

## Adresses utiles en cas de coup dur (Canton de Fribourg)

Inventaire non-exhaustif des services et organisations vers lesquels il est possible de se tourner en cas de coup dur ou de situations de détresse

### A. Spécifiques pour les exploitations agricoles

#### *Accompagnement des exploitations paysannes en difficulté – Cellule AED*

Composée de Grangeneuve, du Service de l'action sociale (SASoc) et du Service de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires (SAAV)

Grangeneuve, Section Agriculture

Route de Grangeneuve 31, 1725 Posieux

T 079 415 38 64

[aed@fr.ch](mailto:aed@fr.ch)

[www.fr.ch/grangeneuve](http://www.fr.ch/grangeneuve)

[www.grangeneuve-conseil.ch/index.php/fr/prestations/aed](http://www.grangeneuve-conseil.ch/index.php/fr/prestations/aed)

#### *Travaux agricoles*

*Association fribourgeoise d'entraide et de dépannages en agriculture SECADA*

AGRI Fribourg

Route de Chantemerle 41, 1763 Granges-Paccot

Gérard Morel

T 026 467 30 22 (7 jours sur 7)

[secada@agrifribourg.ch](mailto:secada@agrifribourg.ch)

[www.agrifribourg.ch/fr/services/SECADA](http://www.agrifribourg.ch/fr/services/SECADA)

*Caritas-Montagnards*

Plate-forme internet servant d'intermédiaire entre les familles paysannes de montagne ayant besoin de soutien et les personnes souhaitant effectuer un engagement bénévole

Rue Mauborget 1, 1003 Lausanne

T +41 21 3111125 lu, ma, je et ve 09:00 à 11:30

[montagnards@caritas.ch](mailto:montagnards@caritas.ch)

[www.montagnards.ch/fr](http://www.montagnards.ch/fr)

#### *Travail ménager*

*Service ménager rural SECADA (seulement pour la partie francophone du canton)*

AGRI Fribourg

Route de Chantemerle 41, 1763 Granges-Paccot

Gérard Morel, T 026 467 30 22

[www.agrifribourg.ch/fr/services/SECADA](http://www.agrifribourg.ch/fr/services/SECADA)

## *Grangeneuve, Section Agriculture*

*Grangeneuve, Section Agriculture*  
Route de Grangeneuve 31, 1725 Posieux  
T +41 26 305 58 00

[www.grangeneuve-conseil.ch](http://www.grangeneuve-conseil.ch)

p. ex. analyse d'exploitation et de comptabilité, conseils à la création de communautés et à la remise d'exploitation, conseils stratégiques, conseils juridiques, développement organisationnel, coaching en situations difficiles, médiation  
établissement de budgets d'exploitation et de plans de financement, établissement de contrats (bail à ferme, collaboration, communauté, etc.)  
conseils en production animale (affouragement, détention, élevage,...) et en production végétale (grandes cultures, cultures spéciales, sol, fumure, service phytosanitaire, mécanisation, énergie,...)

## *Associations professionnelles*

*AGRI Fribourg*  
Agro Service, Agro fiduciaire, assurances, expertises et taxations  
Route de Chantemerle 41, 1763 Granges-Paccot  
T 026 467 30 00  
[www.agrifribourg.ch](http://www.agrifribourg.ch)

*Association Fribourgeoise des Paysannes*  
Murielle Chassot, Beauregard 198, 1635 La Tour-de-Trême  
T 026 912 01 88 / M 079 583 96 31  
[presidente@paysannesfribourgeoises.ch](mailto:presidente@paysannesfribourgeoises.ch)  
[secretariat@paysannesfribourgeoises.ch](mailto:secretariat@paysannesfribourgeoises.ch)  
[www.paysannesfribourgeoises.ch](http://www.paysannesfribourgeoises.ch)

*Union suisse des paysans (USP) / Union suisse des paysannes et des femmes rurales (USPF)*  
Laurstrasse 10, 5201 Brugg AG  
T 056 462 51 11 / 056 441 12 63  
Belpstrasse 26, 3007 Berne (seulement USP)  
T 056 462 50 19  
[info@sbv-usp.ch](mailto:info@sbv-usp.ch) / [info@landfrauen.ch](mailto:info@landfrauen.ch)  
[www.sbv-usp.ch/fr](http://www.sbv-usp.ch/fr) / [www.paysannes.ch](http://www.paysannes.ch)

## *Médiation*

*Réseau Médiation dans l'espace rural!*

- Vivez-vous dans une situation de conflit ?
- Avez-vous besoin de soutien ?
- Est-ce important pour vous de prendre les choses en main MAINTENANT ?

T 031 941 01 00  
[info@hofkonflikt.ch](mailto:info@hofkonflikt.ch)  
[www.conflict-rural.ch](http://www.conflict-rural.ch)

*Médiation administrative cantonale*

Ce service a pour but d'aider les administré-e-s dans leurs rapports avec les autorités et de servir d'intermédiaire lors de différends avec les autorités.

Rue des Chanoines 2, 1701 Fribourg

T +41 26 305 10 43

[mediation@fr.ch](mailto:mediation@fr.ch)

[www.fr.ch/atprdm](http://www.fr.ch/atprdm)

**B. Pour toutes les personnes touchées**

*Urgences sociales*

*La Main Tendue*

Service d'aide anonyme par téléphone

Ecoute bienveillante, respectueuse et ouverte à toute personne et à ses préoccupations par des bénévoles spécialement formés

T 143 24h/24, 365 jours par an

[www.143.ch/fr/](http://www.143.ch/fr/)

*Conseils & aide pour les enfants et les jeunes*

Le numéro d'urgence 147 de Pro Juventute aide les enfants et les jeunes qui ont des questions ou des problèmes ou se trouvent en situation d'urgence. 24h/24h, de manière gratuite et confidentielle par téléphone, WhatsApp ou e-mail. Chat en ligne chaque lundi de 19:00 à 22:00.

T 147

[conseils@147.ch](mailto:conseils@147.ch)

[www.147.ch](http://www.147.ch) / [www.projuventute.ch](http://www.projuventute.ch)

*AA Alcooliques Anonymes de Suisse Romande et Italienne*

Rte des Arsenaux 3C, 1700 Fribourg

Hotline T 0848 848 846

Fribourg : 079 471 58 81

[info@aaasri.ch](mailto:info@aaasri.ch)

[www.aaasri.ch](http://www.aaasri.ch)

*Réseau fribourgeois de santé mentale (RFSM)*

[www.rfsm.ch](http://www.rfsm.ch)

- Centres de soins hospitaliers
  - L'Hôpital 140, 1633 Marsens
  - Chemin du Cardinal-Journet 3, 1752 Villars-sur-Glâne
- T 026 308 00 00
- Urgences psychiatriques cantonales :
  - état d'abattement extrême
  - violence d'une personne envers elle-même (tentative de suicide ou automutilation), envers autrui ou envers son environnement matériel
  - délire, hallucinations, état d'agitation, angoisse ou une souffrance psychique extrême ou encore état dépressif intense
- T 026 308 08 08

#### *Groupes familiaux Al-Anon SRI*

Les Groupes familiaux Al-Anon offrent compréhension, aide et espoir à quiconque se sent impuissant, perdu et seul face à l'alcoolisme de quelqu'un d'autre. Al-Anon s'organise par des groupes de paroles.

1000 Lausanne

[info@alanon.ch](mailto:info@alanon.ch)

[www.alanon.ch](http://www.alanon.ch)

#### *Solidarité femmes Fribourg*

Association qui vient en aide aux femmes victimes de toutes formes de violence, ainsi qu'à leurs enfants et qui dispose d'une maison d'accueil.

T 026 322 22 02 aux horaires d'ouverture des bureaux. Service de garde les samedis, dimanches, jours fériés et les nuits

[info@sf-lavi.ch](mailto:info@sf-lavi.ch)

[www.sf-lavi.ch](http://www.sf-lavi.ch)

#### *Service de l'enfance et de la jeunesse (SEJ)*

Protection des enfants et des jeunes : soutien aux enfants et jeunes ayant besoin d'aide ou victimes de maltraitance

Pérolles 24, Case postale, 1701 Fribourg

T 026 305 15 30 (nuits, week-ends, jours fériés : police 117)

#### *La Tuile*

Centre d'accueil de nuit et dispositif de réinsertion par le logement

Route de Marly 25, 1700 Fribourg

T 026 424 43 21

[info@la-tuile.ch](mailto:info@la-tuile.ch)

[www.la-tuile.ch](http://www.la-tuile.ch)

#### *Service de l'action sociale (SASoc) - Fribourg*

Route des Cliniques 17

Case postale 288

1700 Fribourg

T 026 305 29 92

[www.fr.ch/dsas/sasoc](http://www.fr.ch/dsas/sasoc)

### *Informations générales, conseils et orientation vers les services spécialisés*

#### *Fribourg pour tous*

Pour toute question dans les domaines de la famille, des assurances sociales, du travail, de la santé ou de l'intégration. Confidentiel, gratuit et sans engagement

Rue du Criblet 13, 1700 Fribourg

Horaires d'ouverture et Hotline

- Lundi, mardi, jeudi : 13:00-18:00 (Hotline : seulement jusqu'à 17:00)

- Mercredi : 09:00-13:00

T 0848 246 246

[fribourgpourtous@fr.ch](mailto:fribourgpourtous@fr.ch)

[www.fribourgpourtous.ch](http://www.fribourgpourtous.ch)

### *Famille*

#### *SOS futures mamans Fribourg*

Aide morale et matérielle aux futures mamans en difficulté

Centres d'accueil à Domdidier (T 026 675 10 33), Ependes (T 026 413 10 09), Fribourg

(T 026 424 63 83), Bulle (T 026 912 35 55) et Guin (T 026 492 07 55)

*Office Familial*

Conseil conjugal et familial, médiation familiale, puériculture, As'trame Fribourg  
Avenue de la Gare 14, 1700 Fribourg  
T 026 322 10 14  
[www.officefamilial.ch](http://www.officefamilial.ch)

*Classeur des familles du canton de Fribourg*

Site d'information et de conseils mis en ligne par le Bureau de l'égalité hommes-femmes et de la famille (BEF). Informations au sujet de la famille, de la séparation, du divorce et de la violence domestique.  
[www.fr.ch/dsas/bef](http://www.fr.ch/dsas/bef)

*Croix-Rouge fribourgeoise*

- Chaperon Rouge : service de garde d'enfants à domicile en urgence, T 026 347 39 49 lundi à vendredi 7:30-11:30, [chaperon.rouge@croix-rouge-fr.ch](mailto:chaperon.rouge@croix-rouge-fr.ch)
- Babysitting : pour les membres de la Croix-Rouge, accès à la liste des babysitter, T 026 347 39 42, [babysitting@croix-rouge-fr.ch](mailto:babysitting@croix-rouge-fr.ch)
- Aide aux proches : service de relève (remplacement), T 026 347 39 79 tous les matins de 7h30 à 11h30, [aide.aux.proches@croix-rouge-fr.ch](mailto:aide.aux.proches@croix-rouge-fr.ch)

Rue G.-Techtermann 2, CP, 1701 Fribourg  
T 026 347 39 40 (8:00-11:30 / 14:00-16:00)  
[info@croix-rouge-fr.ch](mailto:info@croix-rouge-fr.ch)  
[www.croix-rouge-fr.ch/fr](http://www.croix-rouge-fr.ch/fr)

*Ex-expression*

Ecoute, soutien et accompagnement professionnels aux auteur-e-s de violence pour les aider à surmonter leurs comportements excessifs  
T 0848 08 08 08 (tarif réduit : Fr. 0.04/min)  
[info@ex-expression.ch](mailto:info@ex-expression.ch)  
[www.ex-expression.ch](http://www.ex-expression.ch)

*Pro Senectute Fribourg*

Aide et conseil aux personnes au bénéfice d'une rente de vieillesse de l'AVS ou de la prévoyance professionnelle, ainsi qu'à leur entourage  
Passage du Cardinal 18, 1700 Fribourg  
T 026 347 12 40  
[info@fr.prosenectute.ch](mailto:info@fr.prosenectute.ch)  
[www.fr.prosenectute.ch](http://www.fr.prosenectute.ch)

*Proches Aidants Fribourg (PA-F)*

Site d'informations et d'orientation pour les personnes qui s'occupent d'un parent âgé, malade ou atteint dans son autonomie  
T 058 806 26 26  
[info@pa-f.ch](mailto:info@pa-f.ch)  
[www.pa-f.ch](http://www.pa-f.ch)

## *Santé, addictions*

### *Pro Infirmis*

Pour les personnes en situation de handicap et leurs proches

Conseil social et aide financière, conseil spécialisé en assistance, accompagnement à domicile, service de relève

Route St-Nicolas-de-Flüe 2, 1700 Fribourg

T 058 775 30 00

[fribourg@proinfirmis.ch](mailto:fribourg@proinfirmis.ch)

[www.proinfirmis.ch/fr/prestations/fribourg](http://www.proinfirmis.ch/fr/prestations/fribourg)

### *Les Ligues de santé du canton de Fribourg*

Conseils, informations, soutien aux personnes concernées et aux proches :

- [diabètefribourg](#) (T 026 426 02 80)
- [Ligue pulmonaire fribourgeoise](#) (T 026 426 02 70)
- [Ligue fribourgeoise contre le cancer](#) (T 026 426 02 90)
- [Centre de dépistage du cancer du sein et du côlon](#) (T 026 425 54 00)
- [Registre fribourgeois des tumeurs](#) (T 026 425 54 05)
- [Équipe mobile de soins palliatifs \(EMSP\) Voltigo](#) (T 026 426 00 00 centrale d'interventions, T 026 425 54 66 administration)
- [CIPRET Fribourg - Freiburg](#) – Centre de prévention du tabagisme – (T 026 425 54 10)

Route St-Nicolas-de-Flüe 2, 1700 Fribourg

T 026 426 02 66

[info@liguessante-fr.ch](mailto:info@liguessante-fr.ch)

[www.liguessante-fr.ch](http://www.liguessante-fr.ch)

### *Alzheimer Fribourg*

Soutien aux familles et aux malades

Passage du Cardinal 18, 1700 Fribourg

T 026 402 42 42

[info.fr@alz.ch](mailto:info.fr@alz.ch)

[www.alzheimer-schweiz.ch/fr/fribourg](http://www.alzheimer-schweiz.ch/fr/fribourg)

### *Palliative Fribourg-Freiburg*

c/o Ligue fribourgeoise contre le cancer

rte Saint-Nicolas-e-Flüe 2, 1700 Fribourg

[info@palliative-fr.ch](mailto:info@palliative-fr.ch)

[www.palliative-fr.ch](http://www.palliative-fr.ch)

T 026 426 00 55 Palliaphone : ligne téléphonique gratuite d'informations générales sur les soins palliatifs et la fin de vie. Destinée aux personnes gravement malades et à leurs proches  
- Lundi-jeudi : 09:00-12:00 et 15:00-18:00  
- Vendredi et veilles de fêtes : 09:00-12:00 et 14:00-16:00

### *Plate-forme Proches du RFSM*

Ecoute, orientation, conseils, accompagnement, offres de formation pour les proches de personnes souffrant de maladies psychiques

[Plate-forme de soutien des proches](#)

### *Info-Entraide Suisse*

Des personnes qui ont le même problème, la même préoccupation ou qui vivent une situation similaire s'unissent pour s'entraider.

[info@infoentraidesuisse.ch](mailto:info@infoentraidesuisse.ch)

[www.infoentraidesuisse.ch](http://www.infoentraidesuisse.ch)

## *Budget privé, aide financière, dettes*

### *Caritas Fribourg*

Aide aux personnes en situation de précarité, afin d'améliorer leurs conditions de vie sans distinction de statut, d'origine, de religion ou d'appartenance

Rue des Pilettes 1, 1700 Fribourg

T 026 321 18 54

[info@caritas-fr.ch](mailto:info@caritas-fr.ch)

[www.caritas-fribourg.ch](http://www.caritas-fribourg.ch)

### *Service Dettes conseils de Caritas*

Soutien pour toutes les questions relatives aux dettes, à la gestion de l'argent, à la planification budgétaire, aux poursuites et aux saisies

T 0800 708 708 Hotline de conseil gratuite et anonyme « SOS info-dettes »

du lundi au jeudi de 10:00 à 13:00

[www.caritas-schuldenberatung.ch](http://www.caritas-schuldenberatung.ch)

### *Budget-conseil Suisse*

[info@budgetberatung.ch](mailto:info@budgetberatung.ch)

[www.conseil-budgetaire.ch](http://www.conseil-budgetaire.ch)

### *Réduction des primes d'assurance-maladie*

Etablissement cantonal des assurances sociales

Impasse de la Colline 1, Case postale, 1762 Givisiez

La Confédération et les cantons distribuent des subsides permettant de diminuer le montant de la prime payée par les personnes de condition économique modeste, selon le revenu déterminant.

Hotline 026 426 77 00

[Réduction des primes d'assurance-maladie](#)

### *Service des subsides de formation*

Subsides de formation, bourses et prêts d'étude

Rue St-Pierre Canisius 12, Case postale, 1701 Fribourg

T 026 305 12 51

[www.fr.ch/dfac/ssf](http://www.fr.ch/dfac/ssf)

### *Fédération romande des consommateurs (FRC) - Fribourg*

Rue St-Pierre 2, 1700 Fribourg

Consultation en budget : T 026 322 28 40 et e-mail : [budget.fribourg@frc.ch](mailto:budget.fribourg@frc.ch)

## *Divers*

### *Organe de médiation bien-être des animaux*

Réagir rapidement aux infractions observées relatives à la protection des animaux par, entre autres, un soutien professionnel aux personnes responsables

031 309 41 40

[mediation-bien-etre-animaux@proviande.ch](mailto:mediation-bien-etre-animaux@proviande.ch)

[www.proviande.ch/fr/mediation-bien-etre-animaux](http://www.proviande.ch/fr/mediation-bien-etre-animaux)