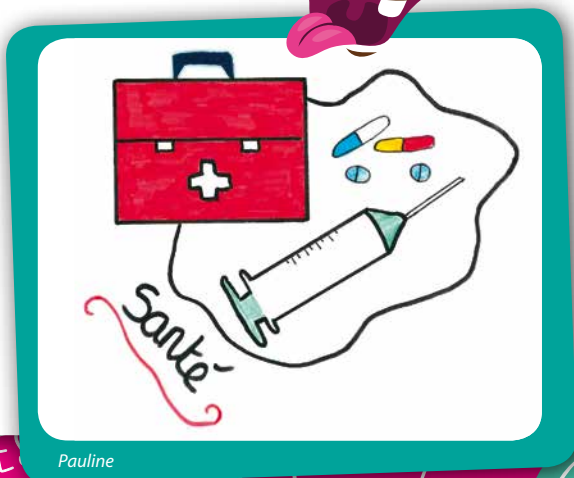
Email. elsa-pass@ch-angouleme.fr

Site Web. www.ch-angouleme.fr

Permanences : *du lundi au
vendredi de 9h à 12h et de 13h à 17h.*

Permanences extérieures :

- **Au CHRS Eclaircie** - 126 rue de
Basseau - 2^{ème} et 4^{ème} mercredi de
chaque mois de 14h15 à 15h15.
- **Au CAARUD**, 10 rue des Boissières,
le lundi et mercredi de 18h à 20h
et le vendredi de 14h à 17h.



Pauline

HÉPATITES ACTIVITÉ
ALCOOL ALIMENTATION
DROGUES
VACCIN

ACCOMPAGNEMENT SOCIAL / SOLIDARITE / AIDE ALIMENTAIRE

CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE (CCAS)

Accueil et instruction des demandes d'aides facultatives (prêts ou avances remboursables, secours d'urgence, aides multiples) et d'aides légales (domiciliation, regroupement familial, aide sociale, etc.) Toutes les communes ont un CCAS. Pour connaître les services proposés dans votre commune, adressez-vous à votre mairie.
Tout public.

→ **CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE - CCAS**

1, rue Jean Jaurès, CS 62503
16025 ANGOULEME CEDEX
Tél. 05 45 97 40 00
Email. ccasangouleme@mairie-angouleme.fr

ACTIVITES

Le CCAS est organisé autour de trois pôles :

- **Le pôle accompagnement social** et insertion des adultes de plus de 21 ans sans enfant à charge de moins de 21 ans (instruction des demandes de RSA, secours d'urgence).
- **Le pôle enfance, famille et parentalité :** Centre d'Hébergement et de Réinsertion Sociale, médiation familiale, espace rencontre, accueil de personnes victimes de violences conjugales, accueil de jour, résidence

sociale pour les jeunes de 16 à 30 ans, le Programme de Réussite Educative).

- **Le pôle Séniors/ Handicap** pour les personnes âgées de plus de 60 ans : accompagnement social, portage des repas à domicile, foyer résidence, télé assistance...

Accueil du public de 9h à 12h et de 13h à 17h.

→ **CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE - CCAS**

Hôtel de Ville de Cognac
121 bd Denfer-Rochereau
16100 COGNAC
Tél. 05 45 82 27 55
Email. ccas@ville-cognac.fr

ACTIVITES

Service public d'action sociale locale de solidarité et de proximité, en direction de l'ensemble des habitants de Cognac.

Ses prestations d'action sociale :

- Aide sociale légale (obligations alimentaires...).
- Aide sociale facultative (Fonds d'Aide Sociale, CCAS...).
- Ecoute accompagnement et orientation psychologique.
- Programme de la réussite éducative (Coup de Pouce Clé et aides auprès des enfants issus de familles du quartier prioritaire du Contrat de Ville de Cognac).
- Atelier Santé Ville (atelier cuisine Les Marmitons, bilans de santé gratuit, la fraîche attitude...).

- Election de domicile.
- Portage de repas à domicile.
- Micro crédit universel.

Travail Social : Service des Aides et des Interventions Sociales (S.A. I.S.) (Public isolé et couples sans enfant, résidant à Cognac).

- Accompagnement social RSA.
- Accompagnement social personnes isolées ou couples sans enfant résidant sur Cognac.
- Accompagnement MASP1.
- Accès au droit CMU, CMU-C et AME.

Accueil du public du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h30 (vendredi 16h30).

→ **CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE - CCAS**

14 bd Léon Blum
16800 SOYAUX
Tél. 05 45 97 83 50
Email. ccas@mairie-soyaux.fr

ACTIVITES

Accueil du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h à 17h.
Mercredi matin de 9h à 12h30.
Fermeture au public le mercredi après-midi.

ALCOOL ALIMENTATION VACCIN
SIDA SÉCURITÉ SANTÉ TABAC
SOINS
VIOLENCE

MAISONS DEPARTEMENTALES DES SOLIDARITES (MDS)

Préparation à la naissance et à l'accueil de l'enfant (consultations gratuites, préparation à l'accouchement, conseils et visites à domicile, vaccinations gratuites, groupes d'éveil).

Protection de l'enfance et soutien à la parentalité (soutien matériel et éducatif aux parents).

Soutien matériel et éducatif aux jeunes majeurs (18-21 ans).

Insertion socio-professionnelle et lutte contre les exclusions (accès au RSA et aux différents droits, logement et énergie, conseil et accompagnement budgétaire, lutte contre les violences conjugales, accès à la culture, aux sports et aux loisirs).

Accueil du public du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h.

Pour les personnes habitant sur le territoire de chaque Maison Départementale des Solidarités.

Site web. www.cg16.fr

→ MDS D'ANGOULEME CENTRE SOYAUX

4 rue Maurice Ravel
16800 SOYAUX
Tél. 05 16 09 51 10

→ MDS D'ANGOULEME CENTRE SOYAUX

**ANTENNE VICTOR HUGO/
CENTRE VILLE**
8 rue Nesmond
16000 ANGOULEME
Tél. 05 16 09 51 11

→ MDS D'ANGOULEME NORD GOND PANTOUVRE

42 bis rue Jean Jaurès
16160 GOND PANTOUVRE
Tél. 05 16 09 51 30

→ MDS D'ANGOULEME NORD GOND PANTOUVRE ANTENNE DE RUELLE CENTRE

13 av. Jean Jaurès
16600 RUELLE SUR TOUVRE
Tél. 05 16 09 51 31

→ MDS D'ANGOULEME NORD GOND PANTOUVRE ANTENNE DE RUELLE VILLEMENT

133 rue Frantz Schubert
Bât B2
16600 RUELLE VILLEMENT
Tél. 05 16 09 51 32

→ MDS D'ANGOULEME SUD LA COURONNE

10 bis rue Pierre Aumâtre
Les Garennes
16000 ANGOULEME
Tél. 05 16 09 51 16

→ MDS D'ANGOULEME SUD LA COURONNE ANTENNE DE MA CAMPAGNE

15 bd Jean Moulin
16000 ANGOULEME
Tél. 05 16 09 51 15

→ MDS D'ANGOULEME SUD LA COURONNE

1 rue de la gendarmerie
16400 LA COURONNE
Tél. 05 16 09 51 17

→ MDS DU SUD-CHARENTE 3 C route de la Cigogne 16300 BARBEZIEUX SAINT HILAIRE Tél. 05 16 09 51 20

→ MDS SUD CHARENTE ANTENNE DE CHALAIS «Les Vergnons» Chemin des Prés 16210 CHALAIS Tél. 05 16 09 51 21

→ MDS DE CHARENTE LIMOUSINE Rue du Docteur André Bernard BP 70 067 - 16500 CONFOLENS Tél. 05 16 09 51 05

→ MDS DE CHARENTE-LIMOUSINE ANTENNE DE CHASSENEUIL Le mas des champs 16260 CHASSENEUIL SUR BONNIEURE Tél. 05 16 09 51 06

→ MDS DU JARNACAIS 72 Grand' Rue - BP 26 16200 JARNAC Tél. 05 16 09 51 35

→ MDS DU JARNACAIS ANTENNE DE ROUILLAC 6 place Thiers - 16170 ROUILLAC Tél. 05 16 09 51 37

→ MDS DU JARNACAIS ANTENNE DE CHÂTEAUNEUF Place de la Chaume à Chauvin 16120 CHATEAUNEUF SUR CHARENTE Tél. 05 16 09 51 36

Christine



→ MDS DU COGNACAIS

Villa François 1^{er}
121, bd Denfert Rochereau
BP 224 - 16100 COGNAC CEDEX
Tél. 05 16 09 51 25

→ MDS DU COGNACAIS ANTENNE AMBROISE PARÉ

43, rue Ambroise Paré
16100 COGNAC
Tél. 05 16 09 51 26

→ MDS D'ORTE ET TARDOIRE

3 bd Bossand - BP 90045
16110 LA ROCHEFOUCAULD
Tél. 05 16 09 51 40

→ MDS D'ORTE ET TARDOIRE ANTENNE DE MONTBRON

33 av du Général de Gaulle
16220 MONTBRON
Tél. 05 16 09 51 41

→ MDS D'ORTE ET TARDOIRE ANTENNE DE DIGNAC

3 place du champ de foire
16410 DIGNAC - Tél. 05 16 09 51 42

→ MDS DU RUFFECOIS

Rue du Docteur Tutard
16700 RUFFEC - Tél. 05 16 09 51 00

→ MDS DU RUFFECOIS ANTENNE DE MANSLE

7 square Jean Bouillon
16230 MANSLE - Tél. 05 16 09 51 01

SERVICE SOCIAL CARSAT

30 bd de Bury
16910 ANGOULEME CEDEX 9
Tél. 05 45 94 36 03
Email. ssocial10@carsat-centreouest.fr

ACTIVITES

Aide et accompagnement dans
les domaines de l'accès aux soins,
le maintien dans l'emploi, des jeunes
fragilisés par la maladie et le handicap.
Assurés par le Régime Général
de l'Assurance Maladie.

ANGOULEME SOLIDARITE

7 ter rue Edouard Escalier
16000 ANGOULEME
Tél. 05 45 38 72 02
Email. secretariat@a-solidarite.fr

ACTIVITES

Accueil, information, orientation.
Bourses aux vêtements, collectes...
Service d'aide financière.
Service CHRS.
Centre d'accueil d'unité de nuit.
Service intermédiation locative.
Service restauration social.
Accueil du lundi au jeudi de 8h30 à 12h et
de 13h30 à 17h00, et le vendredi matin.
Pour les personnes ou les familles
en difficulté financière, en situation
d'exclusion.

BOUTIQUE SOLIDARITE L'ECLAIRCIE

126 rue de Basseau
16000 ANGOULEME
Tél. 05 45 25 08 77
Email. bs.eclaircie@free.fr

ACTIVITES

Accueil de jour.
Accueil, écoute, orientation,
accompagnement social.
Aide aux démarches administratives.
Accès aux droits : hébergement,
logement, minimas sociaux, santé,
formation et emploi, ateliers.

Pour toute personne en difficulté.

Du lundi au vendredi de 8h45 à 12h
et de 14h15 à 17h15 (fermé le mardi
après-midi, le jeudi après-midi sur
inscription pour activité).

Le samedi, le dimanche et jours fériés
de 11h à 16h.

Prestations et services :

- **Alimentaires** : petit déjeuner de 9h à 10h30, goûters les lundis, mercredis et vendredis de 15h à 16h30, collations le samedi, dimanche et jour férié de 12h à 13h30.
- **Hygiène** : douches mises à disposition, machines à laver et sèche-linge sur réservation (participation de 50 cts demandée).
- **Outils de communication** à disposition (photocopieur, fax, informatique...).
- **Consultations médicales gratuites** par Médecins du monde (soins de base, médicaments) le 2^{ème} et le 4^{ème} mercredi après-midis de chaque mois.
- **Consultations psychologiques** tous les jeudis matins.
- **Permanence de la PASS**, le 2^{ème} et 4^{ème} mercredi de chaque mois de 14h15 à 15h15.
- **Permanence Agora**, le 1^{er} mercredi du mois, le matin.
- **Permanence de AIDES**, le 3^{ème} mercredi matin, de chaque mois.

Jeremy

SOLIDAIRE
de votre
mieux
ÊTRE

**CROIX ROUGE FRANCAISE
DELEGATION DEPARTEMENTALE
DE LA CHARENTE**

**Hôpital de Girac
16470 SAINT MICHEL**

Tél. 05 45 25 07 00

Email. dd16@croix-rouge.fr

Site Web. www.croix-rouge.fr

Administration.

**Lundi, mardi, jeudi et vendredi
de 10h à 12h et de 13h30 à 16h.**

➔ **CROIX ROUGE DU GRAND
ANGOULEME**

271 route de Bordeaux

16000 ANGOULEME

Tél. 05 45 92 72 38

Email. dl.gdangouleme@croix-rouge.fr

ACTIVITES

*Alimentaire, vestiaire, vestiboutique,
secourisme, formations - cours de soutien
scolaire, couture, réparation pénale -
point d'hygiène, halte de nuit, maraude.
Ouverture le lundi de 9h à 12h,
du mardi au vendredi de 9h à 12h
et de 14h à 16h.*

*Meubli-boutique : 3 rue de Bel Air,
16000 ANGOULEME - Ouvert du lundi
au vendredi : 14h à 17h et le 2^{ème} samedi
de chaque mois de 14h à 18h.*

➔ **CROIX ROUGE SUD CHARENTE**

• 7 rue Charles Virolleau

16300 **BARBEZIEUX**

Tél. 05 45 78 12 75

Email. ul.sud-charente@croix-rouge.fr

*Distribution alimentaire (une semaine
sur deux), vestiboutique, aides
d'urgence, formations. Ouverture le
mardi et le mercredi de 13h30 à 17h.*

• 51 rue de Barbezieux

16210 **CHALAIS** - Tél. 05 45 98 29 34

*Vestiboutique, aides d'urgence.
Ouverture le vendredi de 14h30
à 17h et le 1^{er} et 3^{ème} lundi du mois
de 10h à 12h.*

• 35 av. d'Aquitaine
16190 **MONTMOREAU**
Tél. 09 75 40 99 28

*Distribution alimentaire, vestiboutique,
aides d'urgence. Ouverture le 2^{ème} et 4^{ème}
jeudi de 14h à 16h30.*

• 58 grand rue
16320 **VILLEBOIS LAVALETTE**
Tél. 05 45 24 58 15

*Distribution alimentaire, vestiboutique
et aides d'urgence. Ouverture le 1^{er} et
3^{ème} jeudi du mois du 14h30 à 17h.*

➔ **CROIX ROUGE OUEST CHARENTE**

• 79, rue Montesquieu

16100 **COGNAC**

Tél. 05 45 36 51 82

Email. ul.ouest-charente@croix-rouge.fr

*Aide alimentaire, aide aux personnes
en difficulté, consultations juridiques
gratuites (sur rendez-vous), poste de
secours, vesti-boutique, formations.
Ouverture le mardi de 14h30 à 17h.*

• Place du 8 mai
16120 **CHATEAUNEUF SUR
CHARENTE**

Tél. 05 45 97 10 01

*Vestiboutique, aides d'urgence,
mamylnaines, club sourire et joie.
Ouverture le 1^{er} et 3^{ème} mardi du mois
de 14h à 17h.*

• Allée du Pré Vigier - ZA de Souillac

16200 **JARNAC**

Tél. 05 45 81 15 83

*Centre de distribution, aides d'urgence,
aide juridique. Ouverture un mardi sur
deux, de 9h à 12h30.*

• Lieu dit Feunat

16170 **ROUILLAC**

Tél. 05 45 21 94 16

*Distribution alimentaire, aides d'urgence,
aide juridique, vesti-boutique. Ouverture
le mercredi de 10h à 12h30.*

➔ **CROIX ROUGE NORD EST CHARENTE**

• Le Cloître

16110 **LA ROCHEFOUCAULD**

Tél. 05 45 70 41 35

Email. ul.nordest-charente@croix-rouge.fr

*Accueil, écoute, vestiboutique, aides
d'urgence, visites et animations
en maison de retraite, à domicile,
secourisme, formation. Ouverture
le mardi et jeudi de 14h30 à 16h30.*

• Rue de l'hôpital
16500 **CONFOLENS**
Tél. 05 45 85 53 47

*Vestiaire, aides d'urgence.
Ouverture le mercredi de 14h à 16h.*

• Rue du Clos du beau,
stade Maury-Lartivière
16270 **ROUMAZIERES**
Tél. 05 45 71 21 09

*Vestiaire, aides d'urgence et
secourisme. Ouverture tous les quinze
jours, le jeudi de 14h à 16h30.*

• 16 rue Bir-Hakeim
16260 **CHASSENEUIL SUR
BONNIEURE** - Tél. 05 45 39 66 87

*Vestiaire. Ouverture le mercredi
et jeudi de 14h à 17h.*

• Vieux Cerier
16350 **CHAMPAGNE MOUTON**
Tél. 06 20 15 30 01

*Vestiaire. Ouverture le mardi de 14h
à 16h30 et le samedi de 9h à 12h.*

• Rue du Parc - BP 25
16150 **CHABANAIS**
Tél. 05 45 89 20 00

*Vestiaire. Ouverture le mercredi de
14h30 à 16h30.*

• 18 rue de l'Hôpital
16700 **RUFFEC**
Tél. 06 74 81 71 45

*Accueil, écoute, vesti-boutique, aides
d'urgence. Ouverture le mercredi et
vendredi de 14h à 17h.*



STOP aux préjugés!

on peut tous être concerné
un jour ou l'autre...

EPICERIES SOCIALES

Participation financière

*demandée : 10% de la
valeur des achats effectués.*

*Toutes personnes sous condition
de ressources et selon le lieu
de résidence (orientation par
un travailleur social).*

→ GRAND ANGOULEME

• COLLECTIF SOLIDARITE MA CAMPAGNE

6 place Hildesheim
16000 ANGOULEME

Tél. 05 45 61 05 80

Email. collectifmacampagne@sfr.fr

Site Web. <https://collectifsolidaritemacampagne.wordpress.com>

Épicerie sociale et boutique «vêtements».

*Le mercredi de 14h à 17h, le jeudi de
9h00 à 12h.*

• EPICERIE SOCIALE LE PETIT MAIRAT

Maison du Temps Libre

Centre Social CAJ

Place Henri Chamarre

La Grand Font - 16000 ANGOULEME

Tél. 05 45 93 22 22

Email. accueil@caj16.fr

Site Web. www.caj-grand-font.org

*Tous les 15 jours (par ordre
alphabétique), le vendredi après-midi.
Le pré-accueil des bénéficiaires se fait
à la Maison du Temps libre, suivant
les heures de passage prédéfinies.*

*Aide alimentaire «Marché du petit
Mairat». Distribution des denrées*

*alimentaires au sous-sol de la maison
de l'enfant, rue des Ardiillers,
à Angoulême, La Grand Font.*

*Cette aide est accordée aux personnes
du quartier Bel Air/Grand Font/Gare/
Victor Hugo et Madeleine.
Ateliers cuisine.*

• EPICERIE SOCIALE

6, rue Charles de Foucauld

Annexe CSCS Basseau

16000 ANGOULEME

Tél. 05 45 91 68 64

Email. cscsbasseau@yahoo.fr

*Le jeudi de 15h à 17h30 et le vendredi
de 10h à 11h30 et de 14h à 16h.*

Ateliers cuisine ponctuels.

• CENTRE SOCIAL CULTUREL ET SPORTIF FOYER LAIQUE D'EDUCATION PERMANENTE - EPICERIE SOCIALE

CSCS FLEP

7 bld Léon Blum

Secteur Famille - 16800 SOYAUX

Tél. 05 45 69 64 15

Email. epicerie-famillescscsflep@orange.fr

Site Web. <http://cscsflep.com>

*Le lundi de 15h à 17h et le mardi
de 9h30 à 12h et de 14h à 16h.*

Ateliers cuisine.

• COLLECTIF EPICERIE SOCIALE

Mairie, Place François Mitterrand

16340 L'ISLE D'ESPAGNAC

Tél. 05 45 38 61 86

Email. epicerie.sociale98@gmail.com

Site Web. www.epiceriesocialesliledespagnac.com

Le jeudi de 14h à 16h30.

• EPICERIE SOCIALE

MJC Centre social, 16 place du

19 mars 1962 - Logis de Chantoiseau

16470 SAINT MICHEL

Tél. 05 45 91 72 49

Email. csmjcsaintmicheldir@free.fr

*Le vendredi de 13h15 à 17h
(toute l'année).*

→ BARBEZIEUX

EPICERIE SOCIALE

3 rampe des mobiles - BP 29

16300 BARBEZIEUX SAINT HILAIRE

Tél. 05 45 78 05 92

Email. familles.cscbarbezieux@orange.fr

Site Web. www.cscbarbezieux.org

Le jeudi de 9h à 11h30.

→ COGNAC

COMITE D'ENTRAIDE EPICERIE SOCIALE

21 rue Bellefonds - 16100 COGNAC

Tél. 05 45 81 01 80

Email. comitedentraideepicerie

sociale@sfr.fr

Le mercredi et le vendredi de 9h à 11h30.

→ LA ROCHEFOUCAULD

EPICERIE SOCIALE

Association Réagir ensemble, 1 bis rue Thibaud - 16110 LA ROCHEFOUCAULD
Tél. 05 45 62 16 16
Email. reagir.ensemble@orange.fr
Le vendredi de 9h15 à 12h et de 14h à 15h.

→ PAYS DU RUFFECOIS

EPICERIE SOCIALE EIDER

Espace Itinérant d'Aide Alimentaire en Pays du Ruffécois
8 place de la MAIRIE - 16460 MOUTON
Tél. 09 50 58 18 06
Email. epicerie.eider@gmail.com
Site Web. <https://sites.google.com/site/epicerieeider/>

Participation financière demandée : 10% à 30% de la valeur des achats effectués.
Aide alimentaire sur les 5 cantons du Pays du Ruffécois.
Ateliers de remobilisation autour des thématiques : silhouette, binette, fourchette, cocotte et minute (couture, vélo, activités sportives, défilé de mode, cuisine, jardin).

SECOURS CATHOLIQUE

Ecoute, orientation.

Accompagnement dans les démarches.

Aides alimentaires et vestimentaires.
Toute personne en difficulté.

→ ANGOULÊME

40 rue du Lieutenant Archambault
16006 ANGOULEME - Tél. 05 45 95 34 70
Email. charente@secours-catholique.org
Le mardi de 14h à 16h et le vendredi de 9h à 11h.
Egalement des antennes à Confolens, Barbezieux, La Rochefoucauld, Segonzac, Ruffec et Mansle.

→ COGNAC

13 rue Millardet - 16100 COGNAC
Tél. 05 45 92 53 73
Cafés causeries le mardi et jeudi de 9h30 à 11h30.
Lieu de rencontre et de discussion.
Boutique solidaire (dépôt de vêtements) : le jeudi de 14h à 16h.

SECOURS POPULAIRE FRANCAIS

3 et 5 rue Souchet
16000 ANGOULEME
Tél. 05 45 95 26 84
Email. spf16@wanadoo.fr
Site web. www.secourspopulaire.fr

ACTIVITES

Ecoute, orientation.

Aides alimentaires, vestimentaires, au mobilier.

Aide financière.

Vacances familiales, journée des oubliés des vacances, accueil familial et colonies de vacances.
Personnes en difficulté.

Du lundi au vendredi de 14h à 17h
Période estivale (juillet et août) :
du lundi au jeudi de 14h à 17h et le vendredi de 14h à 16h.

4 comités : Ruffec, Ruelle, Soyaux, Mouthiers.

4 antennes : La Couronne, Confolens, Taponat, Chateaubernard.



SOINS
TABAC
HÉPATITES
ALIMENTATION
RISQUES AUDITIFS
ALCOOL

GUIDE

TA SANTÉ

VIE
VACCIN
DROGUES
SÉCURITÉ
VIOLENCE
SIDA
ACTIVITÉS PHYSIQUES

RESTOS DU COEUR

Rue de la gendarmerie
16400 LA COURONNE
Tél. 05 45 67 49 49
Email. ad16.siege@restosdu
coeur.org

ACTIVITES

**Centre de distribution et
relais bébé.**

**Personnes sans ressources
ou bénéficiaires du RSA,
chômeurs de longue durée,
en fin de droits, petits
revenus...**

Période hivernale :

→ ANGOULÊME

Impasse chardonne
347ter rue de basseau
16000 ANGOULEME
Tél. 05 45 25 46 46
*Le lundi, le mardi, le jeudi et
le vendredi de 9h à 12h.*

Angoulême bébés :

Impasse Chardonne
307ter rue de basseau
Tél. 05 45 68 91 38
*Le lundi de 14h à 16h30
et le jeudi de 9h à 11h30
et de 14h à 16h30.*

→ BARBEZIEUX

37 rue M. Jambon
Tél. 05 45 98 06 47
*Le jeudi et le vendredi
de 14h à 17h.*

→ CHABANAIS

9 rue P. Lamirande
Tél. 05 45 89 49 40
*Le mercredi de 9h30 à 11h30
et le samedi de 9h30 à 11h.*

→ CHALAIS

Rue P. Moqueur
Tél. 05 45 78 65 46
*Le jeudi de 14h à 17h et
le vendredi de 9h à 12h.*

→ CHASSENEUIL

Rue de la Bonnière
Tél. 09 72 37 84 10
*Le jeudi de 9h à 12h et le vendredi
de 9h30 à 12h et de 14h à 17h.*

→ CHÂTEAUNEUF

Place du 8 mai - Tél. 09 53 08 57 47
Le mercredi de 13h30 à 17h.

→ COGNAC

105 chemin de la Palue
Tél. 05 45 35 85 85
*Le jeudi de 14h à 17h et le vendredi
et samedi de 9h à 12h.*

→ CONFOLENS

6 av. du général De Gaulle
Tél. 05 45 31 80 28
*Le lundi de 13h30 à 17h et le mardi
de 9h à 11h30.*

→ GOND PONTouvre

219 route de Vars
Tél. 05 45 22 97 37
*Le mardi de 14h à 16h30 et le jeudi
de 9h à 11h30 et de 14h à 16h30.*

→ JARNAC

74 bis av. d'Ecosse
Tél. 05 45 32 42 48
*Le samedi de 9h à 11h30 et le vendredi
de 9h à 12h et de 14h à 17h.*

→ LA COURONNE

19 av. étang des moines
Tél. 05 45 67 40 66
*Le lundi, le mardi et le jeudi de
14h à 17h.*

→ LA ROCHEFOUCAULD

37 route de Chazelles
Tél. 05 45 23 12 90
*Le mardi et mercredi de 10h à 11h30
et de 14h à 16h.*

→ MANSLE

21 rue Martin
Tél. 05 45 90 07 82
*Le jeudi de 9h à 12h et de 13h30
à 16h30.*

→ MONTBRON

10 rue de l'église
Tél. 05 16 09 88 37
*Le mardi de 9h30 à 12h et de
14h à 16h.*

→ RUFFEC

18 rue de l'hôpital
Tél. 05 45 31 26 65
Le jeudi de 9h à 12h et de 14h à 16h30.

→ SOYAUX

Bd Léon Blum
Tél. 05 45 94 08 41
*Le lundi de 8h à 11h30 et le vendredi
de 8h30 à 11h30 et de 13h30 à 16h30.*

ADDICTIONS : ALCOOL, TABAC, DROGUES ILLICITES, CYBERDEPENDANCE, JEUX, ETC...

CENTRES DE SOINS D'ACCOMPAGNEMENT ET DE PREVENTION EN ADDICTOLOGIE (CSAPA)

ACTIVITES

Accueil, écoute des personnes en difficulté avec leur consommation de substances psycho-actives (licites ou non, y compris tabac et médicaments).

Information sur la maladie.

Actions de sensibilisation et de prévention auprès de tout public demandeur.

Evaluation, orientation, prises en charge médicales, psychologiques, sociales tout au long du parcours de soins.

SITE DE BARBEZIEUX

Locaux de la PASS - Route de Saint Bonnet - BP 31 - 16300 BARBEZIEUX
Tél. 05 45 95 55 11

Email. anpaa16@anpaa.asso.fr

Le jeudi de 9h à 12h30 et de 13h à 17h (semaine paire).

SITE DE CHALAIS

Maison des Solidarités
Les Vergnon - Chemin des Prés
16120 CHALAIS

Tél. 05 45 95 55 11

Email. anpaa16@anpaa.asso.fr

Le jeudi de 14h à 17h (sur RDV).

SITE DE COGNAC

5 bis av d'Angoulême
16100 CHATEAUBERNARD

Tél. 05 45 35 75 55

Email. csapa.cognac@anpaa.asso.fr

Le lundi et mardi de 9h à 12h et de 13h à 19h, le mercredi de 9h à 12h, le jeudi de 9h à 12h et de 13h à 19h et le vendredi de 9h à 12h et de 13h à 15h.

SITE DE CONFOLENS

Maison de la santé - Allée des Frériers
16500 CONFOLENS
Tél. 05 45 95 55 11

Email. anpaa16@anpaa.asso.fr

Le mercredi de 9h à 12h30 et de 13h à 16h30 (semaines paires).

SITE DE ROUMAZIÈRES

Maison des permanences
66 route Nationale
16270 ROUMAZIERES LOUBERT
Tél. 05 45 95 55 11

Email. anpaa16@anpaa.asso.fr

Le mercredi de 8h30 à 12h30 (semaines impaires).

Consultations uniquement sur rendez-vous.

www.addictaide.fr

→ **CSAPA - ANPAA 16 ANGOULÊME**

Les Jonquilles - N° 13, 3 Impasse Jacky Humblot - 16000 ANGOULEME
Tél. 05 45 95 55 11

Email. anpaa16@anpaa.asso.fr

Actions de sensibilisation et de prévention auprès de tout public demandeur.

Evaluation, orientation, prises en charge médicales, psychologiques, sociales tout au long du parcours de soins.

Accueil des personnes présentant des conduites addictives (avec ou sans substance), et plus particulièrement avec l'alcool, ainsi que pour leur entourage.

Le lundi de 8h à 12h et de 13h à 19h, le mardi de 8h à 18h le mercredi de 8h à 12h30 et de 13h à 17h30, le jeudi de 8h à 19h30 et le vendredi de 8h à 17h.



Emilie, 16 ans

**CENTRE DE SOINS,
D'ACCOMPAGNEMENT
ET DE PREVENTION EN
ADDICTOLOGIE CSAPA
CMP - AGORA**

59 place de la Bussatte
Centre hospitalier Camille Claudel
16000 ANGOULEME
Tél. 05 45 95 97 00
Email. agora@ch-claudel.fr

ACTIVITES

- *Prise en charge pluridisciplinaire des conduites addictives : consultations médicales, entretiens psychologiques, psychothérapie, entretiens et accompagnements infirmiers et/ou socio-éducatifs.*
 - *Protocole de traitement de substitution par la Méthadone.*
 - *Sevrages ambulatoires et en milieu hospitalier.*
 - *Groupes de parole pour les parents de jeunes consommateurs.*
 - *Accueil spécifique des femmes présentant des conduites addictives.*
 - *Prévention, intervention précoce, formation.*
 - *Gratuité et possibilité d'anonymat.*
- Du lundi au vendredi de 9h à 18h00 avec ou sans rendez-vous.*

**CENTRE D'ADDICTOLOGIE
DE LA CHARENTE**

Centre Hospitalier Camille Claudel
Rue Jean Doucet
16400 LA COURONNE
Tél. 05 45 67 01 99
Email. alcoologie@ch-claudel.fr

VERRES PROGRESSIFS



PLUS T'EN PRENDS,
PLUS C'EST FLOU

Vincent, 16 ans

ACTIVITES

Traitement de la maladie alcoolique dans le but de sortir de la dépendance du produit.
Consultations avec entretiens permettant d'évaluer la demande du malade.
Hospitalisation de 4 semaines : centre d'accueil de 20 lits.
Sevrage de 1 à 2 semaines pour les autres produits.
Prise en charge de l'entourage familial.
Pour toute personne en difficulté avec l'alcool et/ou d'autres produits.

**CONSULTATIONS JEUNES
CONSUMMATEURS (CJC)**

59 place de la Bussatte
Centre hospitalier Camille Claudel
16000 ANGOULEME
Tél. 05 45 95 97 00
Email. agora@ch-claudel.fr

La permanence « Consultation Jeunes Consommateurs » est animée par des professionnels des addictions et de l'adolescence (médecins, psychologues, infirmiers, éducateurs) qui accueillent les jeunes de 12 à 25 ans et/ou leurs familles. Ces permanences permettent d'évaluer leur(s) consommation(s) d'alcool, de tabac, de cannabis, la pratique de jeux vidéo ou l'utilisation des réseaux sociaux, etc... Lieux d'écoute confidentiels et gratuits, les CJC favorisent le dialogue sur les conduites addictives au sein des familles, permettent de faire le point et proposent au besoin une aide, avant que la consommation ne devienne problématique. Il existe plus de 400 CJC en France dont deux en Charente, avec ou sans rendez-vous.

- **A Angoulême**, la permanence CJC se tient au CIJ, place du Champ de Mars, tous les mercredis de 13h30 à 17h30 (Renseignements au 05 45 95 97 00).
- **A Cognac**, la permanence CJC se tient au Couvent des Récollets, 53 rue d'Angoulême tous les mercredis après-midi (Renseignements au 05 45 82 63 34 ou 06 68 85 03 41).

LÂCHE TON JOINT,
PREND MA MAIN !

EMAPASS

Centre Hospitalier de Ruffec
16700 RUFFEC
Tél. 05 45 29 54 93
Email. emapass@ch-ruffec.fr

ACTIVITES

Prise en charge de la personne présentant une conduite addictive (alcool, tabac, médicaments) par une équipe médico-psy-sociale. Accueil et écoute pour les personnes en situation de précarité. Accompagnement dans la démarche de sevrage sur un mode personnalisé. Dépistage anonyme et gratuit Sida et Hépatites, 24h/24h. Gratuité - Sur rendez-vous. Information et orientation.

KIT KAP - CENTRE D'ACCUEIL D'ACCOMPAGNEMENT A LA REDUCTION DES RISQUES DES USAGERS DE DROGUES (CAARUD)

12 rue des Boissières
16000 ANGOULEME
Tél. 05 45 92 86 77 - 06 19 78 21 13
Email. charente@aides.org

ACTIVITES

Accueil collectif et individuel pour les consommateurs ou ex-consommateurs de produits psycho-actifs : information et conseil personnalisé. Soutien aux usagers dans l'accès aux soins, aux droits, l'accès au logement et à l'insertion ou réinsertion professionnelle. Mise à disposition de matériel de prévention des infections. Intervention de proximité à l'extérieur du centre, en vue d'établir un contact avec les usagers (maraude, bus...).

- **Accueil fixe au CAARUD :** permanence le lundi et le mercredi de 18h à 20h et le vendredi de 14h à 17h.

• Accueil mobile :

à Cognac, place Gambetta, le vendredi de 18h à 20h.

UNITE D'ADDICTOLOGIE ELSA

Centre Hospitalier d'Angoulême,
Rond-point de Girac
CS 55015 Saint Michel
16659 ANGOULEME CEDEX 9
Tél. 05 45 24 29 32
Email. elsa-pass@ch-angouleme.fr

ACTIVITES

Consultation d'addictologie tout produit (toxicomanie, alcool, tabac, cannabis...) et sans produit (jeux d'argent, jeux vidéo, achats compulsifs...), ainsi que sur les troubles du comportement alimentaire. Suivi infirmier du lundi au vendredi de 9h à 17h. Avec rendez-vous, suivi avec le médecin addictologue et/ou la psychologue.

DROGUES INFO SERVICE

> 0 800 23 13 13

de 8h00 à 2h00, 7j/7

(Appel gratuit depuis un poste fixe)

www.drogues-info-service.fr

Information, soutien, conseil et orientation pour les personnes en difficulté avec l'usage de drogues.

> www.drogues.gouv.fr

SOINS
TABAC
HÉPATITES
ALIMENTATION
ALCOOL
VIE
VACCIN
DROGUES
SÉCURITÉ
VIOLENCE
SIDA
ACTIVITÉS PHYSIQUES
RISQUES AUDITIFS

GUIDE TA SANTÉ

ASSOCIATIONS D'ANCIENS BUVEURS

ACTIVITES

Aide et accompagnement des personnes en difficulté avec l'alcool, sensibilisation aux risques. Prévention, aide à l'entourage.

samedis du mois de 15h à 17h.
Contact : Jean-Claude BROCHOT
06 78 96 15 93.

➔ ANGOULÊME

CSCS/MJC GRANDE GARENNE
40 rue Pierre Aumaitre
16000 ANGOULÊME

Réunion mensuelle le 1^{er} mardi
du mois de 20 h à 21 h 45.
Contact : Nicolas FLAUD 06 60 81 17 73.

➔ BARBEZIEUX

MJC 28 rue Trarieux
16300 BARBEZIEUX ST HILAIRE

Réunion mensuelle tous les 3^{èmes} jeudis
du mois de 20h à 22h.
Contact : Fabrice MASSON 06 95 77 52 53
Brochet Jean Claude 06 78 96 15 93.

ALCOOLIQUES ANONYMES

Place Vittoria - 16000 ANGOULEME
Tél. 05 45 61 21 09
Email. a.chateaubernard@laposte.net
Site Web. www.alcooliques-anonymes.fr

- **A Angoulême** le jeudi à 20h30, au CSCS MJC Louis Aragon, place Vitoria.
- **A Châteaubernard** le mardi à 19h00, 14 rue Pierre Pinard - Maison des associations.

ASSOCIATION FAR

42 route de confolens
16260 CHASSENEUIL SUR BONNIEURE
Tél. 05 45 39 57 86
Email. delage.jeanine@orange.fr

Le 2^{ème} vendredi du mois à **ROUMAZIERES**, salle des permanences, 5 rue des palènes.

MOUVEMENT VIE LIBRE

Chez Salunier
16100 LOUZAC SAINT ANDRE
Tél. 05 45 83 25 96
Tél. 05 45 25 98 66
Email. serge.becue@orange.fr

Réunions à Cognac, le 3^{ème} mercredi
du mois à 20 h 30, Maison de
quartier, 10 place Jules Ferry.

REVIVRE 16

La borde
16230 SAINT AMANT DE BONNIEURE
Tél. 06 70 65 68 83

Le 1^{er} vendredi du mois au centre
social et culturel de **CONFOLENS** et
à la salle des fêtes de **TOURRIERS**.

Le 2^{ème} vendredi du mois à
ROUMAZIERES, salle des
permanences, 5 rue des Palènes.

Le 3^{ème} vendredi du mois à
LA ROCHEFOUCAULD, à la salle
des associations, rue Thibaud.

Le 4^{ème} vendredi du mois, à
CHASSENEUIL, à la salle municipale,
route de Celfefrouin.

Toutes les réunions débutent
à 20h30.

#CYBERLIFE@



Christelle, 24 ans

ALCOOL ASSISTANCE

CSCS/MJC Grande Garenne
48 rue Pierre Aumaitre
16000 ANGOULÊME
Tél. 06 78 96 15 93
Email. jc.brochet@orange.fr
Site Web. www.alcoolassistance.net

Réunion tous les 3^{èmes} samedi de
chaque mois.

➔ COGNAC

Convent des Récollets
53 rue d'Angoulême
16 000 COGNAC

Réunion mensuelle tous les 3^{èmes}

ÉCOUTE
ALCOOL



> **0 980 980 930**
de 8h00 à 2h00, 7j/7
(Appel non surtaxé)
**Information, soutien,
conseil et orientation
pour les personnes en
difficulté avec l'alcool
et leurs proches.**

> www.alcoolinfoservice.fr

CONSULTATIONS D'AIDE A L'ARRET DU TABAC

CENTRE HOSPITALIER INTERCOMMUNAL DU PAYS DE COGNAC

Consultations d'aide au sevrage
tabagique - consultations externes
65 av. d'Angoulême
CS 50264 CHATEAUBERNARD
16112 COGNAC CEDEX
Tél. 05 45 80 13 33
Email. tabacologie@ch-cognac.fr

ACTIVITES

Consultations gratuites,
sur rendez-vous :

- le jeudi matin avec le médecin
tabacologue, sur rendez-vous.
- avec la psychologue : mardi, jeudi,
sur rendez-vous.
- avec l'infirmier tabacologue : du
lundi au vendredi, sur rendez-vous.

Accueil téléphonique, informations.
Prise de rendez-vous au 05 45 80 13 33
(ligne directe) du lundi au vendredi.
En cas d'absence, un répondeur
permet au consultant de laisser
ses coordonnées à l'infirmier,
qui le rappellera dans les meilleurs délais.

CENTRE DE PREVENTION DE LA CHARENTE

8 rue Léonard Jarraud
16000 ANGOULEME
Tél. 05 16 09 76 96

ACTIVITES

Accompagnement dans la démarche
de sevrage sur un mode personnalisé.
Aide au sevrage tabagique, entretiens,
test de dépendance, sur rendez-vous.
Consultation d'aide au sevrage
tabagique pour les femmes enceintes.
Gratuité. Sur rendez-vous.
Tout public.

CSAPA ANPAA16 SITE DE BARBEZIEUX

Locaux de la PASS
Route de Saint Bonnet
BP 31 - 16300 BARBEZIEUX
Tél. 05 45 95 55 11
Email. anpaa16@anpaa.asso.fr

Le jeudi de 9h à 12h30 et de 13h
à 17h (semaine paire).

TABAC INFO SERVICE

> **39 89**
de 9h00 à 20h00,
du lundi au samedi
(0,15€/ mn depuis un poste fixe)

> **www.tabac-info-service.fr**
Information, conseil et
aide à l'arrêt du tabac.
Service de coaching
personnalisé par Internet

CSAPA ANPAA16 SITE DE CONFOLENS

Maison de la santé
Allée des Fréniers
16500 CONFOLENS
Tél. 05 45 95 55 11
Email. anpaa16@anpaa.asso.fr

Le mercredi de 9h à 12h30 et de 13h
à 17h30 (semaines paires).

CSAPA ANPAA16 SITE DE ROUMAZIÈRES

Maison des permanences
66 route Nationale
16270 ROUMAZIERES LOUBERT
Tél. 05 45 95 55 11
Email. anpaa16@anpaa.asso.fr

Le mercredi de 8h30 à 12h30
(semaines impaires).

EMAPASS

Centre Hospitalier - 16700 RUFFEC
Tél. 05 45 29 54 93
Email. emapass@ch-ruffec.fr

ACTIVITES

Gratuité. Sur rendez-vous.
Consultations avec le psychologue un
lundi sur deux, et les mardis, jeudis et
vendredis toute la journée. Possibilité de
rencontrer un addictologue, sur RDV.

Sarah, 16 ans



LES BENEFICES DE



20 minutes après la dernière cigarette

La pression sanguine
et les pulsations du cœur
redeviennent normales.



24 heures après la dernière cigarette

Le risque d'infarctus du myocarde
diminue déjà.
Les poumons commencent à éliminer
le mucus et les résidus de fumée.
Le corps ne contient plus de nicotine.



72 heures après la dernière cigarette

Respirer devient plus facile.
Les bronches commencent à se
nettoyer et on se sent plus énergique.



8 heures après la dernière cigarette

La quantité de monoxyde de carbone
dans le sang diminue de moitié.
L'oxygénation des cellules
redevient normale.



48 heures après la dernière cigarette

Le goût et l'odorat s'améliorent.
Les terminaisons nerveuses gustatives
commencent à repousser.



2 semaines après

La toux disparaît.
On se sent plus énergique.



L'ARRET DU TABAC



**1 à 9 mois après
la dernière cigarette**

Les cils bronchiques repoussent.
On est de moins en moins essoufflé.



**5 ans après
la dernière cigarette**

Le risque de cancer du poumon
diminue presque de moitié.



**2 semaines à 3 mois
après la dernière cigarette**

Les douleurs et la fatigue diminuent.
On récupère du souffle.
On marche plus facilement.

**1 an après
la dernière cigarette**

Le risque d'infarctus
du myocarde diminue de moitié.
Le risque d'accident vasculaire cérébral
rejoint celui d'un non-fumeur.

**10 à 15 ans après
la dernière cigarette**

L'espérance de vie
redevient identique à celle
des personnes n'ayant jamais fumé.



BILAN DE SANTE GRATUIT

CENTRE D'EXAMENS DE SANTE

5 rue de la Croix Lanauve - CS 42403 - Ma Campagne

16024 ANGOULEME - Tél. 05 45 61 68 75

Email. bilan_sante@cpam-angouleme.cnamt

Site Web. www.bilandesante16.fr

ACTIVITES

Examens périodiques de santé, gratuits, modulés et ciblés.

Faire le point sur son capital santé et apprendre à le maintenir, l'améliorer ou retarder si possible l'évolution d'une maladie, mieux la vivre sinon.

Pour tous les assurés du régime général à partir de 5 ans et une fois tous les 3 ans.



CONTRACEPTION

CENTRE DE PLANIFICATION ET D'EDUCATION FAMILIALE

8 rue Léonard Jarraud - 16000 ANGOULEME - Tél. 05 16 09 76 96



ACTIVITES

Consultations prénatales et de contraception, dépistage des Infections Sexuellement Transmissibles (IST).

Entretiens : conseils conjugaux, préalables aux Interruptions Volontaires de Grossesses (IVG), informations sur la sexualité et la contraception.

Délivrance de produits contraceptifs aux mineures et jeunes majeures ayant ou non une couverture sociale et dans le secret des parents.

Délivrance de la pilule d'urgence.

Consultation avec une psychologue et une diététicienne.

Suivi des grossesses.

Information individuelle et collective de prévention sur la sexualité et l'éducation familiale.

Entretiens de conseil conjugal et familial, problèmes de couple et de parentalité.

Gratuité et confidentialité sur rendez-vous.

Tout Public

CONTRACEPTION

Permanences :

- **Maison Départementale des Solidarité de Cognac,**
La Goutte de Lait, 43 rue Ambroise Paré.
Tél. 05 16 09 76 95.
Deux lundis par mois, sur rendez-vous.
- **Maison Départementale des Solidarité de Confolens,** rue du Dr A. Bernard.
Tél. 05 16 09 76 95.
Un vendredi par mois sur rendez-vous.
- **Maison Départementale des Solidarité de Chasseneuil,** Le Mas des Champs.
Tél. 05 16 09 51 06.
- **Maison Départementale des Solidarité de Barbezieux,** 3c, route de la Cigogne.
Tél. 05 16 09 51 20.
Un mardi par mois sur rendez-vous.

PLANNING FAMILIAL

Maison des Peuples et de la Paix - 50 rue Hergé - 16000 ANGOULEME
Tél. 07 68 29 36 79
Permanence d'accueil, d'écoute et d'information, sans rendez-vous le 1^{er} lundi de chaque mois, de 12h à 14h.
Information sur la sexualité, la santé, la contraception, la vie affective...
Possibilité de rencontrer les membres du Planning Familial en dehors des heures de permanence, sur RDV.

Aujourd'hui,
Si tu m'achètes pas



...
Tu achètes des ...



Marine, 15 ans

INFOS

Le site du Mouvement Français pour le Planning Familial (MFPF) :

> www.planning-familial.org

Le site de l'Association Française pour la Contraception (AFC)

> www.contractions.org

Les sites de l'Institut National de Prévention et d'Éducation pour la Santé :

> www.choisirsacontraception.fr

> www.onsexprime.fr

Pilule, implant, contraceptif, stérilet...
Rien ne protège des Infections
Sexuellement Transmissibles, ni du SIDA...
SAUF LE PRÉSERVATIF !

LA MEILLEURE CONTRACEPTION, C'EST CELLE QUE L'ON CHOISIT.



ALCOOL ALIMENTATION
SIDA
SAINTÉ
VACCIN
TABAC
COTINS



La Couverture Maladie Universelle (CMU)

L'assurance Maladie n'assure pas simplement le remboursement des soins mais vous aide à prendre soin de votre santé et à faire face à vos dépenses.

La CMUC : vos soins sont pris en charge à 100% sans avance de frais dans la limite des tarifs de remboursement.

Pour en bénéficier, vous devez :

- Résider en France depuis plus de 3 mois.
- Etre en situation régulière.
- Avoir des revenus annuels ne dépassant pas :

Nb de personnes au foyer	Plafonds de ressources
1 personne	8 653€
2 personnes	12 980€
3 personnes	15 576€

Au-delà de 3 personnes, voir **ameli.fr**

L'ACS : une partie de votre cotisation annuelle à une complémentaire santé est prise en charge. Vous recevez l'aide sous forme d'un chèque que vous remettez à la complémentaire santé de votre choix. Le montant varie en fonction de votre âge : **100€** pour les moins de 16 ans, **200€** de 16 à 49 ans (au-delà, voir ameli.fr).

Les conditions pour en bénéficier sont identiques à celles de la CMUC, les plafonds de ressources étant ceux de la CMUC majorés de 35%.

COUVERTURE MALADIE ET COMPLEMENTAIRES

CAISSE PRIMAIRE D'ASSURANCE MALADIE - CPAM

30 bd de Bury - 16910 ANGOULEME CEDEX 9

Tél. 36 46 (prix d'un appel local depuis un poste fixe)

Site Web. www.ameli.fr

ACTIVITES

Couverture sociale : prise en charge, sous certaines conditions, de la maladie, des accidents du travail, de la maternité, de l'invalidité et du décès, pour l'assuré(e) et les ayants droits.

Pour toute personne qui dépend du régime général de l'assurance maladie.

Pour suivre vos remboursements en temps réel, créez votre compte sur www.ameli.fr

Accueil du public du lundi au vendredi de 8h à 17h.

Tél. 36 46 (service 0.06€/minute + prix d'un appel)

de 8h30 à 17h30.

www.ameli.fr

→ CPAM - SIÈGE

30 bd de Bury - 16910 ANGOULEME CEDEX 9

→ CPAM - AGENCE DE COGNAC

35 rue de la Poudrière - 16121 COGNAC CEDEX

CENTRE DE SOINS DENTAIRES

30 bd de Bury - 16910 ANGOULEME CEDEX 9

Tél. 05 45 94 36 41

ACTIVITES

Soins dentaires. Pratique du tiers-payant (pas d'avance des frais). Conventionné auprès de nombreuses mutuelles.

MUTUALITE FRANCAISE CHARENTE

62 rue Saint Roch - CS 32509 - 16025 ANGOULEME

CEDEX - Tél. 05 45 20 51 10

Email. contact@mutualite16.fr

Site web. www.poitoucharentes.mutualite.fr

ACTIVITES

Mise à disposition du public d'un ensemble de services et de prestations sanitaires et sociales : cabinets dentaires, centres d'optiques, centres d'audition.

Etablissements d'Hébergement pour Personnes Agées Dépendantes (EHPAD), service d'aide à domicile, service soins infirmiers et hospitalisation à domicile, clinique. La Mutualité française développe en Charente des programmes et actions de prévention et de promotion de la santé sur des thématiques prioritaires.

MUTUALITE SOCIALE AGRICOLE DES CHARENTES (MSA)

ACTIVITES :

«Guichet unique» de la protection sociale du monde agricole, la MSA rembourse à ses adhérents l'ensemble de leurs prestations (maladie, maternité, familiale et vieillesse) et recouvre aussi les cotisations versées par les agriculteurs et les employeurs de main d'œuvre agricole.

Au-delà de la protection sociale, la MSA propose un éventail de services visant à améliorer les conditions de vie et de travail de ses adhérents, se caractérisant par des accompagnements, des actions de prévention santé et de sécurité au travail.

Sous certaines conditions, elle apporte une aide aux vacances, aux loisirs, à la formation BAFA et aux études. Email. infosante@charentes.msa.fr

Site web. www.msadescharentes.fr

Simplifiez-vous les remboursements avec www.ameli.fr !

En créant votre compte personnel, vous pouvez...

...CONSULTER EN LIGNE VOS REMBOURSEMENTS :

Avec votre compte Ameli, vous pouvez **suivre en temps réel vos remboursements** ou le paiement de vos indemnités journalières. Vous pouvez également connaître le montant des franchises et participations forfaitaires qui vous ont été prélevées.

Autre avantage, vous ne recevrez plus vos relevés de remboursement par courrier. Sauf, bien sûr, si vous en avez besoin pour adresser à votre complémentaire santé.

Sur votre compte « ameli », les remboursements sont archivés pendant 6 mois. Vous pouvez les télécharger pendant votre ordinateur. Au delà de 6 mois, vos relevés restent disponibles sur simple demande auprès de votre Caisse.

...CONTACTER VOTRE CPAM :

Vous pouvez envoyer un courriel à votre CPAM pour toute question (*réponse garantie sous 72 heures*). Si vous déménagez, signalez votre changement d'adresse à plusieurs organismes en même temps (CAF, Centre des impôts, la Poste, EDF,...)

Vous pouvez également demander une attestation de droits ou de paiement d'indemnités journalières, commander une Carte Européenne d'Assurance Maladie (CEAM), faire une déclaration de perte ou de vol de votre carte Vitale.

...DISPOSER D'UN ESPACE PRÉVENTION PERSONNALISÉ :

Vous pouvez disposer également d'un espace prévention spécifique à votre situation :

- dépistage bucco-dentaire,
- femme enceinte,
- dépistage des cancers du sein et de l'intestin,
- vaccination.

Vous bénéficiez de conseils et d'informations en santé qui vous concernent directement. Evolutif, votre espace prévention s'adapte à votre situation.

...COMMENT CRÉER SON COMPTE ?

Vous avez seulement besoin de votre numéro de sécurité sociale et de votre code confidentiel provisoire. Si vous n'avez pas ce code, demandez le par téléphone au **36 46** (*Prix d'un appel local depuis un poste fixe*) ou sur **www.ameli.fr** (*rubrique « j'ouvre mon compte »*).

SIMPLIFIEZ-VOUS
LES REMBOURSEMENTS AVEC
www.ameli.fr

HÉPATITES ACTIVITÉS PHYSIQUES
ALCOOL ALIMENTATION DROGUES



→ **MUTUALITE SOCIALE AGRICOLE DES CHARENTES**

Siège social
1 bd Vladimir
17106 SAINTES CEDEX
Tél. 05 46 97 50 50

→ **AGENCE D'ANGOULEME**

46 bd du docteur Duroselle
16916 ANGOULEME CEDEX 9
Tél. 05 46 97 50 50

*Du lundi au vendredi
de 8h30 à 12h30 et de
13h15 à 17h.*

→ **AGENCE DE BARBEZIEUX**

26 rue des Basses Douves
16300 BARBEZIEUX
SAINT HILAIRE
Tél. 05 46 97 50 50

*Accueil du public
sur rendez-vous.*

→ **AGENCE DE CONFOLENS**

ZA les Freniers
Maison de la ruralité
16500 CONFOLENS
Tél. 05 46 97 50 50

*Accueil du public
sur rendez-vous.*

→ **AGENCE DE MANSLE**

Square Jean Bouillon
16230 MANSLE
Tél. 05 46 97 50 50

*Accueil du public
sur rendez-vous.*

→ **AGENCE DE SEGONZAC**

15, rue Pierre Viala
16130 SEGONZAC
Tél. 05 46 97 50 50

*Accueil du public
sur rendez-vous.*

LA CARTE VITALE



La Carte Vitale est indispensable lors de tous contacts avec les professionnels de santé. Conservez-la toujours sur vous !

> **Elle vous permet :**

- de justifier de votre droit aux prestations.
- de bénéficier d'un *remboursement rapide en 7 jours, dès lors que le professionnel de santé est équipé.*

Chaque année, n'oubliez pas de mettre à jour votre carte Vitale, auprès de votre pharmacien équipé d'un lecteur de cartes, ou de votre Caisse grâce aux bornes multiservices disponibles à la CPAM d'Angoulême et de Cognac.

Avec Vitale, satisfait et remboursé en 5 jours !

> **Renseignements :**

CPAM : 36 46 (Prix d'un appel local depuis un poste fixe)
www.ameli.fr

www.ameli.fr
www.msa.fr

HANDICAP

CAP EMPLOI CHARENTE (OHE PROMETHEE CHARENTE)

112 rue d'Angoulême
16400 PUYMOYEN
Tél. 05 45 94 85 01
Email. contact@capemploi16.com
Site web. www.capemploi16.com

ACTIVITES

*Aide à l'emploi et la formation.
Droit des personnes handicapées.
Accompagnement personnalisé.
Bilans médicaux d'aptitudes et compétences.
Offres d'emplois sur le site Internet.
Ouvert du lundi au jeudi de 8h30 à 12h15 et de 13h30 à 17h30, le vendredi de 8h30 à 12h15 et de 13h30 à 16h15.*

CLUB D'ACTIVITES

80 bd de la République
16000 ANGOULEME
Tél. 05 45 37 60 93

ACTIVITES

*Ouvert les lundis, mardis et vendredis de 9h30 à 17h, les mercredis de 14h à 17h, les jeudis de 9h30 à 16h et les samedis impairs de 13h30 à 18h30.
Lieu d'accueil et de convivialité proposant des activités d'expression, culturelles, sportives, manuelles et en lien avec l'animal...*

Un sport pour tous,
tous pour



handisport

Thiphanye

MAISON DEPARTEMENTALE DES PERSONNES HANDICAPEES MDPH

15 bd Jean Moulin - Ma Campagne
16000 ANGOULEME
Tél. 0 800 001 600 (n° vert)
Site Web. www.mdph16.fr

ACTIVITES

Guichet unique d'accueil des personnes handicapées, qui étudie l'attribution de différentes aides et prestations :

*Allocation Adulte Handicapé, orientations professionnelles, orientations en établissements médico-sociaux, allocation d'éducation pour enfant handicapé, carte d'invalidité, de stationnement et de priorité, prestations de compensation du handicap (aides humaines, aides techniques, aides exceptionnelles, aménagement du logement et du véhicule).
Accueil du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h.*



**SITU PRENDS
MA PLACE
PRENDS
MON HANDICAP**

INFORMATION / ORIENTATION / PREVENTION

ASSOCIATION SOJALDICIENNE DE PROMOTION DE LA SANTE (ASPROS)

12 bd Léon Blum - 16800 SOYAUX
Tél. 05 45 94 86 67
Email. aspros@free.fr
www.facebook.com/aspros.soyaux

ACTIVITES

Lieu d'accueil.

Action de promotion de la santé, de bien-être et de mieux être pour les habitants de la commune de Soyaux et en priorité pour les publics vulnérables (précaires et/ou isolés). La démarche proposée par l'association repose sur le concept de santé communautaire dont l'objectif est d'inciter chaque membre de la société sojaldicienne, qu'il soit professionnel ou non, à être acteur et participatif dans la construction d'actions.

Accueil du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h30.

CENTRE D'INFORMATION SUR LES DROITS DES FEMMES ET DES FAMILLES - CIDFF CHARENTE

16 rue des boissières
16000 ANGOULEME
Tél. 05 45 92 34 02
Email. cidff.charente@cidff16.org
Site Web. www.infofemmes-pch.org

ACTIVITES

Renseignement de 9h à 12h et de 14h à 17h.

Accueil sur rendez-vous :

Information, accompagnement des femmes et des familles dans les domaines :

- du droit de la famille, du travail, des procédures,
- des violences à l'encontre des femmes,
- de la vie familiale, de la parentalité,
- de la sexualité,

- de la médiation familiale,
- dialogue et solidarité « Espace écoute veuvage »
- de demande de Micro crédit social régional
- de l'emploi et de la formation, d'un point relais Validation des Acquis d'Expériences (VAE).
- d'un point d'écoute psychologique.

Permanence Dialogue et solidarité :

espace écoute veuvage au
0800 49 46 27.

Permanence d'accès aux droits,

téléphonique au 05 45 92 34 02 :
les mardis et mercredis de 14h à 17h.

Permanences d'accès aux droits,
sur RDV au 05 45 92 34 02.

→ ANGOULÈME - «C.I.D.F.F.»

Centre d'Information sur les Droits des Femmes et des Familles
16 rue des boissières
16000 ANGOULÈME
Du lundi au vendredi de
9h à 12h et 14h à 17h.

→ COGNAC «A.S.E.R.C.»

Association Sociale Educative
Région Cognac
Rue Borderies - Cité de Crouin
16100 COGNAC
Le deuxième vendredi de
chaque mois de 10h à 12h.

→ COGNAC «M.D.S.»

Maison Départementale des Solidarités
Villa François 1^{er} - 121 bd Denfert
Rochereau - 16100 COGNAC
Le deuxième vendredi de chaque mois
de 14h à 16h.

→ BARBEZIEUX «M.D.S.»

MDS - 3 C route de la Gigogne
16300 BARBEZIEUX
Le premier vendredi de chaque mois
de 9h30 à 12h et de 14h à 16h30.

→ CONFOLENS «PAD.»

P.A.D (2^{ème} étage) Mairie de Confolens
Place de l'hôtel de ville
16500 CONFOLENS
Le premier et troisième jeudi de chaque mois
de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 16h30.

Camille, 25 ans



→ RUFFEC «TRIBUNAL D'INSTANCE»

Tribunal d'instance
20 rue de l'hôpital
16700 RUFFEC

Le deuxième mardi de chaque mois
de 9h30 à 12h et de 14h à 16h30.

COLLECTIF INTER ASSOCIATIF SUR LA SANTE POITOU CHARENTES (CISSPC)

28 rue Mirabeau
16000 ANGOULEME
Tél. 05 45 38 77 56 - 06 27 37 87 78
Email. poitoucharentes@leciss.org

Site web. www.leciss.org

ACTIVITES

Le CISSPC informe et représente
les usagers lors de recours face
à un établissement de santé,
à un professionnel de santé ou
à un organisme de protection sociale.
Du lundi au vendredi de 8h à 12h
et de 13h à 16h.

MISSIONS LOCALES

Accueil personnalisé, écoute,
conseil, suivi individuel des 16 à
25 ans sortis du système scolaire.
Accompagnement à la formation,
l'emploi, la vie quotidienne
(aide à la mobilité, informations
sur le logement, l'accès aux
soins, les loisirs, la citoyenneté,
la création d'activités, les aides
financières...)

Pour développer leur offre de
service, les Missions Locales
mobilisent, sur leur territoire,
tous les partenaires du champ
de l'insertion sociale et
professionnelle.



Je m'informe,
je choisis

→ MISSION LOCALE DE L'ANGOUMOIS ET HORTE ET TARDOIRE

6 rue du Père Wresinski
16000 ANGOULEME
Tél. 05 45 90 15 30
Email. mlangouleme@mlangouleme.org

Accueil du public du lundi au vendredi
de 8h30 à 12h30 et de 13h30
à 17h 30 (fermé le mardi matin).

Antenne Mission locale :

1 ter av de la gare
16110 LA ROCHEFOUCAULD
Tél. 05 45 64 97 52

Permanences :

- **Seuil Charente Périgord**
2 rue des Vieilles écoles
16 220 MONTBRON
- **CDC Horte-et-Lavalette**
4 rue André Bouyer
16230 VILLEBOIS LAVALETTE
(à côté de la Mairie)

Téléphone pour les deux permanences :
05 45 90 15 30

→ MISSION LOCALE ARC CHARENTE SITE DE BARBEZIEUX

Maison communautaire pour l'emploi
32 rue de la Motte
16300 BARBEZIEUX SAINT HILAIRE
Tél. 05 45 78 34 60
Email. info@mlarccharente.com

Accueil du public du mardi au jeudi de 9h
à 12h30 et de 14h à 17h30. Le vendredi
de 9h à 12h30.
Permanences en milieu rural du Pays
Sud Charente + Jarnac/Segonzac et
Châteauneuf. S'adresser au 05 45 78 34 60.

SITE DE COGNAC

41 rue de la Maladrerie
16100 COGNAC - Tél. 05 45 83 97 00
Email. info@mlarccharente.com

Accueil du public du mardi au vendredi
de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h30
(fermeture à 17h, le vendredi).

- Permanences en milieu rural du Pays de l'Ouest Charente. Tél. 05 45 83 97 00.
- Permanences en milieu rural du Pays du Sud Charente. Tél. 05 45 78 34 60.
- Permanences en milieu rural du Pays de Charente Limousine. Tél. 05 45 85 36 32.

SITE DE CONFOLENS

Hôtel de l'emploi et des entreprises
Rue de l'Ouillette
ZAE La Croix Saint Georges
16500 CONFOLENS
Tél. 05 45 85 36 32
Email. info@mlarccharente.com

Accueil du public du mardi au vendredi
de 9h à 12h et de 14h à 17h.

SITE DE RUFFEC

5 passage du chêne vert - BP 88
16700 RUFFEC - Tél. 05 45 29 55 10
Email. info@mlarccharente.com

Accueil du public du mardi au vendredi
de 9h à 12h et de 14h à 17h.

Permanences en milieu rural du Pays
Ruffécois. S'adresser au 05 45 29 55 10.

INSTANCE REGIONALE D'EDUCATION ET DE PROMOTION POUR LA SANTE - ANTENNE 16

IREPS 16

Centre Hospitalier d'Angoulême
Rond-point de Girac
CS 55015 Saint Michel
16956 ANGOULEME CEDEX 9
Tél. 05 45 25 30 36
Email. angouleme@educationsante-pch.org
[Site Web. www.educationsante-pch.org](http://www.educationsante-pch.org)

ACTIVITES

Documentation (sélection d'articles,
périodiques, ouvrages, vidéos, outils
pédagogiques, supports d'information
en éducation et en promotion de la
santé) le mercredi de 9h30 à 12h30
et de 14h à 17h et le mardi, jeudi et
vendredi uniquement sur rendez-vous.

Cinq relais de diffusion : Barbezieux,
Cognac, Mansle, Roumazières Loubert
et Confolens.

Un point information santé
à l'ASPROS, à Soyaux.
Formation et sensibilisation
en éducation pour la santé et en
promotion pour la santé.

Conseil méthodologique pour montage
de projets.

Disponible pour rendez-vous du lundi au
vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h.
Tout public.

RESEAU INFORMATION JEUNESSE CHARENTE

Accueil anonyme, gratuit et sans
rendez-vous.

**Information et documentation
sur la santé, ainsi que les études,
les métiers, l'emploi, la formation
permanente, les loisirs, les
vacances, l'étranger, l'Europe,
les sports, la vie pratique...
Service Jobs, Accès internet.
Tout public.**

➔ CENTRE INFORMATION JEUNESSE

Place du champ de Mars
16000 ANGOULEME
Tél. 05 45 37 07 30
Email. cijangouleme@info-jeunesse16.com
[Site web. www.info-jeunesse16.com](http://www.info-jeunesse16.com)
Du mardi au jeudi de 9h à 17h30,
le lundi et vendredi de 13h30 à 17h30.

➔ INFO 16 BUREAU INFORMATION JEUNESSE POINT INFO FAMILLE

53, rue d'Angoulême
16100 COGNAC
Tél. 05 45 82 62 00
Email. info16cognac@wanadoo.fr
[Site web. www.info16cognac.fr](http://www.info16cognac.fr)
Du lundi au vendredi de 10h à 12h
et de 14h à 18h.

SERVICE PREVENTION SANTE DE LA CPAM

Bd de Bury - 16000 ANGOULEME
Tél. 36 46
Email. prevention@cpam-angouleme.
cnams.fr
[Site Web. www.ameli.fr](http://www.ameli.fr)

ACTIVITES

Aide et accompagnement dans
les domaines suivants :

- Retour à domicile après
une hospitalisation.
- Prévention bucco-dentaire.
- Accompagnement des personnes
diabétiques.
- Promotion des dépistages des cancers
et de la vaccination.

UNION DEPARTEMENTALE DES ASSOCIATIONS FAMILIALES DE LA CHARENTE - UDAF

73 impasse Joseph Niepce - CS 92417
16024 ANGOULEME Cedex
Tél. 05 45 39 31 00
Email. accueil@udaf16.org
[Site Web. www.udaf16.org](http://www.udaf16.org)

ACTIVITES

Ouvert du lundi au vendredi de 9h30 à 16h30.

Information, orientation et
accompagnement des familles dans
les domaines suivants :

- Médiation familiale.
- Parrainage de proximité.
- Micro-crédit personnel régional.
- Action éducative budgétaire.
- Soutien et information aux Tuteurs
Familiaux.
- Intergénérationnalité.
- Vie familiale et soutien à la parentalité.



LOGEMENT TEMPORAIRE

CENTRE PARENTAL

9 rue de la Loire
16000 ANGOULEME
Tél. 05 16 09 50 78

ACTIVITES

Orientation des parents
par un travailleur social.
Lieu d'hébergement mère-enfant
(10 lits).

Pour les femmes enceintes mineures ou
majeures, parents mineurs ou majeurs
avec enfants de moins de 3 ans.

S'adresser à votre MDS. (voir page 5)

CENTRE D'HEBERGEMENT ET DE REINSERTION SOCIALE (CHRS)

Public majeur.

En Charente, il existe six Centres
d'Hébergement et de Réinsertion Sociale
permettant l'hébergement des familles,
personnes seules, personnes victimes de
violences conjugales, sortant de prison.
Ces structures permettent l'accueil d'un
public cumulant les handicaps
sociaux et une absence d'hébergement.
La demande d'entrée en CHRS peut se
faire à l'initiative de la personne ou sur
demande du travailleur social référent.
L'entrée en CHRS est conditionnée par
l'acceptation d'un accompagnement
socio-éducatif. La durée de séjour (en
théorie de 6 mois) peut faire l'objet de
prolongation en fonction de l'évolution
de la situation du demandeur.

En cas d'urgence :

Dispositif départemental
de veille sociale :

Composez le **115**

(N° gratuit, 24h/24) pour
une mise à l'abri, dans le dispositif
d'hébergement d'urgence.



Christelle, 24 ans

FOYER DES JEUNES TRAVAILLEURS (FJT)

ACTIVITES

Ces logements permettent d'héberger
temporairement les jeunes âgés de
16 à 30 ans en situation d'emploi,
de formation, etc.

Conventionnés APL (Aide Personnalisée
au Logement). L'établissement met à
disposition des résidents une cuisine
commune pour la préparation des
repas ainsi qu'une salle polyvalente.
Les tarifs de la redevance mensuelle,
actualisée annuellement, incluant
loyer et charges, varient en fonction
de la surface des logements. Au-delà
de l'hébergement, le FJT propose un
accompagnement socio-éducatif
individualisé et des animations
socio-culturelles.

→ RESIDENCE POUR JEUNES TRAVAILLEURS

24 Rue Pierre Sépard
16000 ANGOULEME
Tél. 05 45 95 58 13 - 05 45 95 50 80
Email. fjtpsemard@sfr.fr

Site Web. www.selogerapidangouleme.org

→ ASSOCIATION COGNAC HABITAT JEUNES - FJT

79, rue Montesquieu
16100 COGNAC
Tél. 09 60 36 35 60
Email. fjtcognac@orange.fr

LOCAPPART16

Permanence au CIJ
Place du Champ de mars
16000 ANGOULEME
Tél. 05 45 37 07 30
Email. locappart16@sfr.fr

Site Web. www.locappart16.fr

ACTIVITES

Accueil, information, soutien dans
les démarches administratives
et de recherches de logement.

Accueil le lundi de 14h30 à 17h30,
le mardi de 9h à 12h30 et de 14h à
17h30, le mercredi et jeudi de 10h
à 13h et de 14h à 17h30.

→ RÉSIDENCE SOCIALE ISABELLE TAILLEFER

14-16 rue des cordonniers
16000 ANGOULEME
Tél. 05 45 38 79 39
Email. fjtccas@mairie-angouleme.fr

MAL ETRE

CENTRE HOSPITALIER CAMILLE CLAUDEL

Etablissement Public de santé mentale de la Charente

Site web. www.ch-claudel.fr

→ LIEU DIT

Centre hospitalier Camille Claudel
Accueil psychologique,
152 rue Alfred de Vigny
16000 ANGOULEME - Tél. 05 45 38 49 49
Site Web. www.ch-claudel.fr

ACTIVITES

Ecoute par des professionnels de la santé mentale.

Evaluation de la situation.

Accueil physique et téléphonique.

Orientation si nécessaire.

Gratuité et confidentialité.

Personnes en souffrance psychique.

Du lundi au vendredi de 9h à 19h et le samedi de 9h à 12h.

→ UNITE D'ACCUEIL, D'ORIENTATION ET CENTRE DE CRISE - UAOC

Centre hospitalier Camille Claudel
Route de Bordeaux - CS 90025
16400 LA COURONNE
Tél. 05 45 67 58 00 (24h/24)
Email. uaocc@ch-claudel.fr
Site Web. www.ch-claudel.fr

ACTIVITES

Accueil urgent, physique et téléphonique 24h/24 de toute personne en souffrance psychique.

Orientation adaptée et immédiate après évaluation infirmière, médicale et psychologique vers une prise en charge hospitalière ou ambulatoire, ou vers un autre professionnel du champ médico-social.

Centre de crise, unité d'hospitalisation de 10 lits, ouverte et mixte : prise en charge individualisée et intensive, d'une durée maximale de 5 jours.

Pour trouver une solution, un conseil...
Ne restez pas seul, parlez-en !!



Il n'y a pas de périsse facile
ni d'echecs définitifs.
Ton cerveau en Bonne Santé!

Marysa

→ MIKADO

Centre hospitalier Camille Claudel
CS 90025 - 16400 LA COURONNE
Tél. 05 45 67 06 02

ACTIVITES

Pour les jeunes de 12 à 20 ans.

Hospitalisation à temps complet.

Hospitalisation de jour.

Activités thérapeutiques de groupe.

Consultations pluridisciplinaires.

Secrétariat médical du lundi au vendredi.

CENTRES MEDICO PSYCHOLOGIQUES (CMP)

Consultations et entretiens (médecins, psychologues, assistante sociale, ...) sur rendez-vous.

→ ANGOULEME

CMP - 152 rue Alfred de Vigny
16000 ANGOULEME - Tél. 05 45 95 38 66

→ NORD CHARENTE

CMP
2 rue Pontreau - 16700 RUFFEC
Tél. 05 45 31 00 96

→ SUD CHARENTE

CMP - 3 place du Champ de Foire
16300 BARBEZIEUX - Tél. 05 45 78 95 25

→ OUEST CHARENTE

CMP
40 rue François Porché
16100 COGNAC
Tél. 05 45 82 05 67

→ EST CHARENTE

CMP
1bis av de la Gare
16110 LA ROCHEFOUCAULD
Tél. 05 45 23 25 44

CMP

5 rue Francis Poulenc - 16800 SOYAUX
Tél. 05 45 24 22 10

CENTRE D'INFORMATION SUR LES DROITS DES FEMMES ET DES FAMILLES (CIDFF)

16 rue des boissières
16000 ANGOULEME - Tél. 05 45 92 34 02
Email. cidff.charente@cidff16.org
www.infofemmes-pch.org

ACTIVITES

Renseignements de 9h à 12h et de 14h à 17h.

« Espace écoute veuvage »

Point d'écoute psychologique.

Lieux et permanences, voir page 24.

GROUPES D'ENTRAIDE MUTUELLE (GEM)

Lieux d'accueil collectif. Temps de convivialité. Propositions d'activités (à l'intérieur et à l'extérieur du GEM). Elaboration de projets de loisirs à l'initiative des adhérents. Les objectifs des GEM sont de :

- rompre l'isolement,
 - restaurer et maintenir les liens sociaux,
 - redonner confiance en soi,
 - favoriser l'autonomie des adhérents, en offrant un accueil qui permet l'écoute et l'échange, l'information et l'aide mutuelle, le choix et l'organisation d'activités culturelles et de loisirs.
- Ce dispositif s'adresse aux personnes adultes psychologiquement fragiles.*

→ ANGOULÊME GEM - UDAF

53 rue Bellegarde
16000 ANGOULEME - Tél. 05 45 22 70 58
Email. gemangouleme@gmail.com

Ouvert tous les jours du lundi au vendredi de 14h à 17h et un samedi dur deux de 14h à 17h.

→ COGNAC - GEM - UDAF

Association l'Espoir de la Vie
31 rue Turner - 16100 COGNAC
Tél. 05 45 32 59 78
Email. gem.cognac@udaf.org

Ouvert les mardis, jeudis et samedis de 11h30 à 17h30.

→ GEM ETRE ENSEMBLE

50, rue Fontaine du Lizier
16000 ANGOULEME
Tél. 05 45 94 95 61
Email. gemetreensemble@laposte.net

Les lundis, mardis, mercredis et vendredis de 14h à 17h et le jeudi de 9h à 12h.

→ GEM L'ÉCHAPPÉE

Association La colombière
5 bd Pasteur - 16000 ANGOULEME
Tél. 05 45 94 46 36

Du mardi au dimanche de 15h à 19h.

→ ASSOCIATION LA PETITE AUBERGE

20 allée du champ brun
Ma Campagne - 16000 ANGOULEME
Tél. 05 45 64 95 29
Email. lapetiteauberge16000@orange.fr

Du lundi au jeudi 14h à 18h.

OMEGA MÉDIATION SOCIALE

67 bd Besson Bey - 16000 ANGOULEME
Tél. 05 45 38 69 83
Email. direction@omega16.net
Site web. www.omega16.net

ACTIVITES

*Ecoute et gestion de conflits.
Mise en relation, information, orientation.
Médiation interculturelle.*

SOS AMITIÉ FRANCE

> Accessible 24h/24, 7j/7

*50 postes d'écoute répartis sur tout le territoire. Liste disponible sur :
www.sos-amitie.org*

Depuis 50 ans, service à l'écoute des personnes en situation de détresse. Confidentiel et anonyme.

> Phare Enfants-Parents

01 43 46 00 62
www.phare.org

Accueil et écoute des parents confrontés au mal-être et au suicide des jeunes

> Ligne azur

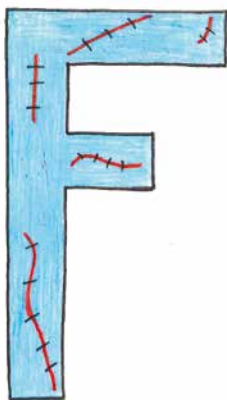
0 810 20 30 40

Dispositif d'information contre l'homophobie et pour la prévention du suicide sur www.ligneazur.org

> Agir contre le harcèlement à l'école

0 808 807 010
www.agircontreharcèlementalecole.gouv.fr

Johan, 15 ans

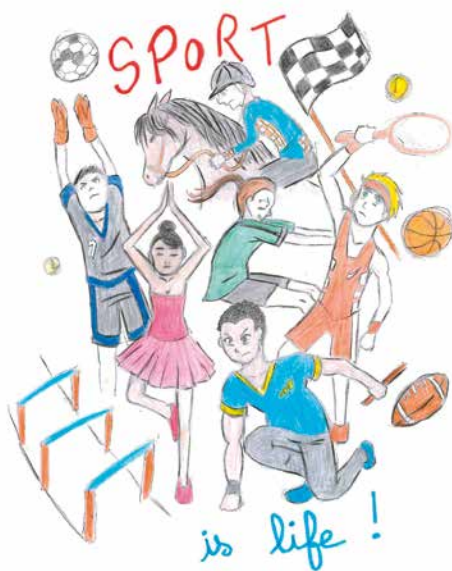


Les mots sont comme des coups, ils font mal et peuvent te faire mal.

MANGER / BOUGER

ACTIVITES PHYSIQUES ET SPORTIVES

Plus d'infos pour vos activités
sportives dans la rubrique
«Je m'active en aggro»,
sur le site du Centre
Information Jeunesse
www.info-jeunesse16.com



Christelle, 24 ans

EQUILIBRE/TROUBLES ALIMENTAIRES

RESEAU TCA POITOU CHARENTES

Centre Hospitalier Henri Laborit
370 av Jacques Coeur
Pavillon Lagrange - SUPEA
86021 POITIERS CEDEX
Tél. 05 49 44 57 59
Email. contact@tca-poitoucharentes.fr

ACTIVITES

Réseau Troubles des Conduites
Alimentaires (anorexie mentale, boulimie
nerveuse, hyperphagie boulimique).

Anorexie boulimie, Info Ecoute :
0 810 037 037.

• Coordonne les structures de soins et de
prise en charge des patients souffrant
de TCA et, en particulier, favorise
l'articulation entre la prise en charge

pédiatrique et celle de l'adulte,
dans tous ses aspects : somatique,
psychiatrique et psycho-social.

- Apporte une aide aux patients, à leurs
familles, aux médecins et à l'ensemble
des professionnels travaillant dans le
domaine des Troubles des Conduites
Alimentaires.
- Promotion des travaux de recherche
dans les domaines de l'épidémiologie,
des étiopathogénies, du diagnostic,
du traitement et de la prévention des
Troubles des Conduites Alimentaires.
- Communication en Poitou-Charentes
et au-delà, des actions de l'Association
au bénéfice des patients, de
leurs familles, et des équipes
soignantes.

UNITE D'ADDICTOLOGIE - ELSA

Centre Hospitalier d'Angoulême
Rond-point de Girac - CS 55015 Saint
Michel - 16659 ANGOULEME CEDEX 9
Tél. 05 45 24 29 32
Email. elsa-pass@ch-angouleme.fr

ACTIVITES

Consultation sur les troubles du
comportement alimentaire.

Suivi infirmier du lundi au vendredi
de 9h à 17h.

Avec rendez-vous, suivi avec le médecin
addictologue et/ou la psychologue.

Sur www.mangerbouger.fr
Consultez la fabrique à menus
et créez vos menus de saison,
personnalisés !



PETITE ENFANCE

PROTECTION MATERNELLE ET INFANTILE - PMI

Maison Départementale des Solidarités
15 bd Jean Moulin - 16000 ANGOULEME
Tél. 05 16 09 76 94

Site Web. www.lacharente.fr

ACTIVITES

Prévention médicale, sociale et psychologique.
Enfants de moins de 6 ans et leurs parents
Service assuré par des médecins, sages-femmes,
infirmières - puéricultrices et des animatrices dans
chaque Maison Départementale des Solidarités.
Voir page 5

www.mon-enfant.fr



Océane, 16 ans

GUIDE TA SANTÉ

SOINS
TABAC
HÉPATITES
ALIMENTATION
RISQUES AUDITIFS
ALCOOL

VIE
VACCIN
DROGUES
SÉCURITÉ
VIOLENCE
SIDA
ACTIVITÉS PHYSIQUES

PRESTATIONS SOCIALES ET FAMILIALES

CAISSE D'ALLOCATIONS FAMILIALES DE LA CHARENTE (Caf)

30 Bd de Bury - CS 90 000 - 16911 ANGOULEME CEDEX 9
Tél. 0 810 25 16 10

Site web. www.caf.fr

ACTIVITES

Mobilisée au service des allocataires, la Caisse d'Allocations Familiales a pour mission de verser des prestations familiales et sociales légales et de développer une action sociale familiale.

→ POINT RELAIS CAF JEUNES ET ETUDIANTS

Centre Information Jeunesse
Place du Champ de Mars
16000 ANGOULEME - Tél. 05 45 37 07 30

ACTIVITES :

Accompagnement et soutien dans
les démarches Caf.

ZOOM sur

LA CAF

Avant de vous déplacer,
consultez **Caf.fr**
et découvrez
les services en ligne.

Allocataire ou non,
vous pouvez :

- Estimer vos droits : aide au logement, Revenu de Solidarité Active (Rsa), Prestation d'Accueil du Jeune Enfant (Paje), Prime d'activité.
- Effectuer vos démarches en ligne (aide au logement, complément de libre choix du mode de garde, Cmg, Paje, prime à la naissance) et télécharger des formulaires.
- Prendre un rendez-vous avec un conseiller au siège.
- Connaître les conditions, les montants et les démarches pour toutes les prestations.
- Trouver les lieux d'accueil les plus proches de votre domicile et localiser l'implantation des bornes interactives et visio-guichets.
- Consulter l'actualité de votre Caf (rubrique « Ma Caf », puis tapez votre code postal).

ALLOCATAIRE, MUNI DE VOS IDENTIFIANTS PERSONNELS

vous pouvez aussi gérer votre dossier dans la rubrique « Mon Compte » et ainsi :

- Consulter et modifier directement en ligne vos informations personnelles : coordonnées postales, téléphone, mail, situation professionnelle ou familiale, grossesse, naissance, séparation, coordonnées bancaires...
- Joindre toute pièce justificative demandée par votre Caf dans la rubrique « Consulter mes démarches »/ « La Caf me demande ».
- Déclarer vos ressources annuelles ou trimestrielles
- Consulter, télécharger et imprimer une attestation de paiement et/ou quotient familial.
- Répondre aux questions des conseillers de la Caf pour l'étude de vos droits dans la rubrique « Mon Compte », « La Caf me demande ».
- Accéder au récapitulatif de vos démarches en ligne, suivre l'état de traitement de vos demandes.

IMPORTANT ! Pour faciliter les échanges, pensez à communiquer sur **Caf.fr** votre numéro de téléphone portable et votre adresse mail.

Pensez aussi aux bornes interactives à votre disposition pour :

- imprimer une attestation de paiement,
- consulter votre dossier allocataire,
- faire une estimation d'aide au logement,
- accéder aux services du **Caf.fr**.

MUTUALITE SOCIALE AGRICOLE DES CHARENTES

«Guichet unique» de la protection sociale du monde agricole, la MSA rembourse à ses adhérents l'ensemble de leurs prestations (maladie, maternité, familiale et vieillesse) et recouvre aussi les cotisations versées par les agriculteurs et les employeurs de main d'œuvre agricole. Au-delà de la protection sociale, la MSA propose un éventail de services visant à améliorer les conditions de vie et de travail de ses adhérents, se caractérisant par des accompagnements, des actions de prévention santé et de sécurité au travail. Sous certaines conditions, elle apporte une aide aux vacances, aux loisirs,

à la formation BAFa et aux études.
Email. infofamille@charentes.msa.fr
Site web. www.msadescharentes.fr

→ MUTUALITE SOCIALE AGRICOLE DES CHARENTES

Siège social - 1 bd Vladimir
17106 SAINTES CEDEX
Tél. 05 46 97 50 50

→ AGENCE D'ANGOULEME

46 bd du docteur Duroselle
16916 ANGOULEME CEDEX 9
Tél. 05 46 97 50 50

Du lundi au vendredi de 8h30 à
12h30 et de 13h15 à 17h.

→ AGENCE DE BARBEZIEUX

26 rue des Basses Douves
16300 BARBEZIEUX SAINT HILAIRE
Tél. 05 46 97 50 50

Accueil du public sur rendez-vous.

→ AGENCE DE CONFOLENS

ZA les Freniers
Maison de la ruralité
16500 CONFOLENS
Tél. 05 46 97 50 50

Accueil du public sur
rendez-vous.

→ AGENCE DE MANSLE

Square Jean Bouillon
16230 MANSLE
Tél. 05 46 97 50 50

Accueil du public sur
rendez-vous.

→ AGENCE DE SEGONZAC

15, rue Pierre Viala
16130 SEGONZAC
Tél. 05 46 97 50 50

Accueil du public sur
rendez-vous.

SOINS
TABAC
HÉPATITES
ALIMENTATION
RISQUES AUDITIFS
ALCOOL
VIE
VACCIN
DROGUES
SÉCURITÉ
VIOLENCE
SIDA
ACTIVITÉS PHYSIQUES
**GUIDE
TA SANTÉ**

SECURITE ROUTIERE

ASSOCIATION PREVENTION ROUTIERE - COMITE DE LA CHARENTE

24 rue du Docteur Guy Ragnaud
16000 ANGOULEME - Tél. 05 45 95 29 84
Email. preventionroutiere16@wanadoo.fr
Site Web. www.preventionroutiere.asso.fr

ACTIVITES

Education et sensibilisation routière.

MISSION SECURITE ROUTIERE

Préfecture de la Charente
7-9 rue de la préfecture - CS 92301
16023 ANGOULEME CEDEX
Tél. 05 45 97 62 83
Email. securite-routiere@charente.pref.gouv

ACTIVITES

Gestion des demandes Label Vie.
Prêt de supports de communication et d'outils de prévention.



Tifenn, 16 ans

www.ckisam.fr
www.preventionroutiere.asso.fr

SIDA / IST / HEPATITES

AIDES

12 rue des Boissières - 16000 ANGOULEME - Tél. 05 45 92 86 77
Email. charente@aides.org - Site Web. www.aides.org

ACTIVITES

Association de lutte contre le sida et les hépatites.
Accueil, information, documentation et prévention du grand public.
Accueil et soutien aux personnes touchées par le VIH-Sida-Hépatites ainsi qu'à leurs proches.
Mise à disposition gratuite de matériel de prévention (Préservatifs...).
Actions d'information et de prévention, réduction des risques : population migrante, homosexuelle, personne en précarité, en milieu carcéral...
Permanence de santé sexuelle avec offre de dépistage rapide du VIH le mardi de 15h à 18h30.



AIDES propose un dépistage rapide du virus du sida. Le résultat est disponible en moins de 30 minutes. Vous pouvez vous faire dépister aussi souvent que vous le souhaitez. C'est rapide, gratuit et totalement confidentiel !

SIDA / IST / HEPATITES

CENTRE GRATUIT D'INFORMATION DE DEPISTAGE ET DE DIAGNOSTIC

Accueil, écoute, information, conseils personnalisés.

Dépistage du VIH (sida) et/ou du VHC, VHB (hépatites B et C), ainsi que de toutes les IST (syphilis, chlamydia...)

En cas de diagnostic de séropositivité, liaison avec les services hospitaliers spécialisés et le médecin traitant, pour prise en charge et suivi médical et psychosocial.

Mise à disposition gratuite de préservatifs.

Anonymat. Sur rendez-vous. Tout public.

Le mardi et le jeudi de 10h à 12h30 et de 16h30 à 18h, le mercredi de 14h à 16h et le vendredi de 12h à 14h.

→ **CENTRE GRATUIT D'INFORMATION DE DEPISTAGE ET DE DIAGNOSTIC (CEGIDD)**

CENTRE HOSPITALIER D'ANGOULÊME

Rond point de Girac
CS 55015 Saint Michel
16959 ANGOULEME
Tél. 05 45 24 42 84
Email. cdag@ch-angouleme.fr

Site Web. www.cdag.docvadis.fr

Du lundi au vendredi de 10h à 14h (sans rendez-vous) et de 14h à 18h (sur rendez-vous).

→ **CENTRE GRATUIT D'INFORMATION DE DEPISTAGE ET DE DIAGNOSTIC (CEGIDD)**

CENTRE HOSPITALIER

INTERCOMMUNAL DU PAYS DE COGNAC - CONSULTATIONS EXTERNES

65 av. d'Angoulême - CS 50264
Chateaubernard - 16112 COGNAC CEDEX
Tél. 05 45 80 13 13
Email. cdag@ch-cognac.fr

EMAPASS RUFFEC

Centre Hospitalier de Ruffec
16700 RUFFEC
Tél. 05 45 29 54 93
Email. emapass@ch-ruffec.fr

ACTIVITES

Dépistage anonyme et gratuit Sida et Hépatites, 24h/24h.

INFOS

➤ **Hépatites Info Service**

0 800 845 800

De 8h00 à 23h00, 7j/7

(Appel gratuit depuis un poste fixe)

www.hepatites-info-service.org

Information, prévention, orientation, soutien sur les hépatites

www.aides.org

➤ **Sida Info Plus**

0 800 840 800

(Appel gratuit depuis un poste fixe)

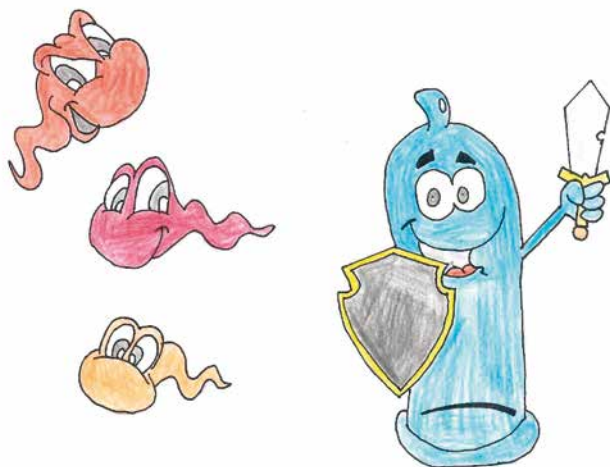
www.sidainfoplus.fr

➤ **Sida Info Service**

Accompagnement des personnes séropositives.

www.sida-info-service.org

Morgane



VACCINATIONS

CENTRE DE PREVENTION DE LA CHARENTE - CPC

8, rue Léonard Jarraud - 16000 ANGOULEME
Tél. 05 16 09 76 05

ACTIVITES

Séances gratuites de vaccination pour tout public, les lundis et jeudis de 9h à 12h et de 13h30 à 16h, les mercredis de 13h30 à 16h sans rendez-vous.

Centre de vaccinations internationales : conseils et vaccins du voyage (fièvre jaune, ...) sur rendez-vous les mardis et vendredis. Vaccins payants.

PROTECTION MATERNELLE ET INFANTILE - PMI

Maison Départementale des Solidarités

15 bd Jean Moulin - 16000 ANGOULEME
Tél. 05 16 09 76 94

Site Web. www.lacharente.fr

ACTIVITES

Prévention médicale, sociale et psychologique.
Enfants de moins de 6 ans et leurs parents
Service assuré par des médecins, sages-femmes, infirmières - puéricultrices et des animatrices dans chaque Maison Départementale des Solidarités. Voir page 5

www.inpes.sante.fr
CFESBases/catalogue/pdf/1175.pdf

www.mesvaccins.net

Mes vaccins à faire

.....

.....

.....

2016
calendrier simplifié
des vaccinations

Âge approprié	Naissance	2 mois	4 mois	11 mois	12 mois	16-18 mois	6 ans	11-13 ans	14 ans	25 ans	45 ans	65 ans et +
BCG												Tous les 10 ans
Diphtérie-Tétanos-Poliomyélite												
Coqueluche												
Haemophilus influenzae de type b (HIB)												
Hépatite B												
Pneumocoque												
Méningocoque C												
Rougeole-Oreillons-Rubéole												
Papillomavirus humain (HPV)												Tous les ans
Grippe												
Zona												

VIOLENCE / MALTRAITANCE

ASSOCIATION DE SOUTIEN AUX VICTIMES D'ACTES DE DELINQUANCE - (ASVAD)

2 rue du Soleil - 16000 ANGOULEME

Tél. 05 45 37 11 11

Email. asvad@wanadoo.fr

ACTIVITES

L'ASVAD collabore avec les services de la justice, les services enquêteurs et l'ordre des avocats.

L'association intervient auprès des personnes victimes d'infractions pénales, d'atteintes aux biens (vol, dégradation, escroquerie...) d'atteintes à la personne (violences physiques, violences conjugales, harcèlement sexuel et moral, accident de la circulation, viol, homicide, etc...)

Un soutien juridique est également proposé : informer et expliquer la procédure, soutenir dans la démarche du dépôt de plainte, accompagner tout au long du parcours judiciaire, orienter vers des professionnels.

Un soutien psychologique en individuel ou en groupe est également possible afin de mettre des mots sur le traumatisme, d'aider à se reconstruire.

Permanences :

• A Angoulême :

Permanence principale d'accueil, Tribunal de Grande Instance, place F. Louvel à Angoulême.

Commissariat d'Angoulême le lundi et jeudi matin.

Gendarmerie d'Angoulême le mardi matin.

Maison de Justice Grande Garenne sur rendez-vous.

• A Cognac :

Palais de justice de Cognac, le 1^{er} lundi de chaque mois de 9h à 12h.

Homme, femme, même combat ! Sortez du cercle.



Commissariat de Cognac, le 1^{er} lundi de chaque mois de 14h à 17h.

• A Soyaux :

Point d'accès aux droits de Soyaux sur rendez-vous.

ASSOCIATION POUR LA PROTECTION L'INFORMATION ET LA DEFENSE DE L'ENFANCE APIDE

1 rue François Larreguy
BP 70227 - 16007 ANGOULEME CEDEX
Tél. 05 45 61 20 02

Email. apide.mousnier@dartybox.com

ACTIVITES

Permanence téléphonique 24h/24 à la disposition des enfants et des adultes pour signaler des enfants en difficulté (victimes de violence, de négligences, etc...).

Rencontres sur rendez-vous.

Défense de l'enfant par les avocats de l'association.

Administrateur Ad'Hoc, agréé par la cour d'appel de Bordeaux, pour les enfants dont les parents sont dans l'incapacité de défendre leurs intérêts, ou lorsque les parents sont responsables des violences.

Prévention sur les droits et devoirs de l'enfant, les violences (enfants et adultes).

Point d'accès aux droits.

Pour les enfants de 0 à 18 ans, victimes de violences (physiques, psychiques, sexuelles etc...) ou en conflit d'intérêt avec leurs représentants légaux.

CENTRE D'INFORMATION SUR LES DROITS DES FEMMES ET DES FAMILLES (CIDFF)

16 rue des boissières
16000 ANGOULEME
Tél. 05 45 92 34 02
Email. cidff.charente@cidff16.org
www.infofemmes-pch.org

ACTIVITES

Accueil sur rendez-vous.
Information, accompagnement
des femmes victimes de violence.
Point d'écoute psychologique.
Lieux et horaires de permanences,
voir page 24.

EQUIPE DE PREVENTION SPECIALISEE GRANDANGOULEME ADSEA

17, rue des Chablis
16000 ANGOULEME
Tél. 09 81 94 81 36
Email. prev.angouleme@adsea86.fr
Site Web. www.adsea86.fr/

ACTIVITES

Les éducateurs de prévention
spécialisée rencontrent les jeunes,
les familles, dans leur milieu naturel
de vie, sans qu'existe un mandat
administratif ou judiciaire nominatif.
L'action éducative respecte donc la libre
adhésion et l'anonymat et s'adresse à
des jeunes âgés de 10 à 21 ans habitant
les quartiers prioritaires du
Grand Angoulême.

• **La relation éducative est basée
avant tout sur une confiance
partagée.**

*Quelle que soit la nature
des problèmes rencontrés,
les éducateurs chercheront
des solutions avec le jeune, de
manière responsable.
L'objectif est de l'aider à devenir
acteur de son projet et de bénéficier
des meilleures conditions
d'épanouissement personnel à travers
les loisirs, la culture, la vie familiale
et l'insertion professionnelle.*

OMEGA MEDIATION SOCIALE

67 bd Besson Bey
16000 ANGOULEME
Tél. 05 45 38 69 83
Email. direction@omega16.net
Site Web. www.omega16.net

ACTIVITES

Ecoute et gestion de conflits.
Mise en relation, information,
orientation.
Médiation interculturelle.

INFOS

> **119**

Enfance en danger

> **3919**

**Accueil de victimes de
violences conjugales**
Appel anonyme et gratuit
www.stop-violences-femmes.gouv.fr

> **e réputation**

ereputation.paris.fr

> **Préjugés et stéréotypes**

www.prejuges-stereotypes.net
www.jeunesviolencesecoute.fr

VIOLENCES FEMMES INFO

APPELEZ LE
3919*

UN NUMÉRO POUR VOUS ACCOMPAGNER
ET VOUS ORIENTER.

*Appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe.

MES NOTES

Handwriting practice area with 15 horizontal lines. Each line consists of a solid top line, a dashed middle line, and a solid bottom line.

MES PENSÉES

Thought recording area with six white, rounded rectangular boxes stacked vertically. The fourth box from the top has a cartoon character with large eyes and a pink tongue sticking out, appearing to peek from behind it.

Numéros d'urgence a

Protéger :
Baliser avant et après
le lieu de l'accident.

Alerter :
Avec maximum de
précisions sur le lieu de
l'accident.

Secourir :
Rester près des blessés
sans les déplacer ;
les couvrir.

SAMU : 15



Pompiers : 18



**Police ou
Gendarmerie : 17**



**N° unique
européen : 112**



Mes numéros importants

.....

.....

.....

.....

.....

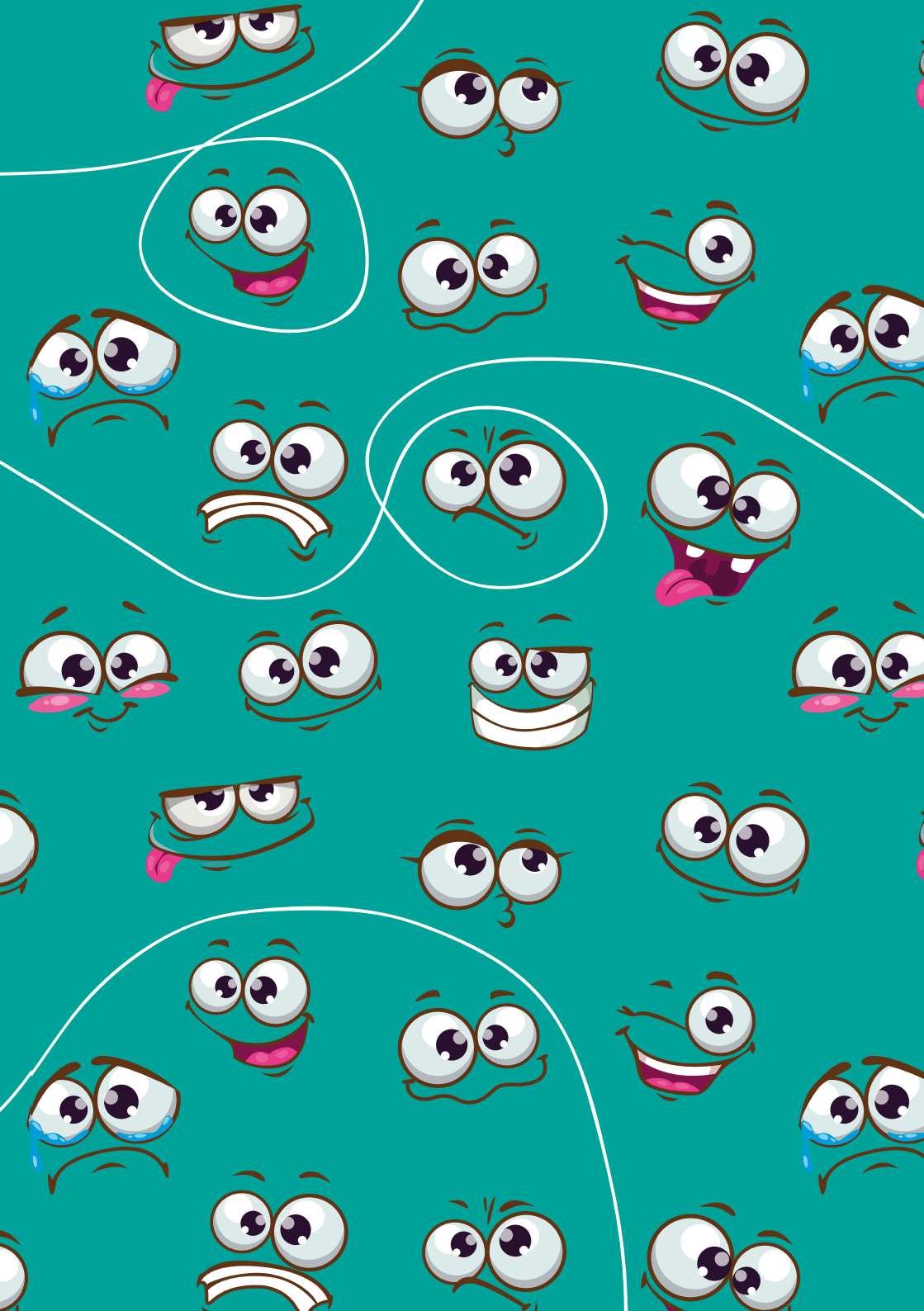
.....

.....

.....

.....

.....



Avec le soutien et la participation de



Information
Jeunesse



Angoulême

CENTRE INFORMATION JEUNESSE

Place du champ de Mars - 16000 ANGOULÊME - Tél. 05 45 37 07 30

Email. cjangouleme@info-jeunesse16.com

Site web. www.info-jeunesse16.com