

# Point Accueil Écoute Jeunes

un lieu d'échange pour t'aider  
à surmonter une situation de mal-être

Les événements de vie que tu traverses  
peuvent t'amener à avoir besoin d'en discuter avec quelqu'un.

Ça tombe bien, le Point Accueil Écoute Jeunes est fait pour ça !



## Le PAEJ, qu'est-ce que c'est ?

Le Point Accueil Écoute Jeunes est un espace de parole dédié aux jeunes âgés de 12 à 25 ans.

C'est un lieu gratuit, confidentiel et anonyme. On t'y accueille sans condition, quelle que soit ta problématique. Plutôt pas mal, non ?

Chez nous, tu peux échanger avec une psychologue sur tes difficultés ou sur tous les sujets qui te questionnent. Tu peux également rencontrer des professionnel·le·s d'autres horizons (sexologue, médiatrice, conseiller familial...) en fonction de tes besoins.

## À qui ça s'adresse ?

À toutes celles et ceux qui en éprouvent le besoin et qui ont entre 12 et 25 ans ! **Il peut s'agir de mal-être, de conflits familiaux, de difficultés scolaires ou professionnelles, de violences, d'addictions...** Le profil des jeunes qui viennent nous voir est très différent !

Tu peux venir seul·e, en groupe ou même avec ta famille : c'est toi qui décide ! L'essentiel est que cela t'apporte l'aide recherchée et que tu puisses y trouver les bonnes ressources.

Le Point Accueil Écoute Jeunes peut également accueillir les parents et l'entourage familial qui en expriment le besoin.

## À quoi ça sert ?

Les professionnel·le·s présent·e·s dans un PAEJ sont là pour t'écouter, te conseiller, te soutenir. Ils ou elles peuvent aussi t'orienter vers des structures plus adaptées pour te recevoir sur du plus long terme, si tu en formules la demande et bien entendu, si c'est dans ton intérêt. Cet appui permet de désamorcer certaines situations (des disputes constantes à la maison par exemple) et de t'accompagner vers un mieux-être.

En clair, le PAEJ est un premier relais qui **te permet de prendre le temps** de tout poser à plat et de **réfléchir à ce qui te tracasse**.

### Contact & accueil

du lundi au vendredi  
de 10h à 12h30 et de 14h à 18h



1 Rue du Coëtlosquet - 57000 Metz

### Pour prendre rendez-vous

 03 87 69 04 87



[contact@epe-lorraine.fr](mailto:contact@epe-lorraine.fr)



En partenariat  
et avec le soutien financier de

