

## Information, orientation et accompagnement

Les bonnes adresses pour obtenir des informations, se faire orienter, accompagner et où demander de l'aide en cas de problème pour se faire soigner ou pour obtenir une protection maladie :

### Les travailleurs sociaux

**Proxim'Social** - Service d'accueil, d'information et d'orientation physique et téléphonique.

0805.01.2530 appel gratuit depuis une ligne de téléphone fixe.

Accès au service du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h30- 9 rue Picasso (CCAS de Besançon).

### Les assistants sociaux des centres médico-sociaux (CMS) de quartiers (il faut se rendre au centre médico-social de son quartier)

Les centres médico-sociaux (CMS) à Besançon :

- CMS Bacchus (centre ville) – 1 place Bacchus – 03 81 25 87 00
- CMS Planoise – Immeuble Lafayette 20 boulevard Salvador Allende – 03 81 51 00 41
- CMS Saint Ferjeux – 30 rue Caporal Peugeot – 03 81 41 40 10
- CMS Saint-Claude – 6 rue Jean Wyrsh – 03 81 50 31 41
- CMS Tristan Bernard (Palente – Clairs-Soleils) – 19 rue Tristan Bernard – 03 81 25 44 44
- CMS Montrapon – 7 chemin de l'Épitaphe – 03 81 50 42 84

### Autres

**CIDFF (Centre d'Information sur les Droits des Femmes et des Familles)**. Pour avoir des renseignements sur ses droits. 14 rue Violet – 03 81 83 48 19.

**Permanence téléphonique du Comede** (Comité Médical pour les Exilés) pour une information sur l'accès aux soins et à une protection maladie au 01 45 21 63 12 le lundi, mardi, mercredi et vendredi de 9 à 13h.

Pour plus d'informations sur ses droits et l'accès aux soins il existe des organismes spécialisés en droits des étrangers qui peuvent renseigner, aider les personnes :

***l'association CDDLE*** (Collectif de Défense des Droits et Libertés des Etrangers) - permanences les lundi de 18 à 20h et mercredi de 17 à 19h, 13 E rue Brûlard - 06 75 13 65 10 ou 06 74 56 08 77 ou 06 33 79 86 06 ou 06 74 83 11 94.

***la CIMADE*** - permanence: le jeudi de 14h à 18h, 13 E avenue Brûlard 7ème étage - 03 81 86 20 11 ou 06 07 78 06 25 <http://www.cimade.org/regions/franche-comte-bourgogne>

#### **Autres liens :**

Vous pouvez aussi trouver des adresses concernant la santé sur le site internet de la **ville de Besançon** <http://www.besancon.fr/> rubrique Santé Social et aussi dans la sous rubrique Santé de la rubrique Santé Social (une fois sur cette page il y a un menu à gauche de l'écran avec plusieurs sous rubriques).

**Centre de sécurité sociale de Besançon** : CPAM du Doubs, 2 rue Denis Papin - tel : 36 46 (numéro national - environ 6 centimes d'euro par minute).

--> Le site officiel national de l'Assurance Maladie : [www.ameli.fr](http://www.ameli.fr)

--> Le site du Doubs de l'Assurance Maladie :

[http://www.ameli.fr/employeurs/votre-caisse-doubs/index\\_doubs.php](http://www.ameli.fr/employeurs/votre-caisse-doubs/index_doubs.php)

---

## Sécurité sociale de base

Il faut d'abord demander la sécurité sociale « de base » ; c'est un droit pour toute personne vivant en France en situation régulière et depuis au moins 3 mois (sauf pour les demandeurs d'asile qui n'ont pas besoin de résider en France depuis au moins 3 mois pour y avoir droit).

La sécurité sociale de base permet de se faire rembourser une partie ou de payer seulement une partie des frais de santé.

Il faut la demander au centre de sécurité sociale de Besançon : *CPAM du Doubs*, 2 rue Denis Papin – tel : 36 46 (numéro national - environ 6 centimes d'euro par minute). Lorsque l'on fait la demande, il faut fournir certains documents :

### **Documents à fournir**

État-civil : en priorité un extrait d'acte de naissance, sinon un passeport ou une carte d'identité ou un certificat de dépôt de l'Ofpra (Office français de protection des réfugiés et apatrides) pour les demandeurs d'asile ou tout autre document de nature à attester de son identité.

Adresse : attestation d'hébergement (avec quittance de loyer ou facture EDF) ou domiciliation administrative dans un organisme agréé. Attention : il faut s'assurer que le courrier parvienne effectivement à cette adresse.

Résidence régulière en France : tout document de séjour délivré par la préfecture en cours de validité : carte de résident, carte de séjour temporaire, récépissé, autorisation provisoire de séjour, rendez-vous/convocation, notice asile...

Ressources : attestations de l'ensemble des ressources entre janvier et décembre de l'année précédente<sup>1</sup> (salaires, allocations, etc.).

*Toutefois, pour les personnes qui ont aussi droit à la CMU complémentaire : attestations de l'ensemble des ressources seulement des 12 derniers mois*

---

## **Other Health Insurances (Les Assurances complémentaires)**

On peut compléter sa sécurité sociale de base par une mutuelle, une assurance complémentaire payante privée ou la CMU et l'AME si on a de faibles ressources, pour payer une partie supplémentaire des frais de santé.

Pour les personnes qui ont de faibles ressources financières, cette complémentaire est gratuite et s'appelle **CMU complémentaire**. Pour les personnes qui n'ont pas de titre de séjour et qui ont de faibles ressources financières, il faut demander **l'Aide médicale État (AME)**.

Pour les personnes qui n'ont droit ni à la CMU complémentaire ni à l'AME et qui n'ont pas suffisamment de ressources financières pour payer une mutuelle ou assurance complémentaire privée, il est possible dans certains cas d'avoir une **aide à la mutualisation**.

### ***La CMU complémentaire***

Ont droit à la CMU complémentaire les personnes qui ont droit à la sécurité sociale « de base » et qui perçoivent moins de 587,16 euros nets par mois (le montant varie selon le nombre de personnes – pour 2 personnes par exemple il faut percevoir moins de 880,75 euros) ; ces sommes peuvent changer régulièrement. Lorsque l'on a la CMU complémentaire, on peut être soigné sans payer.

Les bénéficiaires du RSA et les demandeurs d'asile ont droit automatiquement à la CMU complémentaire.

Les personnes qui dépassent légèrement le plafond peuvent demander une aide pour payer une mutuelle ou une assurance privée : Aide à la mutualisation/ tiers payant.

Lorsqu'on a besoin de consulter rapidement, un médecin ou un dentiste et que l'on ne peut pas payer, il faut demander une « admission immédiate » à la CMU complémentaire, si besoin avec une lettre du médecin. Le centre de sécurité sociale délivrera une attestation dans les jours suivants. Il faut toujours apporter tous les documents nécessaires.

Pour demander la CMU complémentaire il faut s'adresser au centre de sécurité sociale de Besançon : *CPAM du Doubs*, 2 rue Denis Papin – tel : 36 46 (numéro national - environ 6 centimes d'euro par minute). Lorsque l'on fait la demande, il faut fournir les attestations de l'ensemble des ressources au cours des 12 derniers mois (Assedic, RMI, salaires...) ou une déclaration sur l'honneur

Avec la CMU complémentaire, on ne paie ni les consultations à l'hôpital ou chez le médecin, ni les examens de laboratoire, ni les médicaments à la pharmacie.

À chaque consultation, il faut présenter l'attestation ou la carte Vitale avec la notification papier.

La CMU complémentaire est valable 1 an, partout en France. Il faut demander le renouvellement de la CMU complémentaire 2 mois avant la date de fin de droits si la situation n'a pas changé.

Si vous êtes hospitalisé et sans protection maladie, adressez-vous à l'assistante sociale de l'hôpital pour obtenir une protection maladie afin d'éviter de recevoir une facture. Si vous recevez la facture de l'hôpital, allez voir sans tarder l'assistante sociale.

Attention ! Pour les personnes qui n'ont pas d'extrait d'acte de naissance, la Sécurité sociale attribue un numéro d'immatriculation provisoire (qui commence par 7 ou 8), et ne délivre pas la carte Vitale. Il faut présenter l'attestation papier pour être soigné.

#### Domiciliation administrative

Si vous êtes sans domicile fixe ou si vous ne pouvez pas obtenir une attestation d'hébergement, demandez une domiciliation :

- soit auprès de la mairie de Besançon - 2 rue Mégevand - 03.81.61.50.50.
- soit auprès d'une association agréée Sécurité sociale et Aide médicale État (demandez à la mairie les coordonnées des associations agréées).

#### ***L'Aide médicale État (AME)***

Ont droit à l'AME les personnes qui vivent en France depuis au moins 3 mois, qui n'ont pas de titre de séjour et qui perçoivent moins de 587,16 € nets par mois.

Attention ! Avec une convocation ou un rendez-vous de la préfecture, il faut demander la sécurité sociale « de base » et la CMU complémentaire, pas l'AME.

Lorsqu'on a besoin de consulter rapidement, il faut se rendre à l'hôpital public et demander au médecin une lettre pour accélérer la délivrance de l'AME par le centre de sécurité sociale auquel il faut apporter tous les documents nécessaires.

Il faut faire sa demande d'AME au centre de sécurité sociale de Besançon : *CPAM du Doubs*, 2 rue Denis Papin – tel : 36 46 (numéro national - environ 6 centimes d'euro par minute). Lorsque l'on fait la demande, il faut fournir certains documents.

Documents à fournir pour demander l'AME :

État-civi I: en priorité un extrait d'acte de naissance, sinon un passeport ou une carte d'identité ou un certificat de dépôt de l'Ofpra pour les demandeurs d'asile ou tout autre document de nature à attester de votre identité.

Adresse: attestation d'hébergement (avec quittance de loyer ou facture EDF) ou

domiciliation administrative dans un organisme agréé (voir p. 5). Attention : il faut s'assurer que le courrier parvienne effectivement à cette adresse.

Résidence en France depuis au moins 3 mois: tout justificatif de résidence, quittance de loyer ou facture EDF, documents de l'Ofpra, anciens titres de séjour, bulletin d'hospitalisation, feuilles de salaire...

Ressources: en priorité un document retraçant les moyens d'existence du demandeur et des personnes à sa charge conjoint, enfants), pour les 12 derniers mois. Sinon, fournir les indications sur les charges de vie effectivement assumées.

L'AME est payante depuis le 1<sup>er</sup> mars 2011 : 30 euros l'année.

Avec l'AME, on ne paye ni les consultations à l'hôpital ou chez le médecin, ni les examens de laboratoire, ni les médicaments à la pharmacie. L'AME permet l'accès aux soins dentaires mais pas aux prothèses dentaires ni aux lunettes.

Il faut se présenter à chaque consultation avec l'attestation d'admission à l'AME.

L'AME est valable 1 an, partout en France. Il faut demander le renouvellement de l'AME 2 mois avant la date de fin de droits si la situation n'a pas changé.

### **Aide à la mutualisation**

Il s'agit d'une aide financière qui paie une partie de sa mutuelle ou assurance privée. Pour y avoir droit il faut que les ressources financières de la personne ne dépassent pas un certain plafond qui est égal à environ 20% de plus que la CMU complémentaire. Se renseigner et/ou faire la demande auprès du centre de sécurité sociale de Besançon : *CPAM du Doubs*, 2 rue Denis Papin – tel : 36 46 (numéro national - environ 6 centimes d'euro par minute).

## Médecin traitant

Il faut choisir le médecin traitant par lequel on souhaite être suivi. C'est la condition pour être remboursé au mieux des frais de santé.

Le médecin que l'on choisit devient son médecin traitant et on doit donner son nom à la Sécurité sociale pour être remboursé des frais médicaux. Ce médecin coordonne tous les soins. Lorsque l'on veut aller chez un spécialiste par exemple, il faut passer d'abord chez le médecin traitant. Bien sûr, chacun a le droit de changer de médecin traitant quand il le souhaite, notamment en cas de déménagement.

Signalez tout changement de médecin traitant à votre centre de sécurité sociale.

Demandez des copies de vos résultats d'examens, et apportez toujours tous vos documents médicaux lorsque vous allez voir un médecin.

---

## Où consulter à Besançon

Bonnes adresses pour les médecins, les hôpitaux, les services spécialisés

### **Les médecins généralistes privés**

Pour trouver les coordonnées des médecins généralistes privés regarder dans les pages jaunes de l'annuaire téléphonique.

### **Les principaux hôpitaux**

- *CHRU Jean Minjoz*

3, boulevard Alexandre Fleming (vers Planoise, Chateaufarine)  
Tél. 03 81 66 81 66

- *CHRU Saint-Jacques*

2, place Saint-Jacques (centre ville)  
Tél. 03 81 66 81 66

Dans ces deux hôpitaux, tout comme dans d'autres, il y a un service social; pour y avoir recours il faut le demander lorsque vous êtes à l'hôpital. Il est à la disposition des patients. Ce service peut accompagner les personnes tout au long de leur hospitalisation et peut les aider, ainsi que leurs proches, à préparer leur sortie.

Numéro de téléphone du service social du CHRU Jean Minjoz: 03 81 66 85 48 (peuvent réorienter vers le service social du CHRU Saint-Jacques si besoin).

Les services de santé spécialisés (ils sont généralement gratuits et on peut y accéder librement (sans condition de statut ni autre)).

### **Soutien psychologique:**

- Centres de guidance (CGI) – aide personnelle – aide aux familles – 13 rue des Jardins/ 03 81 53 48 02 ou 5 rue Blaise pascal (Planoise)/ 03 81 41 85 45.

### **Sexualité-Contraception- Gynécologie:**

- CICS (Centre d'Information et de Consultation sur la Sexualité). Le CICS reçoit gratuitement et anonymement et propose des consultations médicales (prescription contraception, diagnostic de grossesse, dépistage MST-SIDA), du conseil conjugal et familial, des entretiens pré et post IVG (Interruption Volontaire de Grossesse), un soutien et aide psychologique,



des informations sur la vie affective et sexuelle - 27 rue de la République - du lundi au vendredi de 10h à 18h (l'été les horaires peuvent parfois changer et il y a certains jours de fermeture). Prendre rendez-vous au 03.81.83.34.73 ou sur place.

- Allo Point Ecoute. Sexualité, contraception, IVG (Interruption Volontaire de Grossesse) - 03 81 81 48 55 du lundi au vendredi de 10h à 18h.
- Conseil général, Centre de planification et d'éducation familiale - 25 rue Charles Nodier - Il faut prendre rendez-vous au 03 81 25 87 70. Propose des consultations gynécologie (grossesse, infections sexuellement transmissibles, contraception, IVG (Interruption Volontaire de Grossesse)...).

### **Vaccinations**

Direction Hygiène santé - 15 rue Mégevand - 03 81 65 78 00.

Service de lutte anti-tuberculeuse

15 rue Denfert Rochereau - 03 81 65 44 58.

### **Maltraitements femmes/ prostitution/ victimes de violences**

- Le Nid. 2 rue de la bibliothèque - 03 81 83 02 03. (en cas d'urgence appeler au 06 59 24 47 66).

- Solidarité femmes. 15 rue des roses - 03 81 81 03 90.

### **Usage de drogues, toxicomanie, addictions**

- Solea. 2 place Payot - 03 81 83 03 32.

### **Alcoologie, aide à l'arrêt du tabac**

- ANPAA 25. 11 rue d'Alsace - 03 81 81 03 57 ou 03 81 83 22 74.

### **Sida, IST (Infections Sexuellement Transmissibles)**

- CDAG - Centre de dépistage anonyme et gratuit du sida, des hépatites et des IST (Infections Sexuellement Transmissibles). 15 rue Denfert Rochereau - 03 81 65 44 50.
- Centre de planification et d'éducation familiale. 25 rue Charles Nodier - 03 81 25 87 70.
- CODES 25 (documentation). 3 avenue Louise Michel - 03 81 82 32 79.

- AIDES délégation départementale du Doubs. Aide aux personnes touchées, documentation et programme d'échange de seringues. 3 rue Ronchoux - 03 81 81 80 00.

--> Et aussi Sida info service. Appel gratuit - 0 800 840 800.

Si vous avez pris un risque (relation sexuelle non protégée, préservatif déchiré, partage de seringue, blessure avec un objet souillé) : il faut consulter le plus tôt possible (dans les 48h) son médecin ou le CDAG (Centre de dépistage anonyme et gratuit du sida, des hépatites et des IST (Infections Sexuellement Transmissibles)).

Il existe sans doute encore d'autres services de santé spécialisés. Se renseigner.

## Où consulter sans protection maladie et sans argent

- Il existe des organismes où l'on peut se rendre sans condition et gratuitement :
- **la PASS (Permanence d'accès aux soins de santé)**- Le service se trouve à l'hôpital Jean Minjot à côté du SAMU, 3 boulevard Alexandre Fleming (vers Planoise, Chateaufarine) – Ouvert du lundi au vendredi de 8h30 à 16h30 - Tél. 03 81 66 86 81.

Les personnes qui n'ont pas ou peu d'argent et pas de protection maladie, et qui ont besoin de soins rapidement, peuvent recevoir les soins nécessaires à la Permanence d'accès aux soins de santé (PASS) de l'hôpital en toute situation. C'est gratuit. Elles pourront y consulter un médecin, recevoir des renseignements/ informations (sur leurs droits par exemple), être accompagnées et obtenir si besoin un courrier médical destiné à accélérer l'ouverture des droits auprès de la Sécurité sociale.

- **Médecins du monde** - 12 rue Champrond – 03 81 51 26 47  
[caso.besancon@medecinsdumonde.net](mailto:caso.besancon@medecinsdumonde.net).

Centre d'Accueil pour la Santé et l'Orientation (accueil sans condition). Les consultations et les médicaments sont gratuits. Ouvert le mardi et le vendredi de 14 à 16 ou 17h selon le travail qu'ils ont.

- **France humanitaire** – Soins dentaires gratuits (accueil du public sans droit concernant la santé) – 10 avenue Fontaine Argent – 03 81 80 97 13 – permanence le jeudi de 14 à 17h sans rendez-vous.

---

## Veiller à sa santé

Pour avoir des informations détaillées sur les thèmes abordés dans cette rubrique rendez-vous dans la partie POUR VEILLER A SA SANTE du livret de santé de l'INPES

Sur le lien internet

<http://www.lasantepourtous.com/francais/pour-veiller-a-sa-sante/sommaire.htm>

Le dépistage précoce de certaines maladies permet de les soigner le mieux possible, c'est l'objectif du Bilan de santé (p. 13).

Mais, dans tous les cas, mieux vaut prévenir que guérir : on peut se protéger et se soigner du VIH-sida (p. 15), des infections sexuellement transmissibles (p. 19), des hépatites virales B et C (p. 20) et de la tuberculose (p. 22).

La prévention pour une meilleure santé concerne aussi la vaccination (p. 24), le mode de vie (nutrition, activité physique, tabac, alcool, voir p. 25) et la contraception (p. 28).

---

## Santé mentale

Aide psychologique ou psychiatrique, accueil, orientation, consultation, urgences : les bonnes adresses

### **CHU- Urgences psychiatriques**

Accueil physique et téléphonique 24H/24 et 7 jours/7 sans rendez-vous, tout public adulte de plus de 18 ans

Adresse: Boulevard Flemming 25000 Besançon

Téléphone: 15

### **Pour vous orienter, vous informer ou vous recevoir en consultation : les Centres Médico-Psychologiques (CMP)**

- Enfants, adolescents, étudiants, de 0 à 20 ans :

CMPP: Centre Médico-Psycho Pédagogique de l'académie . Soutien psychologique gratuit.

22 rue Chifflet . Lundi au vendredi : de 8 H 30 à 12 H 00 et de 13 H 30 à 18 H 30.

Samedi : de 8 H 30 a 12 H 00

- Etudiants de 20 à 27 ans : BAPU: Bureau d'Aide Psychologique Universitaire Soutien psychologique gratuit.

22 rue Chifflet. Lundi au vendredi : de 8 H 30 à 12 H 00 et de 13 H 30 à 18 H 30.

Samedi : de 8 H 30 a 12 H 00

- Adultes : les CMP sont des lieux d'accueil et de soins sans hébergement qui proposent gratuitement des prises en charge des personnes atteintes de troubles psychiques (entretiens infirmiers, psychiatriques, psychologiques), une écoute spécialisée aux personnes traversant une crise personnelle ou familiale, et des possibilités d'activités thérapeutiques en groupe.

Pour tout public, en fonction du lieu d'habitation, orientation vers l'un ou l'autre des CMP :

Consultation psychologique uniquement sur rendez-vous.

- CMP Jules Verne 2, rue de l'industrie, 03.81.40.38.00

- CMP Blaise Pascal 5, rue Blaise Pascal, 03.81.41.85.40

- CMP Le point du jour 15, avenue Denfert Rochereau, 03.81.25.43.34

### **Consultation psychiatrique à domicile**

CH Novillars - Equipe mobile de prévention intersectorielle (EMPI): Consultations en binôme psychiatre/infirmier sur le lieu de vie des personnes, sur rendez-vous, visant l'accès ou le retour au soin psychique, pour tout adulte de plus de 18 ans

Adresse: CMP Jules Verne 2 rue de l'Industrie 25000 Besançon  
Téléphone : 03.81.40.38.00

### **Consultation post-traumatique**

sur rendez-vous - CHU-Urgences psychiatriques-  
Adresse Boulevard Flemming 25000 Besançon  
Téléphone: 03.81.66.80.13

### **Unité d'accueil père mère bébé**

Accompagnement en périnatalité : femmes enceintes en difficulté psychique ou médicale, parents en difficulté psychique, relationnelle ou médico-sociale  
Accueil en collectif, consultations individuelles, groupes de parole  
Adresse 11, rue de Reims 25000 Besançon  
Téléphone: 03.81.88.33.62

### **Maison de l'adolescent**

Accueil, écoute, information et prise en charge et orientation des adolescents de 12 à 20 ans, et/ou de parents en difficulté avec leur enfant  
Réponse de santé globale (somatique, psychique, sociale, scolaire, juridique)  
Consultations gratuites, avec ou sans rendez-vous  
Adresse: 13, rue des Jardins 25000 Besançon  
Téléphone: 03.81.53.97.67

### **Consultations gratuites pour enfants et adolescents de 0 à 18 ans :**

Centres de guidance infanto-juvénile : accompagnement, orientation selon le lieu d'habitation  
CGI de Planoise 5 rue Blaise Pascal 25000 Besançon 03.81.41.85.45  
CGI 13 rue des Jardins 25000 Besançon 03.81.53.48.02