



Je n'ai plus d'argent pour acheter de la nourriture

- ★ Contacter un des **pôles médico-sociaux**
Un.e assistant.e social.e vous accompagnera pour trouver une solution et vous dirigera éventuellement vers une association (Secours Populaire, Emmaüs, Epicerie Sociale, St Vincent de Paul, Croix Rouge ...)
- ★ Contacter les **Restos du Cœur** - 04 50 71 91 32
- ★ Aller au **CCAS de votre commune** ou à la mairie



Je ne sais pas où dormir

- ★ **En cas d'urgence** : contacter le **115 SAMU SOCIAL**
- ★ Contacter un des **pôles médico-sociaux**
Un.e assistant.e social.e vous accompagnera pour trouver une solution et vous dirigera éventuellement vers un centre d'accueil



Je suis en galère financière

- ★ Contacter un des **pôles médico-sociaux**
- ★ Contacter **SOS Familles Emmaüs** au **04 50 71 63 44**
Rue du Clos d'Yvoire - 74200 Thonon
Permanence le jeudi - 8h à 12h - 14h à 17h

PÔLES MÉDICAUX-SOCIAUX

Thonon Est - 04 50 33 23 96
81, Avenue d'Évian - 74200 Thonon

Thonon Ouest - 04 50 33 23 97
Périphériques et Vallées - 04 50 33 23 98
2, Avenue de Vernay - 74200 Thonon

Douvaine - 04 50 94 23 63
8, Rue du Bourg Neuf - 74140 Douvaine

Évian - 04 50 33 23 94
26, Avenue des Sources - 74500 Évian



Je cherche un emploi

- ★ Contacter **Pôle emploi** au **3949**
- ★ Les associations ci-dessous peuvent vous aider à vous ré-insérer dans la vie professionnelle

Chablais Inter emploi - 04 50 26 24 05 - info@chablaisinteremploi.fr

L'amaryllis - 25, route de Tully - 74200 Thonon
Collecte, tri - vente de vêtements, accueil, nettoyage, garde d'enfants, divers métiers...

Chablais Insertion - 04 50 71 93 36 - contact@chablaisinsertion.fr

105c, route de la Dranse - 74500 Publier
Activité paysagère, entretien espaces verts, second-œuvre bâtiments, nettoyage...

Pousses d'Avenir - 04 50 72 76 94 - jardin@poussesdavenir.org

35, impasse des jardins - La Bennaz - 74500 Publier
Maraîchage biologique

★ **Pour les jeunes de 16 à 25 ans déscolarisés**

Mission Locale Jeunes du Chablais - 04 50 26 36 97

26, boulevard du Canal - 74200 Thonon

www.ml-chablais.org www.facebook.com/missionlocalechablais/

★ **Pour tous les jeunes de 15 à 30 ans**

Bureau Information Jeunesse - 04 50 26 22 23

8, Avenue St François de Salles - 74200 Thonon

Point Info Jeunesse - 04 50 70 77 62 / 06 26 60 51 12

1, Avenue de Larringes - 74500 Évian



Je souffre d'addiction (drogue, alcool...)



- ★ **Pour vous aider ou aider un proche, famille ou ami.e...**

Le Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en

Addictologie - 04 50 26 66 15

5, Chemin Vieux - 74200 Thonon

Les Alcooliques Anonymes - 09 69 39 40 20 / 06 27 24 28 26

1, Avenue de Ripaille - 74200 Thonon

La permanence PSY en addictologie - 06 45 60 98 51

Du lundi au vendredi - 9h-20h



Enfant ou jeune victime de maltraitance ou de cyberharcèlement

Si vous êtes témoin de maltraitance physique ou psychologique, il est de votre devoir de ne pas détourner le regard, de ne pas être complice, de **protéger les enfants et les jeunes**.

- ★ En cas d'urgence, contacter le **119 Enfance en Danger**, joignable tous les jours 24h/24
- ★ Contacter un des **pôles médico-sociaux**



Je suis femme et victime de violences conjugales

- ★ Contacter l'Espace Femmes local **04 50 97 61 90**
espacefemmes74@gmail.com
- ★ Hors heures de permanence, appeler le **3919 Violences Femmes Info** - n° anonyme



Je suis migrant arrivé depuis peu

- ★ L'association **Service Social Familial Migrants** aide administrativement les populations migrantes (titres de séjour, regroupement familial etc.)
Contacter **l'Antenne de Justice et de Droit**



Je suis vraiment à bout

- ★ **Suicide Ecoute** 24h/24 et 7j/7
01 45 39 40 00
- ★ **Urgences Hôpital** - le 15
- ★ **Point Ecoute Jeunes**
06 86 30 38 32
*Lundi de 13h à 18h30
*Mercredi de 9h à 12h30
*Jeudi de 13h à 18h
- ★ **Point Ecoute Parents**
06 85 52 92 12
Gratuit, confidentiel, sur rendez-vous



J'ai besoin d'un avis juridique

- ★ Victime de violences, d'un accident, d'un vol...- en litige avec un propriétaire, un voisin...- des questions sur le droit du travail, de la famille...- Contacter **l'Antenne de Justice et de Droit en Chablais**

Antenne de Justice et de Droit en Chablais

04 50 17 04 82

du lundi au vendredi 8h30-12h30 14h-17h
10, chemin de Morcy, Tour n° 15
La Versoie 74200 Thonon

Je suis victime ou témoin de LGBT-phobie

- ★ Pour les jeunes en rupture familiale, contacter 24h/24
LE REFUGE au **06 31 59 69 50**
- ★ **SOS Homophobie (LGBT)**- **01 48 06 42 41**
Du lundi au vendredi de 18h à 22h - samedi de 14h à 16h - dimanche de 18h à 20h - appel anonyme

En cas de DANGER appeler le commissariat ou la gendarmerie de votre secteur, ou faire le 17 ou le 112