



Ateliers en petits groupes - Haute-Vienne

Limoges

Atelier Animations

Sur inscription

- Estime et confiance en soi
- Compétences psycho-sociales
- Gestion émotions et stress
- Arts et cultures

Ateliers santé mentale

Sur inscription

**Entretien avec psychologue clinicien
du lundi au vendredi
uniquement sur rendez-vous**

Bellac - Saint Junien

Ateliers santé mentale

Sur inscription
à la demande, possibilité
de se déplacer sur tout le département

**Entretien avec psychologue clinicien
uniquement sur rendez-vous**



Promotion en santé mentale - Prévention du suicide

LIMOGES

Brive-la-Gaillarde - Guéret

Bellac - Saint Junien - Tulle - Ussel - Vars-sur-Roseix

Dépression

Isolement

Mal-être

Épuisement

Surmenage

Isolé, besoin de parler à quelqu'un ?

Venez discuter, nous sommes là pour vous écouter et vous soutenir !

Ensemble, brisons l'isolement !



05 55 23 49 95



contact@ecouteetsoutien.org



**Uniquement
sur rendez-vous**



24, avenue Martin Luther King
87000 LIMOGES
(Appartement n°21 au 3^{ème} étage)



ecouteetsoutien.fr



Centre Ecoute & Soutien



Lieu d'accueil et d'écoute

Accueil téléphonique et physique avec
ou sans rendez-vous auprès de professionnels.

Entretiens individuels avec des
écoutantes spécialisées et des
référents de parcours.



Entretiens avec des psychologues
pour du soutien ou une thérapie
de courte durée.



Ateliers en petits groupes

- ➡ Groupes de 8 personnes en moyenne
- ➡ Sur inscription
- ➡ Détail des activités page suivante



Actions de prévention du suicide

Sensibilisations et formations en prévention
du suicide pour des professionnels ou bénévoles.



Numéro unique : 05 55 23 49 95

Du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 18h



contact@ecouteetsoutien.org



L'association est présente :

- **Brive** : 47, avenue Maréchal Foch - 19100
- **Guéret** : 28, Avenue d'Auvergne - 23000 (locaux MSA)
- **Limoges** : 24, avenue Martin Luther King - 87000
(Appartement n°21 au 3^{ème} étage)
- Bellac : 12, place du Palais - 87300
- Saint Junien : 2, rue d'arsonval - 87200
- Tulle : 25, quai Gabriel Péri - 19000
- Ussel : 35, avenue de Général Leclerc - 19200
- Vars - sur - Roseix : 18, rue des Puits - 19130