

L'ANNUAIRE SANTE

Rambouillet et Alentours

Vous trouverez dans ce fascicule un rapide descriptif des services présents sur
Rambouillet.

Vous pourrez les retrouver à l'occasion du Forum Santé 2017, organisé par le
Bureau Information Jeunesse de la MJC/CS L'Usine à Chapeaux



ENTRÉE LIBRE AU CAFÉ CLUB

Informations au Bureau Information Jeunesse :
01 30 88 89 01
ou bij@usineachapeaux.fr

l'usine à chapeaux
MAISON DES JEUNES ET DE LA CULTURE / CENTRE SOCIAL

Tél. 01 30 88 89 00
32 rue Gambetta 78120 Rambouillet
usineachapeaux.fr | [usineachapeaux.fr](https://www.usineachapeaux.fr)

Rambouillet

Il s'agit de lieux ressources où vous trouverez :
accueil, écoute, conseils et confidentialité.

Table des matières

BIJ : Bureau Information Jeunesse de la MJC-CS L'Usine à Chapeaux	2
CeGIDD : Centre Gratuit d'Information, de Dépistage et de Diagnostic	3
CMPE : Centre Médico-Psychologique pour Enfants & Adolescents	3
CMPA : Centre Médico-Psychologique pour Adultes	4
CPEF : Centre de Planification et d'Education Familiale	4
CRIPS Ile-de-France	5
CSAPA : Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie.....	5
IFEP : Insertion Formation Education Prévention	6
PMI : Centre de Protection Maternelle et Infantile	6
Sur Internet.....	7
Par téléphone.....	7

BIJ : Bureau Information Jeunesse de la MJC-CS L'Usine à Chapeaux



Adresse : 32, rue Gambetta 78120 Rambouillet
Tel : 01 30 88 89 01 // **Mail :** bij@mjc-rambouillet.asso.fr
Web : www.usineachapeaux.com

Le Bureau Information Jeunesse (BIJ) est un lieu d'accueil et d'information anonyme et gratuit pour tous les jeunes. De l'auto-documentation à l'accompagnement individualisé, l'équipe est disponible pour répondre aux questions des jeunes (15-25 ans) et les aider dans leurs démarches : jobs d'été, jobs d'étudiants, rédaction de CV, lettres de motivation, entretien professionnel, formation et relais baby-sitting, formation PSC1, orientation, études, formations professionnelles, emploi, logement, informations santé et prévention (accès à du matériel préventif : préservatifs, bouchons d'oreilles), société et vie pratique, loisirs et sports, séjours à l'étranger, bénévolat et volontariat, accompagnement de projets, etc.

On y trouve aussi des informations sur les manifestations de la ville ou du département et la billetterie des concerts et spectacles de l'Usine à Chapeaux. Il organise également des forums d'information et des stands de prévention santé ouverts à tous, sur place ou lors de manifestations extérieures (notamment durant la fête de la musique). Il pourra aussi faire le relais avec des structures adaptées aux besoins des personnes.

Horaires BIJ : mardi, jeudi et vendredi : 15h-19h | mercredi : 14h-19h | samedi : 9h30-12h30 et 14h-18h.

En période de vacances scolaires : du lundi au vendredi : 14h-19h

Le **Foyer** de la MJC-CS est aussi un espace dédié aux jeunes de 15-25 ans. Il vous accueille dans une ambiance conviviale avec son baby-foot, son snack-bar et sa terrasse. C'est un lieu de rencontres, d'échange, d'information et d'expression favorisant l'émergence de projets et la création culturelle. C'est aussi un relais départemental Junior Asso et un tremplin vers le bénévolat.

Horaires du Foyer : mercredi : 14h-19h, jeudi : 17h-19h, vendredi : 17h-22h, samedi et dimanche : 14h-18h.

En période de vacances scolaires : du lundi et vendredi : 14h-19h

CeGIDD : Centre Gratuit d'Information, de Dépistage et de Diagnostic



Adresse : Centre hospitalier de Rambouillet, 5-7 rue Pierre et Marie Curie 78120 Rambouillet
Tel : 01 34 83 79 07

Les missions du CeGIDD (= ex CDAG-CIDDIST) sont d'informer sur les infections sexuellement transmissibles et les moyens de prévention existant, de conseiller, de dépister et de traiter.

- ✓ Prévention et dépistage du VIH, des hépatites et des infections sexuellement transmissibles.
- ✓ Informations, conseils, consultations, dépistage, diagnostic : MST/IST, prévention, contraception.

Horaires : mercredi : 14h-16h30 | samedi : 9h-12h30 et selon les demandes

L'accès se fait sans rendez-vous, la consultation et le dépistage sont anonymes et gratuits.

CMPE : Centre Médico-Psychologique pour Enfants & Adolescents



Adresse : Centre médico-psychologique enfants bâtiment n°10-13 rue Pasteur 78120 RAMBOUILLET
Tel : 01 34 57 43 10 / 01 34 83 01 40

Le C.M.P.E. (Centre Médico-Psychologique) est un lieu de consultation et de soins pour enfants et adolescents entre 0 et 16 ans. Il propose aussi un Hôpital de jour pour enfants de 3 à 11 ans.

Il propose différents types de prise en charge plus ou moins intensifs suivant les pathologies : consultations, groupes thérapeutiques, rééducation et prise en charge institutionnelle à temps partiel. Les équipes, pluridisciplinaires, sont composées de pédopsychiatres, de psychologues, d'orthophonistes, de psychomotriciens, d'éducateurs, d'infirmiers, de secrétaires, d'assistants sociaux.

Les familles, les enfants et les adolescents peuvent être reçus en accueil, en consultation, en psychothérapie, individuellement ou en groupe, avec le support de médiations thérapeutiques diversifiées. Les adolescents peuvent faire une démarche, seuls, dans un premier temps.

Horaires : durant les heures d'ouverture du C.M.P.E., l'équipe reçoit les demandes en urgence par téléphone et/ou en accueil. En dehors des heures d'ouverture, les personnes sont orientées vers le service d'urgence le plus proche.

CMPA : Centre Médico-Psychologique pour Adultes



Adresse : 55, rue Sadi Carnot 78120 Rambouillet

Tel : 01 30 88 61 61

Le CMPA de Rambouillet est un lieu de soins accessible du lundi au vendredi à partir de 16 ans.

Une équipe pluridisciplinaire y propose un accueil, une orientation et des prises en charge individuelles ou de groupe adaptées pour chaque situation : soutien infirmier, consultations psychiatriques, psychothérapies, thérapies à médiation, psychomotricité, consultations familiales et conjugales, accompagnement social, actions de réseau et de prévention.

Horaires : lundi, mercredi et jeudi : 9h-19h30 | mardi et vendredi : 9h-17h

CPEF : Centre de Planification et d'Education Familiale



Yvelines
Conseil général

Adresse : 38 bis, rue Sadi Carnot 78120 Rambouillet

Tel : 0 801 802 803 (prix d'un appel local) ou 01 30 83 61 21 **Web :** www.yvelines.fr/cpef

Le Centre de planification et d'éducation familiale permet d'obtenir des informations sur la sexualité, la contraception, la fécondité, la pilule du lendemain, les infections sexuellement transmissibles, le sida, et de bénéficier d'une consultation assurée par un professionnel de santé (médecin, sage-femme) ainsi que d'entretiens auprès de conseillères conjugales et familiales.

Le médecin et la sage-femme peuvent prescrire une contraception adaptée et assurer le suivi gynécologique, délivrer la contraception d'urgence. Un dépistage des infections sexuellement transmissibles (IST) et un diagnostic de grossesse peuvent également être réalisés. Un accompagnement dans les démarches d'IVG (interruption volontaire de grossesse) est proposé.

Les conseillères conjugales assurent des entretiens d'accueil et d'écoute autour de la vie affective, relationnelle et sexuelle : interrogations liées à la sexualité, accompagnement pré et post-IVG, préparation à la vie de couple, soutien à la fonction parentale, conseil conjugal et familial si difficultés dans le couple, accompagnement des victimes de violence conjugale et familiale.

Horaires : mardi : 9h-17h | jeudi : 13h30-17h30 | vendredi : 9h-12h30

Sur RDV, sauf pour les urgences. Les entretiens et les consultations sont gratuits et ouverts à tous.

CRIPS Ile-de-France



Adresse : 14, rue Maublanc 75015 Paris

Tel : 01 56 80 33 33 // **Web :** <http://www.lecrips-idf.net/>

Accueil documentaire, sur RDV : Tél : 01 56 80 33 10 / documentation@lecrips.net

"CONTENTONS-NOUS DE FAIRE REFLECHIR, N'ESSAYONS PAS DE CONVAINCRE." (GEORGES BRAQUE)

Le Crips Île-de-France travaille sur les comportements à risque dans une approche de santé globale, et plus particulièrement dans les domaines : de la vie affective et sexuelle (VIH/sida, IST, hépatites), des addictions, des inégalités et injustices liées aux singularités (sexisme, homophobie, sérophobie).

Acteur très engagé dans la prévention auprès des jeunes, le Crips intervient sur l'ensemble du territoire francilien : dans les lycées et CFA, dans les structures accueillant des publics en situation de vulnérabilité et via son unité mobile de prévention : le BIP. Il met également en œuvre des actions sur de grands événements et manifestations (Solidays, Marche des Fiertés, Fête de l'Humanité, salon de l'Éducation, Journée mondiale de lutte contre le sida, etc.).

À travers son centre de ressources documentaires multimédia et son site internet, le Crips propose au public et aux professionnels impliqués dans la prévention d'accéder à l'information, à la documentation et aux outils pédagogiques nécessaires à la mise en œuvre de leurs actions. Il propose aussi des modèles de stratégies participatives et innovantes faisant appel à la créativité et à l'implication du public par l'organisation de concours (scénarios, textes et images).

CSAPA : Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie



Adresse : CH de Rambouillet, Bât. 10, 1^{er} étage, 5-7, rue Pierre et Marie Curie 78120 Rambouillet

Tel : 01 34 83 68 58

Le CSAPA propose aux personnes présentant des difficultés avec la consommation de substances psychoactives (drogues, alcool, tabac, médicaments...) ou des comportements addictifs (jeux d'argent, jeux vidéo...), ainsi qu'à leur entourage :

- Accueil, Information,
- Evaluation et suivi médico-psycho-social,
- Orientation de la personne et/ou de son entourage,
- Prévention, formation autour des pratiques addictives.

Horaires : lundi : 8h30-19h30 | mardi et jeudi : 8h30-16h30 | mercredi : 8h30-17h00 | vendredi : 8h30-12h30 | Les consultations dispensées sur RDV sont gratuites et peuvent rester anonymes.

IFEP : Insertion Formation Education Prévention



Association Insertion
Formation Éducation Prévention

Adresse : BP 20 147 - 78515 Rambouillet Cedex

Tel : Portables professionnels : 06 14 80 40 98 ou 06 14 80 40 91

Mail : ifeprambouillet@orange.fr

L'IFEP est un service de prévention générale, travaillant auprès de jeunes de 10 à 25 ans et leurs familles.

Le service IFEP permet des accompagnements individualisés autour de problématiques diverses (difficultés familiales, scolaires, d'insertion, soins...).

Pour mener ce travail sur ces difficultés, le service se base sur un réseau partenarial dense.

PMI : Centre de Protection Maternelle et Infantile



Yvelines
Conseil général

Adresse : 26, rue Pasteur 78120 Rambouillet

Tel : 01 34 83 69 37

Le centre de PMI permet :

- **Un suivi prénatal** avec la possibilité pour les femmes enceintes de faire suivre leur grossesse grâce à des consultations prénatales et/ou des visites à domicile par les sages-femmes et les médecins de PMI. L'équipe peut répondre aux questions que se pose la future maman concernant sa grossesse, l'arrivée du bébé à la maison ou l'allaitement maternel.
- **Le suivi des enfants de moins de 6 ans** par des médecins et des infirmières-puéricultrices afin de s'assurer du bon développement de l'enfant, de dépister d'éventuels handicaps et de mettre à jour les vaccinations. Les consultations PMI sont l'occasion pour les parents d'aborder avec des professionnels les questions qu'ils se posent au sujet de la vie quotidienne de l'enfant : alimentation, hygiène, sommeil, apprentissages, etc.

Horaires : du lundi au jeudi : 8h30-12h30 ; 13h30-17h30 | Vendredi : 8h30-12h30 ; 13h30-16h30

Sur Internet

- Sur la santé globale, des infos, des questions, des quizz, etc. : www.filsantejeunes.com; www.portail-sante-jeunes.fr; www.avenir-sante.com
- Sur la contraception : www.choisirsacontraception.fr; www.ipasscontraception.fr
- Sur la sexualité, le plaisir, les IST : www.onsexprime.fr; www.keskesex.fr; www.ligneazur.org
- Sur le sida, les MST et les IST : www.sida-info-service.org; www.hepatites-info-service.org; www.info-ist.fr
- Sur l'alcool : www.jeunes.alcool-info-service.fr
- Sur les drogues : www.drogues-info-service.fr // Sur le tabac : www.tabac-info-service.fr
- Sur la sécurité routière : www.preventionroutiere.asso.fr
- Sur la prévention de la santé et du bien-être, et l'accès au droit : www.ameli-sante.fr
- Sur la prévention auditive : www.lerif.org; www.bruit.fr; www.agi-son.org; www.ecoute-ton-oreille.com
- Sur le harcèlement : www.nonauharcèlement.education.gouv.fr
- Sur l'alimentation : www.mangerbouger.fr

Par téléphone

- Fil Santé Jeunes : 0800 235 236 ou 32 24 ou 01 44 93 30 74
- SOS Homophobie : 0 810 108 135
- Ligne Azur, contre l'homophobie et pour la prévention du suicide : 0810 20 30 40
- SIDA info service : 0 800 840 800
- Violences Femmes Info : 39 19
- Stop Harcèlement : 0808 807 010 ou 3020 // Net écoute (cyber-harcèlement) : 0800 200 200
- Allô Enfance Maltraitée : 119
- Jeunes Violence Ecoute : 0808 807 700
- Tabac Info Service : 3989
- Drogues info service : 0 800 23 13 13 ou 01 70 23 13 13
- Ecoute cannabis : 0 811 91 20 20
- Sécurité Sociale et Assurance Maladie : 3646

Et bien d'autres encore....

Il existe de nombreux services à votre disposition, le plus souvent anonymes et gratuits.

Pour vous ou pour un ami, il ne faut pas hésitez...

Il faut en parler !

A votre médecin, à votre professeur préféré, à un professionnel, à une personne de confiance...

Quels que soient vos questions ou vos problèmes, vous n'êtes pas seul. Parlez-en !

Ce document a été réalisé par le Bureau Information Jeunesse
de la MJC-CS l'Usine à Chapeaux de Rambouillet,
avec le concours des professionnels Santé de Rambouillet et alentours.
Merci à tous, et à l'année prochaine !

Il se peut que certaines informations évoluent dans le temps.
Contactez-nous pour rester informés !

Nous contacter :

Bureau Information Jeunesse - MJC / CS
32, rue Gambetta 78120 RAMBOUILLET
01 30 88 89 01 | bij@mjc-rambouillet-asso.fr

**Rencontrez les acteurs santé
de Rambouillet et alentours
pour vous informer !**

- ➔ **Nutrition**
- ➔ **Contraception**
- ➔ **Addiction**
- ➔ **Accès aux soins**
- ➔ **Et bien d'autres thématiques...**

*Différents professionnels de la région sont prêts à vous
écouter et à répondre à vos questions en toute discrétion !*



Ne pas jeter sur la voie publique | Visuel : DR / IPNS 2017

Les autres publications du BIJ :

- Le guide pratique « Le baby-sitting »
- Le guide pratique « Les métiers de l'animation et de l'enfance »
- Le guide pratique « SOS rentrée »
- Le guide pratique « Les différents types de séjours linguistiques »
- Le guide pratique « Comment trouver un job, un emploi à l'étranger ? »
- Le guide pratique « Service Civique »