



## Ma vie intime, j'en parle



### Mes envies



### Mes freins



### Mes limites - Mes contraintes



### Mes stratégies



## Contacts utiles

### Ressources nationales

#### Santé sexuelle pour tous

- Centres de santé sexuelles (information, dépistage, contraception, interruption volontaire de grossesse, consultations anonymes et gratuites) : 0800 08 11 11  
[www.planningfamilial.org](http://www.planningfamilial.org)
- Fil Santé Jeunes (anonyme et gratuit – 12-25 ans) : 0800 235 236  
<https://www.filsantejeunes.com/>
- Question Sexualité\_ : <https://questionsexualite.fr/>
- Sexualités Info Santé : <https://www.sexualites-info-sante.fr/>
- Ligne Azur (Soutien et ressources LGBT+) : 0 810 20 30 40 (appel + 0.06€/min)  
<https://www.ligneazur.org/> (+ mail)

#### Sexualités et maladies

- Ressources régionales « Cancer et Sexualité » :
  - Centre François Baclesse, Caen : Mme Audrey GOLLE (infirmière) et Dr Carine SEGURA (médecin) : prise de rendez-vous, y compris patients non suivis au CFB, auprès du secrétariat des soins de support : 02.31.45.40.02
  - Centre Henri Becquerel, Rouen : Dr Marie-Laure FONTOURA, prise de RDV au 02.32.08.22.06
- Hépatites Info Service : 0800 845 800 <https://www.hepatites-info-service.org/>
- Sida Info Service : 0800 840 800 <https://www.sidainfoplus.fr/>

#### Associations de patients

Contactez France Asso Santé pour avoir les coordonnées de l'association de patients dédiées à votre maladie : 01 53 62 40 30 <https://www.france-assos-sante.org/>

#### Addiction :

- Addict'aid : <https://www.addictaide.fr/>
- Drogues-Info-Service : 0800 23 13 13 <https://www.drogues-info-service.fr/> (+ tchat)

#### Violences :

Ecoute des victimes de violences : 3919

## Ressources territoriales ... Manche

### Santé sexuelle pour tous

- CIDFF Cherbourg (Centre Information sur les droits des Femmes et des Familles) : 02 33 94 77 05
- Association Femmes : 02 33 88 55 77
- Les Centres de Santé Sexuelle (Anciennement Centre d'Education et de planification Familiale)
  - \* Cherbourg/Val de Saire : 02 33 88 77 16
  - \* Cherbourg/Hague : 02 33 10 01 56
  - \* Cherbourg/ Hôpital : 02 33 20 75 48
  - \* Valognes : 02 33 21 74 74
  - \* Carentan : 02 33 71 63 83
  - \* St Lô : 02 33 77 25 31
  - \* Coutances : 02 33 17 40 03
  - \* Granville : 02 33 91 14 20
  - \* Avranches : 02 33 89 27 76
  - \* Mortain/ St Hilaire : 02 33 69 28 00

### Sexualités et maladies

- « Cancer et Sexualité » - Centre François Baclesse, Caen : Mme Audrey GOLLE (infirmière) et Dr Carine SEGURA (médecin) : prise de rendez-vous, y compris patients non suivis au CFB, auprès du secrétariat des soins de support : 02.31.45.40.02
- CeGIDD Manche : 02 33 72 19 79 (Dépistage uniquement sur rendez-vous du mardi au jeudi de 10h à 15h)

### Associations de patients

- Association VIH'Gillance (Prévention VIH/ Santé sexuelle et accompagnement des patients) : 06 51 23 58 78 ou 06 42 99 73 95 / [association.vihgillance@gmail.com](mailto:association.vihgillance@gmail.com)

### Addiction :

### Violences :

- Association Sortir du Silence (Violence sexuelle) : 02 33 93 92 72 / Permanences les lundi de 11h à 13h et les mercredis de 18h à 20h sinon ne pas hésiter à laisser un message sur le répondeur
- Fondation Le Refuge (Pour les victimes de violences LGBTQIA+ / lesbiennes, gays, bisexuels, trans, queer, intersexe et asexuel) : Permanences chaque 1er vendredi du mois au commissariat de Cherbourg-En-Cotentin de 9h30 à 12h30

## Ressources territoriales ... Seine-Maritime

### Santé sexuelle pour tous

- *Planning Familiale 76 : 02 35 73 28 23*
- *Réseau Santé sexuelle de la métropole Rouen Normandie : 06 30 85 58 32 - pf76.reseau-santesexuelle@orange.fr - www.reseausantesexuellepf76.com*
- *CIDFF 76 : CENTRE D'INFORMATION DÉPARTEMENTAL SUR LES DROITS DES FEMMES ET DES FAMILLES - 33, rue du Pré de la Bataille 76000 ROUEN - 02.35.63.99.99*

### Sexualités et maladies

- *« Cancer et Sexualité » - Centre François Baclesse, Caen : Mme Audrey GOLLE (infirmière) et Dr Carine SEGURA (médecin) : prise de rendez-vous, y compris patients non suivis au CFB, auprès du secrétariat des soins de support : 02.31.45.40.02*
- *CeGIDD Elbeuf : 02 32 96 80 70 [cegid.elbeuf@chi-elbeuf-louviers.fr](mailto:cegid.elbeuf@chi-elbeuf-louviers.fr)*
- *CeGIDD rue Gustave Flaubert 76600 Le Havre : 02.32.73.35.55*
- *Centre de planification et d'éducation familiale*

#### **BOLBEC • CMS**

41 rue du Maréchal De Lattre de Tassigny

02 35 31 55 80

#### **FÉCAMP • CMS**

5, rue Henri Dunant - BP 136

02 35 28 17 57

#### **LE HAVRE • CMS**

45 rue Gustave Flaubert

02 32 74 03 52

#### **LE HAVRE • CMS**

45 rue Gustave Brindeau

02 32 72 77 20

#### **LE HAVRE • CMS**

38 rue Jules Vallès

02 35 13 02 85

#### **LE HAVRE • CMS**

420, avenue du Bois au Coq

02 32 85 32 80

#### **LILLEBONNE • Hôpital Centre de Planification**

19 avenue René Coty

02 35 39 35 60

#### **MONTIVILLIERS • Hôpital Jacques Monod**

29 rue Pierre Mendès France

02 32 73 40 85

## *Ressources territoriales ... A compléter*