



**RÉPUBLIQUE  
FRANÇAISE**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*



**2023**

# **Annuaire des structures en santé mentale**

## **SARTHE**

**Agir pour la santé de tous**

QUALITÉ · USAGERS · INNOVATION · PRÉVENTION

# SOMMAIRE

<b>TOUT PUBLIC</b> .....	<b>3</b>	<b>POPULATIONS SPECIFIQUES</b> .....	<b>12</b>
<b>Psychiatrie (filière adulte, + de 16 ans)</b>		<b>Souffrances psycho-sociales</b>	
EPSM de la Sarthe .....	3	<b>Agriculteurs et/ou Entourage</b>	
Pôle Santé Sud .....	5	Solidarité Paysans 72 .....	12
<b>Souffrances psycho-sociales</b>		<b>LGBTI+ et/ou Entourage</b>	
SOS amitié Le Mans .....	6	Association Homogène .....	12
Les Intervalles de l'écoute .....	6	<b>Personnes endeuillées</b>	
Lieu d'écoute « L'Escalé », CCAS Allonnes .....	6	JALMALV Sarthe .....	12
Association Dites Je Suis Là .....	6	Association L'Arc en Ciel .....	13
<b>JEUNES et/ou PARENTS</b> .....	<b>7</b>	<b>Personnes âgées isolées</b>	
<b>Psychiatrie (filière infanto-juvénile – jusqu'à 16 ans)</b>		Familles rurales 72, Les Voisineurs .....	13
EPSM de la Sarthe .....	7	<b>Personnes en situation de précarité</b>	
<b>Souffrances psycho-sociales</b>		Association Montjoie – L'Appui 72 .....	13
Maison des Adolescents .....	8	<b>Personnes victimes de violences</b>	
Service de santé des étudiants .....	8	Solidarité Femmes Sarthe .....	14
Mission locale de l'Agglomération Mancelle .....	9	<b>AU NIVEAU NATIONAL</b> .....	<b>16</b>
Mission locale Sarthe Nord .....	9	Soutien psychologique .....	16
Mission locale Sarthe et Loir .....	9	Pour les personnes avec un risque suicidaire ou 16 confrontées au suicide et leur entourage .....	16
<b>HANDICAPES PSYCHIQUES et/ou ENTOURAGE</b> ..	<b>10</b>	Pour les personnes endeuillées .....	16
<b>Souffrances psycho-sociales</b>		Pour les enfants, adolescents et parents ou éducateurs ...	17
UNAFAM de la Sarthe .....	10	Pour les personnes victimes de violences .....	17
GEM Loisir, Le Mans .....	10	Pour les personnes ayant des troubles psychiques .....	18
GEM Tejira, Le Mans .....	10	Pour les personnes ayant des problématiques addictives ..	18
GEM Le Bon Accueil Sud-Sarthe, Sablé sur Sarthe .....	10	Personnes LGBT et leurs proches .....	18
Le Haut Gem, Mamers .....	11		
GEM Différents et Ensemble, Le Mans .....	11		

## ■ Etablissement Public de Santé Mentale de la Sarthe

Tél. 02 43 43 51 51

Site Web [www.epsm-sarthe.fr](http://www.epsm-sarthe.fr)

### Equipes d'accueil, d'urgences et de liaison – Filière adulte (+ de 16 ans)

#### Equipe mobile de prévention du suicide (EMPS)

Tél. 02 43 78 85 25

Courriel : [emps@epsm-sarthe.fr](mailto:emps@epsm-sarthe.fr)

Lundi au vendredi

#### Equipe psychiatrique d'accueil, d'urgence et de liaison (EPAUL)

*Intervient au service d'accueil des urgences (SAU) du centre hospitalier du Mans*

Tél. 02 43 43 43 72

Courriel : [secretariatEPAUL@epsm-sarthe.fr](mailto:secretariatEPAUL@epsm-sarthe.fr)

7 jours sur 7, de 8h30 à 22h

#### Equipe mobile de psychiatrie adultes (EMPA)

*intervient aux urgences du Pôle Santé Sarthe et Loir*

Lundi au vendredi de 10h à 16h

#### Unité d'accueil et d'orientation (UAO)

Tél. 02 43 78 56 09 ou 56 35

Courriel : [secretariatUIA@epsm-sarthe.fr](mailto:secretariatUIA@epsm-sarthe.fr)

24 heures sur 24, 7 jours sur 7

### Centres médico-psychologiques (CMP) – Filière adulte (+ de 16 ans)

Coordonnées	Secteur d'intervention
<p><b>CMP boulevard Oryon, Le Mans</b> Tél. 02 43 16 15 44 Lundi au jeudi de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 18h (en dehors des vacances scolaires) Vendredi de 9h à 17h</p>	<p><b>Secteur 1</b> CC des Vallées de la Braye et de l'Anille  <i>Communes de :</i> Ardenay-sur-Merize, Beille, Boessec-le-Sec, Bouer, Bouloire, Brette-les-Pins, Challes, Champagné, Connerré, Coudrecieux, Courdemanche, Duneau, Fatines, La Bosse, La Chapelle-St-Rémy, Le Breil-sur-Merize, Le Grand Lucé, Le Luart, Loir en Vallée, Maisoncelles, Montfort-le-Gesnois, Montreuil-le-Henri, Nuillé-le-Jallais, Parigné L'Evêque, Prévelles, Pruillé-L'Eguille, St Comeille, St Denis-des-Coudrais, St Georges-de-la-Couée, St Mars-de-Locquenay, St Mars d'Outillé, St Mars-la-Brière, St Michel-de-Chavaignes, St Pierre-du-Lorouer, St Vincent-du-Lorouer, Sceaux-sur-Huisne, Soullitre, Surfonds, Thorigné-sur-Duée, Tresson, Tuffé Val de la Cheronne, Villaines-sous-Lucé, Volnay, Vouvray-sur-Huisne, Yvré l'Evêque</p>
<p><b>CMP Jules Verne, Nantes</b> Tél. 02 40 73 18 00 Email : <a href="mailto:cmp-julesverne@chu-nantes.fr">cmp-julesverne@chu-nantes.fr</a> Lundi au vendredi de 8h à 19h</p>	<p><b>Le Mans :</b> trouver votre secteur d'affectation : <a href="http://www.epsm-sarthe.fr">www.epsm-sarthe.fr</a></p>

## Centres médico-psychologiques (CMP) – Filière adulte (+ de 16 ans)

Coordonnées	Secteur d'intervention
<p><b>Centre de soins Hélène Chaigneau, Le Mans</b> Tél. 02 43 50 21 60 Lundi au vendredi de 9h à 17h (avec ou sans rendez-vous)</p>	<p><b>Secteur 3</b></p> <p>CC Haute Sarthe Alpes Mancelles (à l'exception des communes de Bourg-le-Roi, Doucelles, Maresches et Vivoin)</p> <p><i>Communes de :</i> Aigne, Aillières-Beauvoir, Arconnay, Blevés, Champfleur, Chenay, Commerveil, Conlie, Contilly, Coulaines, Cures, Degre, Domfront-en-Champagne, La Bazoge, La Chapelle-St-Aubin, La Chapelle-St-Fray, La Milesse, La Quinte, Lavardin, Les Aulneaux, Les Mées, Louvigny, Louzes, Mamers, Marollette, Mezières-sous-Lavardin, Neufchâtel-en-Saosnois, Neuvillalais, Panon, Pizieux, St Calez-en-Saosnois, Ste Sabine-sur-Longève, St Jean d'Asse, St Longis, St Patern-le-Chevain, St Pavace, St Pierre-des-Ormes, St Rémy-des-Monts, St Rémy-du-Val, St Saturnin, St Vincent-des-Prés, Saosnes, Tennie, Vezot, Villaines-la-Carelle, Villeneuve-en-Perseigne</p> <p><b>Le Mans :</b> trouver votre secteur d'affectation : <a href="http://www.epsm-sarthe.fr">www.epsm-sarthe.fr</a></p>
<p><b>CMP Mamers</b> Tél. 02 43 78 56 36 Lundi au vendredi de 10h à 16h</p>	
<p><b>CMP Fresnay sur Sarthe</b> Tél. 02 43 50 21 60 2<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> lundi de 13h30 à 16h30, 1<sup>e</sup>, 3<sup>e</sup> et 5<sup>e</sup> mardi de 10h à 12h30 - Mercredi de 10h à 12h30, jeudi de 13h30 à 16h15</p>	
<p><b>CMP Beaumont sur Sarthe</b> Tél. 02 43 50 21 60 Lundi, mercredi et vendredi de 14h à 16h30</p>	
<p><b>CMP Tennie</b> Tél. 02 43 50 21 60</p>	
<p><b>CMP, rue Pradier – Le Mans</b> Tél. 02 43 50 06 71 Lundi au vendredi de 8h30 à 17h</p>	
<p><b>CMP La Flèche</b> Tél. 02 43 94 50 61 Lundi au vendredi de 10h à 16h</p>	
<p><b>Centre de soins en santé mentale Frantz Fanon, Allonnes</b> Tél. 02 43 43 52 88 Lundi au vendredi de 9h à 17h</p>	
<p><b>CMP Conlie</b> Tél. 02 43 43 52 88 Mardi et jeudi matin</p>	
<p><b>Centre de soins en santé mentale, Sablé sur Sarthe</b> Tél. 02 72 88 42 95 Lundi au vendredi de 9h à 17h</p>	
	<p><b>Secteur 4</b></p> <p>CC du Pays Fléchois (à l'exception de la commune de Oizé)</p> <p><i>Communes de :</i> Arnage, Cérans-Foulletourte, Fillé, La Chapelle-aux-Choux, La Suze-sur-Sarthe, Le Bailleul, Le Lude, Luché-Pringé, Malicorne-sur-Sarthe, Mansigné, Mzeray, Pontvallain, Roezé-sur-Sarthe, St Germain d'Arce, St Jean-de-la-Motte, Savigné-sous-le-Lude, Spay, Voivres-lès-Le-Mans</p> <p><b>Le Mans :</b> trouver votre secteur d'affectation : <a href="http://www.epsm-sarthe.fr">www.epsm-sarthe.fr</a></p>
	<p><b>Secteur 5</b></p> <p>CC de Sablé sur Sarthe (à l'exception de la commune du Bailleul) CC Loué – Brûlon – Noyen</p> <p><i>Communes de :</i> Allonnes, Bernay-Neuy-en-Champagne, Chaufour-Notre-Dame, Chemiré-le-Gaudin, Crisse, Etival-lès-le-Mans, Fay, Fercé-sur-Sarthe, Le Grez, Louplande, Mont-St-Jean, Neuville-en-Charnie, Parennes, Pezé-le-Robert, Pruillé-le-Chétif, Rouesse-Vasse, Rouez, Rouillon, Ruillé-en-Champagne, St Georges-du-Bois, St Jean-du-Bois, St Rémy-de-Sillé, St Symphorien, Sillé-le-Guillaume, Souigné-Flacé, Trange</p> <p><b>Le Mans :</b> trouver votre secteur d'affectation : <a href="http://www.epsm-sarthe.fr">www.epsm-sarthe.fr</a></p>

## Centres médico-psychologiques (CMP) – Filière adulte (+ de 16 ans)

Coordonnées	Secteur d'intervention
<p><b>CMP boulevard Oryon, Le Mans</b> Tél. 02 43 16 15 44 Lundi au vendredi de 9h à 19h</p>	<p><b>Secteur 6</b> CC Orée de Bercé-Belinois <i>Communes de :</i> Aubigné-Racan, Beaumont-Pied-de-Bœuf, Beaumont-sur-Dême, Chahaignes, Changé, Château l'Ermitage, Chenu, Coulonge, Dissay-sous-Courcillon, Flée, Guécelard, Jupilles, La Bruère-sur-Loir, La Chartre-sur-le-Loir, Lavernat, Le Mans, Lhomme, Luceau, Marçon, Mayet, Montval-sur-Loir, Mulsanne Nogent-sur-Loir, Olzé, Parigné-le-Polin, Requeil, Ruaudin, St Pierre-de-Cheville, Sarcé, Thoiré-sur-Dinan, Vaas, Verneil-le-Chétif, Yvré-le-Polin</p> <p><b>Le Mans :</b> trouver votre secteur d'affectation : <a href="http://www.epsm-sarthe.fr">www.epsm-sarthe.fr</a></p>
<p><b>CMP Château du Loir</b> Tél. 02 43 88 16 19 Lundi au vendredi de 9h à 17h</p>	<p><b>Secteur 7</b> CC Maine Cœur de Sarthe (à l'exception des communes de La Bazoge, St Jean d'Asse et St Pavace) <i>Communes de :</i> Avesnes-en-Saosnois, Avezé, Beaufay, Bonnétable, Briosne-les-Sables, Champrond, Chérance, Cherreau, Conge-sur-Orne, RFormes, Courcemont, Courcival, Courgains, Courgenard, Dangeul, Dehault, Doucelles, Greez-sur-Roc, Jauzé, La Chapelle-du-Bois, La Ferté-Bernard, Lamnay, Lombron, Lucé-sous-Ballon, Maresche, Marilles-les-Braults, Melleray, Meurcé, Mezières-sur-Ponthouin, Monce-en-Saosnois, Monhoudou, Montmirail, Nauvay, Nogent-le-Bernard, Nouans, Peray, Préval, Rene, Ruperroux-le-Coquet, St Aignan, St Aubin-des-Coudrais, St Celerin, St Cosme-en-Vairais, St Georges-du-Rosay, St Jean-des-Echelles, St Maixent, St Martin-des-Monts, St Ulphace, Sargé-les-Le-Mans, Savigné l'Evêque, Sillé-le-Philippe, Souvigné-sous-Même, Terrehault, Théligny, Thoigne, Torcé-en-Vallée, Villaines-la-Gonais, Vivoin</p> <p><b>Le Mans :</b> trouver votre secteur d'affectation : <a href="http://www.epsm-sarthe.fr">www.epsm-sarthe.fr</a></p>
<p><b>Centre de soins Hélène Chaigneau, Le Mans</b> Tél. 02 43 50 34 50 Lundi au vendredi de 9h à 17h</p>	
<p><b>CMP La Ferté Bernard</b> Tél. 02 43 50 34 50 Lundi, mercredi, jeudi et vendredi de 9h30 à 15h30 Mardi de 10h30 à 16h30</p>	
<p><b>CMP Marolles les Braults</b> Tél. 02 43 50 34 50</p>	

## ■ Pôle Santé Sud, Le Mans

Tél. 02 43 73 38 38

Site Web [www.elsan.care/fr/pole-sante-sud](http://www.elsan.care/fr/pole-sante-sud)

## ■ SOS Amitié Le Mans

- Tél.** 02 43 84 84 84
- Site Web** <https://www.sos-amitie.com/le-mans/>
- Missions** Ecoute anonyme et gratuite par téléphone ; Chat' : [www.sos-amitie.com/chat/](http://www.sos-amitie.com/chat/) (7j/7 de 13h à 3h) ;  
Messagerie : [www.sos-amitie.com/messagerie/](http://www.sos-amitie.com/messagerie/) (réponse sous 48 h)

## ■ Les Intervals de l'écoute

- Tél.** 02 43 54 27 43 ou 06 77 10 43 30
- Courriel** [espace-ecoute@wanadoo.fr](mailto:espace-ecoute@wanadoo.fr)
- Site Web** [espace-ecoute.com/mal-etre-suicide-prevention/les-intervals-de-lecoute-2/](http://espace-ecoute.com/mal-etre-suicide-prevention/les-intervals-de-lecoute-2/)
- Horaires** 7 jours sur 7, de 9h à 21h
- Missions** Linge d'écoute compassionnelle avec ou sans rendez-vous

## ■ Lieu d'écoute « L'Escale », Allonnes

- Tél.** 02 43 80 49 33
- Courriel** [escale@ville-allonnes.fr](mailto:escale@ville-allonnes.fr)
- Site Web** <https://www.allonnes.fr/a-vivre/la-personne/la-solidarite/lescale-lieu-decoute/>
- Horaires** Lundi, mercredi, jeudi et vendredi de 14h30 à 17h30
- Missions** Un lieu pour parler et être écouté en toute confidentialité. Un lieu convivial pour se rencontrer, échanger, partager. Un lieu pour faire une pause.



## ■ Association Dites Je Suis Là

- Site Web** [www.ditesjesuisla.fr/](http://www.ditesjesuisla.fr/)
- Facebook** <https://www.facebook.com/ditesjesuisla/>
- Instagram** <https://www.instagram.com/ditesjesuisla/?hl=fr>
- Twitter** <https://twitter.com/ditesjesuisla>
- Missions** Plateforme d'information pour le grand public  
Permettre à chacun·e de devenir aidant et de savoir comment agir face à un proche en crise suicidaire

## ■ Etablissement Public de Santé Mentale de la Sarthe

Tél. 02 43 43 51 51

Site Web [www.epsm-sarthe.fr](http://www.epsm-sarthe.fr)

### Equipes d'accueil, d'urgences et de liaison – Filière infanto-juvénile (jusqu'à 16 ans)

#### Unité pédopsychiatrique d'accueil et d'hospitalisation (UPAH)

Pavillon Les Tamaris, EPSM de la Sarthe, ALLONNES

Tél. 02 43 43 51 20 – Courriel : [secretariat40@epsm-sarthe.fr](mailto:secretariat40@epsm-sarthe.fr)

#### Equipe de liaison pédopsychiatrique (ELPP)

Intervient aux urgences pédiatriques du centre hospitalier du Mans

Tél. 02 44 71 02 16

### Centres médico-psychologiques (CMP) – Filière infanto-juvénile (jusqu'à 16 ans)

Coordonnées	Secteur d'intervention
<p><b>CMP Winnicott, Le Mans</b> (Enfants de 0 à 12 ans) Tél. 02 43 24 16 00</p>	<p><b>Secteur Sud</b></p> <p>Le Mans : trouver votre secteur d'affectation : <a href="#">Liste des rues</a> CU Le Mans Métropole : Allonnes, Arnage, Champagné, Chaufour-Notre-Dame, Fay, Mulsanne, Pruillé-le-Chétif, Rouillon, Ruaudin, St Georges du Bois et Yvré l'Evêque</p>
<p><b>CMP Françoise Dolto, La Flèche</b> (Enfants de 0 à 16 ans) Tél. 02 43 24 16 00</p>	<p><b>Secteur Sud</b></p> <p>CC de Sablé sur Sarthe CC des Vallées de la Braye et de l'Anille (à l'exception des communes de Lavare et Vibraye) CC du Pays Fléchois CC du Sud Est du Pays Manceau CC du Val de Sarthe CC Loir-Lucé-Bercé CC Orée de Bercé-Belinois CC Sud Sarthe CC Loué-Brûlon-Noyen (à l'exception des communes de Amen, Chemiré-en-Charnie, Epineu-le-Chevreuil, Joué-en-Charnie et St Denis d'Orques)</p>
<p><b>CMP La Martinière, Sablé sur Sarthe</b> (Enfants de 0 à 16 ans) Tél. 02 43 24 16 00</p>	<p><i>Communes de :</i> Ardenay-sur-Merize, Bouloire, Brette-les-Pins, Challes, Changé, Coudrecieux, Le Breil-sur-Merize, Maisoncelles, Nuillé-le-Jalais, Parigné l'Evêque, St Mars d'Outillé, St Mars-de-Locquenay, St Mars-la-Brière, St Michel-de-Chavaignes, Soullitres, Surfonds, Thorigné-sur-Dué, Tresson, Volnay</p>
<p><b>CMP Château du Loir</b> (Enfants de 0 à 16 ans) Tél. 02 43 24 16 00</p>	

## Pôle de pédopsychiatrie – Filière infanfo-juvénile (jusqu'à 16 ans)

Coordonnées	Secteur d'intervention
<b>CMP Pablo Picasso, Le Mans</b> (Enfants de 0 à 7 ans) Tél. 02 43 76 24 11	<b>Secteur Nord</b>  Le Mans : trouver votre secteur d'affectation : <a href="#">Liste des rues</a>
<b>CMP Erpell, Le Mans</b> (Enfants de 8 à 12 ans révolu) Tél. 02 43 78 56 50	CU Le Mans Métropole : Aigné, La Chapelle-St-Aubin, Coulaines, La Milesse, St Saturnin, Sargé-les-Le-Mans, Trange
<b>CMP Beaumont sur Sarthe</b> (Enfants de 0 à 16 ans) Tél. 02 43 76 24 11	<b>Secteur Nord</b>
<b>CMP Sillé le Guillaume</b> (Enfants de 0 à 16 ans) Tél. 02 43 76 24 11	CC de la Champagne Conlinoise et du Pays de Sillé CC du Pays de l'Huisne Sarthoise CC Haute Sarthe Alpes Mancelles CC Maine Cœur de Sarthe CC Maine Saosnois
<b>CMP Mamers</b> (Enfants de 0 à 16 ans) Tél. 02 43 76 24 11	<i>Communes de :</i> Ame, Arconnais, Champfleur, Chemiré-en-Charnie, Chenay, Connerré, Epineu-le-Chevreuil, Fatines, Joué-en-Charnie, Lavare, Lombron, Montfort-le-Gesnois, St Celerin, St Corneille, St Denis d'Orques, St Paterne-le-Chevain, Savigné l'Evêque, Sillé-le-Philippe, Torcé-en-Vallée, Vibraye, Villeneuve-en-Perseigne
<b>CMP La Ferté Bernard</b> (Enfants de 0 à 16 ans) Tél. 02 43 50 37 01	

## ■ Maison des adolescents de la Sarthe

Tél. 02 43 24 75 74

Courriel [secretariat@mda72.fr](mailto:secretariat@mda72.fr)

Site Web [www.mda72.fr](http://www.mda72.fr)

Horaires Lundi, mercredi et vendredi de 9h à 18h  
Mardi et vendredi de 12h à 18h

Permanences

- La Flèche : lundi de 10h à 17h
- Sablé sur Sarthe : mercredi de 9h à 12h
- Sillé-le-Guillaume : mercredi de 14h à 17h
- Mamers : mercredi de 10h à 17h - semaine impaire
- Montval-sur-Loire : lundi de 13h30 à 17h30
- Saint Calais : Mardi de 13h30 à 17h30
- La Ferté Bernard : Vendredi de 9h45 à 16h15 (hors vacances scolaires)
- Allonnes : Jeudi de 13h30 à 17h

Missions La MDA est un lieu d'accueil, d'écoute, d'information et d'accompagnement pour les adolescents. Elle s'adresse aux jeunes de 11 à 21 ans.

## ■ Centre de santé – Le Mans Université

Tél. 02 43 83 39 20

Courriel [servicepsy@univ-lemans.fr](mailto:servicepsy@univ-lemans.fr)  
Prise de rendez-vous : [accueil-sse@univ-lemans.fr](mailto:accueil-sse@univ-lemans.fr)

Site Web [www.univ-lemans.fr/fr/campus-moi/centre-de-sante.html](http://www.univ-lemans.fr/fr/campus-moi/centre-de-sante.html)

Horaires Lundi au vendredi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17 (sauf le vendredi, 16h)

Missions Accueil, écoute et soutien psychologique des étudiants

## Missions Locales (ML)

Les missions locales accueillent, informent et accompagnent les jeunes de 16 à 25 ans sortis du système scolaire vers la qualification et l'emploi. Elles les aident dans leurs problématiques concernant en particulier le logement, le transport, la santé et l'insertion professionnelle.

### ■ ML de l'Agglomération Mancelle

Tél. 02 43 84 16 60

Site Web [www.mlmans.info/](http://www.mlmans.info/)

Facebook [Mission-Locale-de-l-Agglomeration-Mancelle-Accelerateur-de-Talents/](https://www.facebook.com/Mission-Locale-de-l-Agglomeration-Mancelle-Accelerateur-de-Talents/)

Horaires Lundi au vendredi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30 (vendredi fermeture à 17h)  
Vacances scolaires : lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 14h à 17h30 (vendredi fermeture à 17h)

### ■ ML Sarthe Nord, Mamers

Tél. 02 43 97 87 65

Courriel [accueil@mlsarthenord.fr](mailto:accueil@mlsarthenord.fr)

Site Web [www.mlsarthenord.fr](http://www.mlsarthenord.fr)

Facebook [MLSartheNord](https://www.facebook.com/MLSartheNord)

Horaires Lundi, mercredi, jeudi et vendredi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h  
Mardi de 13h30 à 17h

### ■ ML Sarthe et Loir,

Tél. 02 40 01 55 84

Courriel [lafleche@ml-sartheLoir.fr](mailto:lafleche@ml-sartheLoir.fr)

Site Web [www.ml-sartheLoir.fr](http://www.ml-sartheLoir.fr)

Facebook [MLSartheetLoir](https://www.facebook.com/MLSartheetLoir)

Horaires Lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h (fermeture le jeudi après-midi)

## ■ Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapés psychiques (UNAFAM) de la Sarthe

Tél. 02 43 40 44 53

Courriel [72@unafam.org](mailto:72@unafam.org)

Site Web [www.unafam.org/sarthe](http://www.unafam.org/sarthe)

Horaires Lundi de 14h à 18h

Missions Accueil, écoute, soutien, formation, information et accompagnement des familles et de l'entourage de personnes vivant avec des troubles psychiques



## Groupes d'Entraide Mutuelle (GEM)

Les Groupes d'Entraide Mutuelles (GEM) sont des associations portées par et pour des usagers en santé mentale ; ils reposent sur le principe de pair-aidance. Souvent implantés au cœur de la ville, ils permettent de se retrouver, de s'entraider, d'organiser des activités visant au développement personnel, de passer des moments conviviaux et de créer des liens

### ■ GEM's Loisir, Le Mans

Tél. 09 84 02 28 27 ou 06 79 24 28 72

Courriel [gemloisirs@orange.fr](mailto:gemloisirs@orange.fr)

Site Web <http://gemloisir.free.fr/>

Horaires 1<sup>er</sup> et 3<sup>ème</sup> lundi du mois de 14h à 17h30  
Du mercredi au samedi de 14h à 17h30

### ■ GEM Tejira, Le Mans

Tél. 09 73 62 74 12

Courriel [tejira.gem@neuf.fr](mailto:tejira.gem@neuf.fr)

### ■ GEM « Le Bon Accueil » Sud Sarthe, Sablé sur Sarthe

Tél. 02 43 45 94 67

Courriel [lebonaccueil.gem@sfr.fr](mailto:lebonaccueil.gem@sfr.fr)

## ■ Le Haut GEM, Mamers

Tél. 09 53 73 27 12  
Courriel [info@hautgem.org](mailto:info@hautgem.org)  
Site Web [www.hautgem.org](http://www.hautgem.org)  
Horaires Lundi au vendredi de 14h à 18h

## ■ GEM Différents et Ensemble, Le Mans

Tél. 09 84 46 42 60 ou 06 52 25 16 42  
Courriel [gem.ensemble@outlook.com](mailto:gem.ensemble@outlook.com)  
Site Web [www.gemtc72.com/](http://www.gemtc72.com/)

## AGRICULTEURS et/ou ENTOURAGE

### ■ Solidarité Paysans 72

Tél.	02 43 14 20 32
Courriel	<a href="mailto:sarthe@solidaritepaysans.org">sarthe@solidaritepaysans.org</a>
Site Web	<a href="https://solidaritepaysans.org/paysdelaloire/sarthe">https://solidaritepaysans.org/paysdelaloire/sarthe</a>
Missions	Accompagner et écouter les agriculteurs en difficulté (économique, technique, relationnelle, de santé...) et de leur famille



## LGBTI+ et/ou ENTOURAGE

*(Lesbiennes, Gays, Bisexuels, Trans et Intersexes)*

### ■ Association Homogène

Tél.	09 51 44 66 00
Courriel	<a href="mailto:homogene72.asso.lgbt@gmail.com">homogene72.asso.lgbt@gmail.com</a>
Site Web	<a href="https://homogene72.net">https://homogene72.net</a>
Missions	Prévention des discriminations. Elle œuvre pour l'égalité des droits et la valorisation de l'apport des personnes LGBTI dans tous les aspects de la société. Homogène ouvre des espaces d'accueil, d'écoute, de convivialité, de solidarité et de prévention des risques



## PERSONNES ENDEUILLÉES

### ■ JALMALV Sarthe

Tél.	02 43 54 27 12
Courriel	<a href="mailto:jalmavlv72@hotmail.fr">jalmavlv72@hotmail.fr</a>
Site Web	<a href="http://www.jalmalv-sarthe.fr">www.jalmalv-sarthe.fr</a>
Horaires	Permanence le jeudi de 13h30 à 16h30 Répondeur téléphonique en dehors de la permanence
Missions	Soutien aux familles (adultes, adolescents, enfants) vivant un deuil

## ■ Association « L'Arc en Ciel »

Tél.	06 84 88 17 55 ou 09 53 69 91 96
Courriel	<a href="mailto:asso.larcenciel@free.fr">asso.larcenciel@free.fr</a>
Site Web	<a href="https://asso-larcenciel.fr/">https://asso-larcenciel.fr/</a>
Horaires	Lundi au vendredi de 9h à 18h
Missions	Accompagner les deuils intra-familiaux et prévenir les risques suicidaires



## PERSONNES ÂGÉES ISOLÉES

### ■ Familles Rurales 72, « Les Voisineurs »

Tél.	02 43 39 75 12
Courriel	<a href="mailto:voisineurs.sad@orange.fr">voisineurs.sad@orange.fr</a>
Missions	Un réseau de bénévoles pour lutter contre la solitude et l'isolement des personnes âgées isolées



## PERSONNES EN SITUATION DE PRÉCARITÉ

### ■ Association Montjoie – L'Appui 72

Tél.	02 43 14 15 44
Courriel	<a href="mailto:contact@montjoie.asso.fr">contact@montjoie.asso.fr</a>
Site Web	<a href="https://www.montjoie.asso.fr/index.php?page=lappui72">https://www.montjoie.asso.fr/index.php?page=lappui72</a>
Missions	L'Appui 72 est un lieu d'accueil, d'écoute et d'accompagnement qui s'adresse à des personnes en situation de mal-être, quelle qu'en soit l'origine : pauvreté - grande précarité sociale, isolement, violences familiales et/ou conjugales, violences sexuelles (abus, viols, prostitution...).

## PERSONNES VICTIMES DE VIOLENCES

### ■ Solidarité Femmes 72

Tél. 02 43 78 12 75

Courriel [accueil@solidaritefemmes72.fr](mailto:accueil@solidaritefemmes72.fr)

Site Web <https://solidaritefemmes72.fr/>

Missions Aide et accompagnement des femmes victimes de violences conjugales ou familiales et de leur entourage (enfants, proches...)

## SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

### Agri'Ecoute

Ligne d'écoute, à destination des agriculteurs en souffrance psychologique et leur entourage  
09 69 39 29 19 (7j/7 – 24h/24)

### Croix Rouge Ecoute

Service de soutien par téléphone (solitude, dépression, violence, addictions)  
0 800 585 858 (7j/7 – 8h à 20h)

### Solitud'Ecoute

Les Petits Frères des Pauvres proposent une écoute pour les plus de 50 ans souffrant de solitude, d'isolement ou de mal-être  
0 800 47 47 88 (7j/7 – 15h à 20h)

### SOS Amitié

SOS amitié offre, à tous ceux qui choisissent d'appeler, la possibilité de mettre des mots sur leur souffrance et, ainsi, de prendre le recul nécessaire pour retrouver le goût de vivre.  
09 72 39 40 50 (7j/7 – 24h/24)

### SOS Help

Ligne d'écoute en langue anglaise  
01 46 21 46 46 (7j/7 – 15h à 23h)

### SOS Surdus Soutien

Soutien, écoute, conseil et orientation des personnes sourdes  
Skype : [sos.surdus](https://www.skype.com/join/sos.surdus) (webcam + chat + vidéo)  
MP Facebook : SOS Surdus (webcam + chat + vidéo)  
Email : [sossurdus31@gmail.com](mailto:sossurdus31@gmail.com)

## POUR LES PERSONNES AVEC UN RISQUE SUICIDAIRE OU CONFRONTÉES AU SUICIDE ET LEUR ENTOURAGE



**3114**  
Numéro national de prévention du suicide  
24H/24 – 7J/7  
Ecoute professionnelle et confidentielle

### Suicide Ecoute

Accueil et écoute des personnes en grande souffrance psychologique ou confrontées au suicide et de leur entourage  
01 45 39 40 00 (7j/7 – 24h/24)

### SOS Suicide Phénix Ecoute

Ecoute des personnes en souffrance psychologique ou confrontées au suicide et de leur entourage  
01 40 44 46 45 (7j/7 – 13h à 23h)

## POUR LES PERSONNES ENDEUILLÉES

### Empreintes, accompagner le deuil

Ecoute, soutien et information pour les particuliers et les professionnels confrontés à une situation de deuil  
0 142 380 808

### Mieux traverser le deuil

Ecoute pour les personnes endeuillées, à partir d'une plateforme : <https://mieux-traverser-le-deuil.fr>  
(7j/7 – 24h/24)

### [Espoir-Suicide.fr](https://www.espoir-suicide.fr)

Plateforme de ressources en ligne pour les personnes endeuillées par suicide

## POUR LES ENFANTS, LES ADOLESCENTS et LEURS PARENTS OU ÉDUCATEURS

### **Allo Ecoute Ado**

*Ecoute anonyme et confidentielle pour les adolescents*  
**06 12 20 34 71 (lundi au samedi de 17h à 20h)**

### **Allo Ecoute Parents**

*Ecoute, aide, soutien à la parentalité*  
**06 01 18 40 36 (lundi au samedi de 17h à 20h)**

### **Allo Parents Bébé**

*Des professionnels de la petite enfance à l'écoute des parents d'enfants de moins de 3 ans*  
**0 800 003 456**  
**(lundi au vendredi de 10h à 13h et de 14h à 18h)**

### **Allo Parents en crise**

*Des psychologues, éducateurs, médiateurs familiaux à l'écoute des parents angoissés ou à bout*  
**0 805 382 300 (lundi au samedi de 10h à 22h)**

### **Enfants disparus**

*Accueil, écoute, soutien de parents d'enfants disparus*  
**116 000 (7j/7 – 24h/24)**

### **Fil Santé Jeunes**

*Ecoute anonyme, information et orientation des jeunes de 12 à 25 ans.*  
**0 800 235 236 (7j/7 – 9h à 23h)**

### **Phare Enfants-Parents**

*Prévention du mal-être et du suicide des jeunes. Ecoute pour les parents et les enfants en souffrance, soutien au parents endeuillés par suicide*  
**01 43 46 00 62 (lundi au vendredi de 10h à 17h)**

### **Tous Mobilisés**

*Soutien aux familles ayant un enfant en situation de handicap*  
**0 805 035 800 (lundi au samedi de 9h à 17h)**

### **SOS Parentalité**

*Service d'écoute gratuit pour tous les parents, proposé par le Réseau Parentalité Créativité*  
**0 974 763 963 (lundi au samedi de 8h à 12h et de 14h à 17h, les mercredis et vendredis de 20h à 22h)**



## POUR LES PERSONNES VICTIMES DE VIOLENCES FAMILIALES ET CONJUGALES

### **Stop maltraitance Stop Conflit**

*Ecoute et accompagnement pour les victimes et leurs familles*  
**0 800 051 234 (lundi au vendredi de 10h à 18h)**

### **Violences Femmes Info**

*Ecoute anonyme pour les femmes victimes de violences, leur entourage et les professionnels concernés*  
**39 19 (lundi au vendredi de 9h à 22h, les samedis, dimanches et jours fériés de 9h à 18h)**

### **Viols Femmes Informations**

*Ecoute anonyme pour les femmes victimes de viol ou d'agressions sexuelles, les proches bienveillants et les professionnel(le)s*  
**0 800 05 95 95 (lundi au vendredi de 10h à 19h)**

## POUR LES PERSONNES AYANT DES TROUBLES PSYCHIQUES ET LEURS PROCHES

### **Argos 2001**

*Aide aux personnes vivant avec des troubles bipolaires et à leurs proches*

**01 46 28 01 03** (lundi au vendredi de 10h à 13h)

### **Ecoute Famille Unafam**

*Ecoute, information, orientation et soutien psychologique pour les proches de personnes confrontées aux troubles psychiques*

**39 19** (lundi au vendredi de 9h à 22h, les samedis, dimanches et jours fériés de 9h à 18h)

### **Schizo ? Oui :**

*Information, orientation et soutien psychologique par et pour des personnes concernées par des troubles schizophréniques*

**01 45 89 49 44**

(lundi, mercredi et vendredi de 14h30 à 18h)

### **Autisme Info Services**

*Ecoute, aide, information et orientation pour les personnes avec autisme, leur entourage et les professionnels intervenant à leurs côtés*

**0 800 71 40 40** (lundi au vendredi de 14h à 19h)

### **France Dépression**

*Aide aux personnes souffrant de troubles dépressifs ou bipolaires et à leurs proches*

**07 84 96 88 28** (lundi au vendredi 14h-19h)

### **Terra Psy**

*Accompagnement psychologique par téléphone en français, anglais, arabe, italien et espagnol*

**0 805 383 922**

(lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h)

## POUR LES PERSONNES AYANT DES PROBLEMATIQUES D'ADDICTIONS

### **Alcool Info Service**

*Information, soutien, conseil et orientation pour les personnes en difficulté avec l'alcool, et pour leurs proches*

**0 980 980 930** (7j/7 – de 8h à 2h)

### **Drogues Info Service**

*Information, soutien, conseil et orientation pour les personnes en difficulté avec l'usage de drogues et pour leurs proches*

**0 800 23 13 13** (7j/7 – de 8h à 2h)

### **Ecoute Cannabis**

*Information, soutien, conseil et orientation pour les personnes en difficulté avec l'usage de drogues et pour leurs proches*

**0 980 980 940** (7j/7 – de 8h à 2h)

### **Joueurs Info Services**

*Information, soutien, conseil et orientation pour les personnes en difficulté avec leur pratique de jeux et pour leurs proches*

**0 974 75 13 13** (7j/7 – de 8h à 2h)

## PERSONNES LGBT ET LEURS PROCHES

### **Réseau CONTACT France**

*Ecoute anonyme et confidentielle pour les personnes LGBT et leurs proches*

**0 805 69 64 64**

(Lundi au jeudi de 15h à 21h / vendredi de 15h à 20h /

Samedi de 13h30 à 15h30))

### **SOS Homophobie**

*Ecoute téléphonique pour les personnes victimes ou témoins, d'actes ou de discriminations lesbophobes, gayphobes, biphobes ou transphobes*

**01 48 06 42 41**

(Lundi au vendredi de 18h à 22h / Samedi de 14h à 16h / Dimanche de 18h à 20h)



**RÉPUBLIQUE  
FRANÇAISE**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*



Retrouvez plus d'informations sur  
[www.pays-de-la-loire.ars.sante.fr](http://www.pays-de-la-loire.ars.sante.fr)

et sur nos réseaux sociaux

