



**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 cherche un emploi**

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

**Chablais Inter emploi** - 04 50 26 24 05 - [info@chablaisinteremploi.fr](mailto: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](mailto: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](mailto:jardin@poussesdavenir.org)  
35, impasse des jardins - La Bennaz - 74500 Publier  
*Maraîchage biologique*



**Je ne sais pas où dormir**

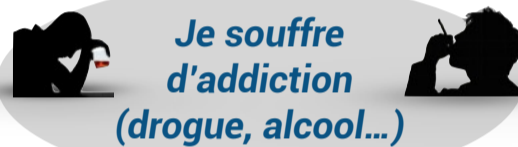
- ★ **En cas d'urgence** : contacter le **115 SAMU SOCIAL**
- ★ Contacter un des **pôles médico-sociaux**  
Un.e assistant.e social.e vous accompagnera pour trouver une solution et vous dirigera éventuellement vers un centre d'accueil



**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

- ★ **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  
<http://www.mljchablais.org/> [www.facebook.com/missionlocalechablais/](http://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...**

**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 33 23 93  
8, Rue du Bourg Neuf - 74140 Douvaine

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

**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 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

**Je suis femme et victime de violences conjugales**

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

**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

**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**

**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

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