

GUIDE SANTÉ MENTALE ET ASSUÉTUDES

ENTRAIDE, ACCOMPAGNEMENT ET SOINS

NAMUR
ÉDITION 2025



TROUVER SOUTIEN & ENTRAIDE

TÉLÉ ÉCOUTE

- Télé-Accueil : 107
- SOS Suicide : 0800/32.123
- Écoute-enfants : 103
- Respect Seniors : 0800/30.330
- Violences conjugales : 0800/98.100
- Violences sexuelles : 0800/22.52.52
- Info-drogues : 0800/95.580
- Écoute école : 0800/32.123 (gratuit)
- Surdi-écoute : www.fsb.be/surdiecoute

SOUTIEN EN LIGNE

- www.aide-alcool.be
- www.aide-aux-joueurs.be
- www.maintenantjenparle.be
- www.parlonsen.be
- www.trajet-tdah.be
- www.trouverdusoutien.be

SECTEUR JEUNESSE

Étincelle asbl
• Espace de soutien pour les jeunes dont un proche est en souffrance psychique : www.etincelleasbl.com - 0474/088.007

Maison de l'adolescent (MADO) :
081/776.483

Services d'actions en milieu ouvert (AMO) : www.monamo.be

INFORMATIONS & SENSIBILISATION

PSYNAM
Actions de sensibilisation proposées par des psychologues conventionnés à destination du grand public. www.psynam.be

GROUPES DE PAROLE POUR USAGERS

Dispositifs généralistes
• La ligue des usagers des services de santé (LUSS ASBL) : 081/ 744.426

Dispositifs en santé mentale

- Le funambule (bipolarité) : www.bipolarite.org - 0492/567.931
- SOS Burn out : www.sosburnout.be - 081 39 72 00
- MIATA (troubles des conduites alimentaires) : 0474/ 444.835

Dispositifs en assuétudes
• Alcooliques Anonymes (A.A.) : 078/152.556
• Vie Libre : 061/414.509
• Narcotiques Anonymes (N.A.) : 0488/706.575

GROUPES DE PAROLE POUR PROCHES

Dispositifs en santé mentale
• SIMILES - Association de proches d'usagers en santé mentale www.similes.org - 04/344.45.45
• Pétales Belgique ASBL (Association de parents d'enfants présentant des troubles de l'attachement) - www.petalesbelgique.org

Dispositifs en assuétudes

- Phénix - service Famille (Namur) : 081/225.691
- Destination (Dinant) : 082/228.543
- L'Autre sens (Beauraing) : 0473/821.967
- Le Répît (Couvain) : 060/346.586
- Centre Zéphyr (Auvclais) : 071/897.501
- Vie Libre : 061/414.509
- Groupes Al-Anon (famille) et Alateen (enfants et adolescents) : 02/216.09.08

RENOUER DES LIENS / ME RÉTABLIR

LES STRUCTURES D'ACCUEIL DE JOUR

Dispositifs en santé mentale

- Les structures d'accueil de jour (centres de jour, hôpitaux de jour,...) proposent un projet thérapeutique visant la réadaptation et la réinsertion sociale par un programme personnalisé d'activités (groupes de parole, thérapie, ateliers pratiques, ergothérapie et animations culturelles, kiné,...).
- Les personnes sont encadrées une à plusieurs journées par semaine.
- Ce type de structures s'adresse soit à des personnes souffrant d'un trouble psychique stabilisé, soit à des personnes toxicomanes inscrites dans un processus vers l'abstinence.

Namur

Pour enfants/adolescents (6-18ans) :
• Hôpital de jour « Psychalide » (Beau Vallon) : 081/721.222

Pour adultes :

- Hôpital de jour « Le Tisserin » (Beau Vallon) : 081/721.435
- Hôpital de jour « Mosaïques » (CNP Saint-Martin) : 081/315.960
- Espace « Cadences » (CNP Saint-Martin) : 081/315.480
- Centre de jour « Re-Pair » (CHRS - Site Sambre) : 071/265.454

Dinant

Pour adultes :
• Centre de Réhabilitation Psycho-somatique de Jour (C.R.P.J.) (Vvoir) : 081/426.257
• Hôpital de jour « Le Kiosque » (Ciney) : 081/315.980

Dispositifs en assuétudes

Namur
• Phénix, Centre de jour en Rééducation Fonctionnelle et service spécialisé (pour usagers de drogues) : 081/225.691

LE CLUB PSYCHOSOCIAL

Dispositifs en santé mentale

- Le Club Psychosocial s'adresse à des personnes confrontées à des problèmes psychologiques ou présentant une pathologie psychiatrique, dont la symptomatologie est atténuée.
- Le Club et ses membres apportent un soutien par le biais d'activités de revalidation, d'apprentissage, créatives, sportives...
- Ces activités visent, entre autres, à leur permettre de renouer des liens sociaux, de rompre la solitude...

Namur

- Club Psychosocial « La Charabole » : 081/588.143

CLUBS ET JARDINS THÉRAPEUTIQUES

Dispositifs en santé mentale

Plusieurs Services de Santé Mentale (SSM) développent des clubs et jardins thérapeutiques. Ceux-ci accueillent des personnes adultes (certains en journées, certains en soirées) et proposent des activités collectives dans un climat d'écoute et de non jugement. Chaque personne est accompagnée à son rythme, dans l'élaboration de son équilibre et son autonomie.

Consultez la liste et les coordonnées des clubs et jardins thérapeutiques sur
« Clubs et jardins thérapeutiques - Province de Namur » : www.province.namur.be/clubs-et-jardins-therapeutiques

ÊTRE ACCOMPAGNÉ / ME SOIGNER

EN CONSULTATION

LES SERVICES DE SANTÉ MENTALE (SSM)

Dispositifs en santé mentale

- Lieux de consultations psychologiques, psychothérapeutiques, psycho-sociales, psychiatriques, logopédiques et de psychomotricité.
- Ouverts à tous. Ils offrent des suivis accessibles financièrement (tarif réduit pour public précaire).
- Composés d'une équipe : psychiatre, pédopsychiatre, psychologue, assistant social, agent de liaison, logopède, psychomotricien...
- Généralement un premier rendez-vous est fixé pour analyser la demande et proposer un suivi adéquat après concertation en équipe.

Namur

- SSM d'Andenne : 081/776.838
- SSM de Gembloux : 081/776.793
- SSM de Taminés : 081/776.840
- SSM Namur-Astrid : 081/776.713
- SSM Namur-Balances : 081/776.712
- SSM S&Lina Jambes : 081/305.929

Dinant

- SSM de Beauraing : 081/776.827
- SSM de Ciney : 081/776.825
- SSM de Dinant : 081/776.837
- SSM de Jemelle : 081/776.841

SOS ENFANTS

• Des équipes qui accompagnent dans les moments où la maltraitance est présente ou risque de l'être.
Namur : 081/225.415
Dinant : 081/776.805

+

- Se renseigner aussi via : médecins généralistes, maisons médicales et réseau Alto (assuétudes) ou un service social de votre région.
- Centres de planning familial (Éducation à la Vie Relationnelle Affective et Sexuelle) : www.monplanningfamilial.be
- Centres de consultations privés.

Philippeville

- SSM de Couvin : 081/776.834
- SSM de Florennes : 081/776.821

Les services spécialisés

Pour jeunes :

- SSM de Ciney : 081/776.825
- SSM Namur-Balances : 081/776.712
- SSM S&Lina Jambes : 081/305.929

Pour personnes âgées :

- SSM « Avec Nos Aînés » (ANA) : 081/776.733

Pour personnes réfugiées et/ou demandeurs d'asile :

- SSM « Clinique de l'Exil » : 081/776.819

Pour auteurs d'infractions à caractère sexuel :

- AICS - SSM de Dinant : 081/776.837

LES SERVICES DE CONSULTATION PSYCHO-MÉDICO-SOCIALE

Dispositifs en assuétudes

- Accompagnement social, psychothérapeutique ou médical spécifique à la problématique de la dépendance.
- La plupart propose des permanences sans rendez-vous. Les consultations ont généralement lieu sur rendez-vous, certains peuvent se rendre à domicile.
- Certains services spécialisés proposent un accompagnement spécifique aux jeunes ayant un problème d'assuétudes : Cap Jeunes et Phénix Jeunes.

Namur

- L'Échange, SALMA (maternité/parentalité), SASHA (hépatite C) (Namur Entraide Sida ASBL) : 081/640.095
- Sésame : 081/230.440
- Phénix, service Accueil & Phénix Jeunes : 081/225.691
- Centre Zéphyr (Auvclais) : 071/897.501
- SAGEISS (Andenne) : 085/849.567

Dinant

- Destination & Cap Jeunes : 082/228.543 - 0470/853.631
- L'Autre sens (Beauraing) : 0473/821.967
- La Passerelle (Rochefort) : 0473/660.808

Philippeville

- Le Répît (Couvain) : 060/346.586
- Antennes d'accueil à Momignies, Beaumont, Sivry, Chimay, Froidchapelle, Philippeville, Florennes, Walcourt, Cerfontaine
- Point contact Alcool-Drogues (PCAD) : Mettet, Florennes et Philippeville - 071/681.469

SOINS PSYCHOLOGIQUES DE PREMIÈRE LIGNE

Dispositifs en santé mentale

- Séances individuelles ou de groupes réalisées par des psychologues conventionnés : soutien psychologique et/ou traitement psychologique
- Tarifs réduits et gratuits pour les jeunes de moins de 24 ans.
- Pour des problématiques légères à modérées.

PSYNAM

www.psynam.be

EN SUIVI À DOMICILE

LES ÉQUIPES MOBILES

Dispositifs en santé mentale

- Interviennent sur le lieu de vie et proposent un accompagnement psychosocial individualisé, en période de crise et/ou en suivi continu.
- Soutiennent l'usager dans ses démarches de mise en place et/ou d'activation de son réseau. Le suivi se fait en collaboration avec les autres intervenants/proches impliqués. L'accompagnement peut se faire à la demande de l'usager et/ou d'un tiers.

Namur

Pour enfants/adolescents (0-23 ans) :

- L'@Tribu Mobile : 081/581.251 (Crise - Longue durée - Petite enfance)

Pour adultes (18-65 ans et +) :

- Pléiade - travail de la crise (2A) : 081/408.891
- Pléiade - soins continus (2B) : 081/408.892
- Service de Soins Psychiatriques à Domicile (SPAD) : Philia : 0491/615.853

Pour personnes âgées :

- ANA - « Avec Nos Aînés » : 081/776.733

Pour tout âge :

- EMISM (suivi court terme)
- Sur appel d'un professionnel

Pour personnes présentant un double diagnostic (C.M.I., AVIQ) :

- Les Hélio Tropes : 010/225.233
- L'improptu : 0460/968.990

Pour personnes sous statut de défense sociale :

- ESTIM LG : 0497/589.247 - 0497/589.248

Dinant/Philippeville

Pour enfants/adolescents (0-23 ans) :

- L'@Tribu Mobile : 081/581.251 (Crise - Longue durée - Petite enfance)

Pour adultes :

- Service de Soins Psychiatriques à Domicile (SPAD) Chalazes : 0495/225.540
- Pléiade SUD - équipe 2A&2B : 083/230.220

Pour personnes âgées :

- Équipe TISS-âge Sud : 0491/752.619

Pour tout âge :

- EMISM (Dinant)
- Sur appel d'un professionnel

EN PRISE EN CHARGE RÉSIDENTIELLE

LES HÔPITAUX GÉNÉRAUX AVEC SERVICES DE PSYCHIATRIE

Dispositifs en santé mentale

- Le service psychiatrique est un lieu de soin inséré dans l'hôpital général.
- Destiné aux personnes présentant une problématique psychologique ou psychiatrique nécessitant une hospitalisation de courte durée, sur base volontaire. Celle-ci permet une observation et la mise en place d'un traitement.
- À la fin de l'hospitalisation, des options de suivi sont proposées au cas par cas.

CHR Sambre et Meuse - Site Meuse :

- 081/726.645 www.chm.be

CHR Sambre et Meuse - Site Sambre :

- 071/265.434 - ou 071/265.211 - www.chrvs.be

Clinique St-Luc à Bouge :

- 081/209.111 - www.slbo.be

CHU UCL Namur - Site Godinne :

- 081/423.751 - www.uclmontgodinne.be

LES HÔPITAUX PSYCHIATRIQUES

Dispositifs en santé mentale

- L'hôpital psychiatrique est un ensemble de services de soins spécialisés destinés aux personnes présentant un trouble psychiatrique et/ou neurologique.
- L'hospitalisation permet une observation et la mise en place d'un traitement visant la stabilisation du trouble et des soins de réinsertion de la personne dans la communauté.
- Les demandes d'hospitalisation et les projets de sortie sont traités au cas par cas selon le protocole le plus adéquat.

CNP Saint-Martin

Centre Neuro Psychiatrique - Dave :

- Appels cliniques : Polaris : 081/315.415

Accueil général : 081/315.315

www.cp-st-martin.be

Le Beau Vallon

Soins spécialisés en santé mentale - Saint-Servais :

- Appels cliniques : Canopée : 081/721.222

Accueil général : 081/721.111

www.beauvallon.be

EN URGENCE / EN CRISE

Lors d'une urgence ou d'une crise psychosociale ou psychiatrique, différentes ressources professionnelles sont mobilisables (médecin de garde, équipe mobile de crise, appel d'urgence et éventuellement service d'urgence).

Dispositifs généralistes

- Télé-écoute (24h/24 et 7j/7)
→ Télé-Accueil : 107 (gratuit)
→ Écoute-Enfants : 103 (gratuit, 10h-24h)
→ SOS Suicide : 0800/32.123 (gratuit)

• Médecins de garde

→ Numéro général de garde médicale de Namur : 173

• Centre de Prise en charge des Violences Sexuelles (Namur) : 081/726.262

+

Le service d'urgence en hôpital général

- Le service d'urgence en hôpital général reçoit des patients 24h/24, 7j/7. Il est un lieu de première hypothèse diagnostique, d'initiation de traitement dans l'aigu, ainsi qu'un service d'orientation vers le soin le plus adapté.

• Tous les hôpitaux généraux de Namur disposent d'un service d'urgence.

LES CENTRES DE SOINS GÉRIATRIQUES

Dispositifs en santé mentale

- Les hôpitaux psychiatriques développent également une offre de soins pour les personnes âgées.

Unités à public-cible spécifique

- Edrano (CNP Saint-Martin)

• CeRPPA (Beau Vallon)

Dispositifs santé mentale de crise

Pour enfants/adolescents :

- L'@Tribu Mobile (0-23 ans) : 081/581.251
- Lits de crise CHR (0-17 ans) : 081/727.240
- Lits de crise CHU UCL Namur - site Ste Elisabeth (0-17 ans) : 081/720.492
- Lits de crise CPI Les Goëlands (0-17 ans) : 071/787.904

Pour adultes :

- Pléiade Nord : 081/408.891
- Pléiade Sud : 083/230.220
- Unité HIC (High and Intensive Care) Site Beau Vallon : 081/ 721.222
- Site Saint-Martin : 081/315.415

LES CENTRES DE CURES ET DE POST-CURES EN ASSUÉTUDES

Dispositifs de cures

- Lieux pratiquant le sevrage dans le cadre d'une prise en charge psycho-médico-sociale globale.

Au sein des hôpitaux généraux

Namur

- Clinique Saint-Luc : 081/209.111

• CHR Sambre et Meuse - Site Sambre :

- 071/255.211

• CHR Sambre et Meuse - Site Meuse :

- 081/726.573 ou 081/726.645

Dinant

- CHU UCL Namur - Site Dinant : 082/212.411

• CHU UCL Namur - Site Godinne : 081/423.702

Au sein des hôpitaux psychiatriques

Namur

- Unité Revivo - AIDA (CNP Saint-Martin) : 081/315.415

• Unité Galléol (CNP Saint-Martin) : 081/315.415

• Clinique du Parc (Beau Vallon) : 081/721.222

• Clinique Regina Pacis (Beau Vallon) : 081/721.222

Dispositifs assuétudes de crise

Namur

- Unité de Crise, CHR Sambre et Meuse - Site Meuse : 081/726.573

+

Soutien mobile aux professionnels de première ligne :

En situation de crise ou d'urgence psychosociale

EMISM, Équipe Mobile d'Écoute et d'Intervention en Santé Mentale (soutien à destination des médecins ou professionnels de la première ligne d'aide et de soin).

En situation d'urgence psychiatrique :

Pléiade urgences (soutien à destination des médecins généralistes, Police, services d'urgences ou pédiatres).



SOUTIEN AUX PROFESSIONNELLS

Dispositifs généralistes

Centre Local de Promotion de la Santé (CLPS)
Actions d'informations et de sensibilisation : 081/750.046