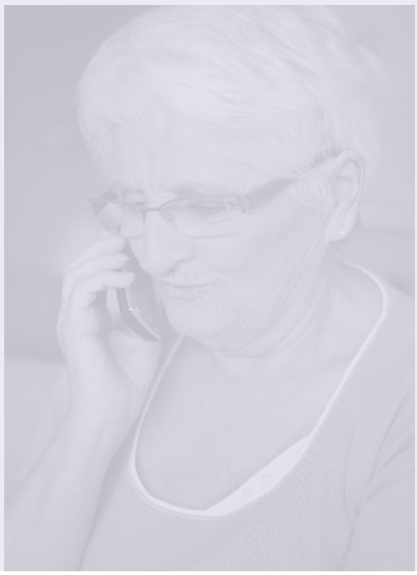
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

Agence Régionale de Santé Pays de la Loire

Mise à jour : 03/2025

Annuaire des structures en santé mentale

MAYENNE



Agir pour la santé de tous

QUALITÉ · USAGERS · INNOVATION · PRÉVENTION

SOMMAIRE

TOUT PUBLIC 3

Psychiatrie (filière adulte, + de 16 ans)

CH de Laval 3
CH Nord Mayenne 3
Haut Anjou 3
Clinique Notre Dame de Pritz, Changé 3

Souffrances psycho-sociales

COPS 53 4
Association Dites Je Suis Là 4

JEUNES et/ou PARENTS 5

Psychiatrie (filière infanto-juvénile – jusqu'à 16 ans)

CH Laval 5

Souffrances psycho-sociales

Maison des Adolescents 6
CMPP, association Inalta 6
Service de santé des étudiants 6
Les Petits Pas 6
Mission locale de la Mayenne 7

HANDICAPES PSYCHIQUES et/ou ENTOURAGE . 8

Souffrances psycho-sociales

UNAFAM Mayenne 8
J'aime le GEM, Château Gontier 8
GEM La Rencontre, Laval 8
GEM A La Folie, Mayenne 8
GEM A l'Unisson, Evron 8

POPULATIONS SPECIFIQUES 9

Souffrances psycho-sociales

Agriculteurs et/ou Entourage
Solidarité Paysans 53 9

Personnes endeuillées
JALMALV Mayenne 9

AU NIVEAU NATIONAL 10

Soutien psychologique 10
Pour les personnes avec un risque suicidaire ou confrontées au suicide et leur entourage 10
Pour les personnes endeuillées 10
Pour les enfants, adolescents et parents ou éducateurs ... 11
Pour les personnes victimes de violences 11
Pour les personnes ayant des troubles psychiques 12
Pour les personnes ayant des problématiques addictives .. 12
Personnes LGBT et leurs proches 12

Centre Hospitalier de Laval

Tél. 02 43 66 50 00
Urgences médico-psychologiques : 02 43 66 46 21

Site Web www.chlaval.fr

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

CMP Laval	Tél. 02 43 53 40 92
CMP Evron	Tél. 02 43 01 24 01
CMP Laval	Tél. 02 43 53 66 88

Centre Hospitalier Nord-Mayenne, Mayenne

Tél. 02 43 08 73 00
Urgences médico-psychologiques : 02 43 08 76 11

Site Web www.ch-mayenne.fr

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

CMP Ernée/Bocage	Tél. 02 43 05 83 85
CMP Mayenne	Tél. 02 43 30 48 98
CMP Villaines-la-Juhel	Tél. 02 43 03 75 44

Centre Hospitalier du Haut Anjou, Château-Gontier-sur-Mayenne

Tél. 02 43 09 33 33
Urgences médico-psychologiques : 02 43 09 33 40

Site Web www.ch-hautanjou.fr

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

CMP Château-Gontier-sur-Mayenne	Tél. 02 43 70 73 10
CMP Renazé	Tél. 02 43 70 73 10
CMP Cossé-le-Vivien	Tél. 02 43 70 73 10

Clinique Notre Dame de Pritz, Changé

Tél. 02 43 53 67 30

Site Web http://clinique-notre-dame-de-pritz.ramsaygds.fr

Collectif pour la prévention du mal-être et du suicide (COPS) en Mayenne

Tél.	06 51 49 39 45
Courriel	cops53@orange.fr
Missions	La prévention pour les jeunes, adultes, personnes âgées L'information lors de débats, échanges, théâtres, forum La lutte contre l'isolement par l'écoute Le partenariat avec les professionnels et institutionnels locaux Le développement d'ateliers bien-être

Association « Dites Je Suis Là »

Site Web	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

Centre Hospitalier de Laval

Tél. 02 43 66 50 00

Unité de soins intensifs pour enfants et adolescents : 02 43 66 39 82

Site Web www.chlaval.fr

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

CMP Laval	Tél. 02 43 66 39 80
CMP Mayenne	Tél. 02 43 00 17 31
CMP Château-Gontier-sur-Mayenne	Tél. 02 43 70 73 56
CMP Ernée	Tél. 02 43 66 39 80
CMP Evron	Tél. 02 43 66 67 00

JEUNES et/ou PARENTS – Souffrances psychosociales

Maison départementale des adolescents (MDA) de la Mayenne

Tél.	02 43 56 93 67
Courriel	contact@mda53.fr
Site Web	www.mda53.fr
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 médico-psycho-pédagogique (CMPP), association INALTA

Tél.	02 43 56 07 00
Courriel	cmpp@inalta.fr
Site Web	inalta.fr
Missions	Prévention : dépistage et diagnostic des difficultés des enfants et adolescents. Lieu de soins ambulatoires dispensés par une équipe pluridisciplinaire (pédopsychiatre, psychologues, orthophoniste, psychomotriciens)

Service de santé des étudiants, IUT Laval – Le Mans Université

Tél.	02 43 83 39 20
Courriel	accueil-sse@univ-lemans.fr
Site Web	https://iut-laval.univ-lemans.fr/fr/campus-et-moi/centre-de-sante.html
Missions	Aide psychologique – lieu d'écoute et de parole confidentiel et gratuit pour les étudiants du campus de Laval

Les Petits Pas

Tél.	06 73 64 65 76
Courriel	contact@lespetitspas.net
Site Web	https://lespetitspas.net/
Missions	Lieu d'accueil et d'écoute pour des parents d'enfants de 0 à 6 ans

Mission Locale de la Mayenne

Site Web	https://www.emploi-des-jeunes53.org/
Coordonnées	**Laval Agglomération** – tél. 02 73 56 00 12 **Communauté de communes des Coëvrons** – tél. 02 43 56 00 12 **Communauté de communes Pays de Château-Gontier** – tél. 02 43 07 27 49 **Communauté de communes Pays de Craon** – tél. 02 43 07 27 49 **Pays de Meslay-Grez** – tél. 02 43 07 27 49 **Mayenne Communauté** – tél. 02 43 04 18 99 **Communauté de communes de l'Ernée** – tél. 02 43 04 18 99 **Communauté de communes du Bocage Mayennais** – tél. 02 43 04 18 99 **Communauté de communes du Mont des Avaloirs** – tél. 02 43 04 18 99
Missions	La mission locale accueille, informe et accompagne les jeunes de 16 à 25 ans sortis du système scolaire vers la qualification et l'emploi. Elle les aide dans leurs problématiques concernant en particulier le logement, le transport, la santé et l'insertion professionnelle.

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

Tél.	06 58 78 93 36
Courriel	53@unafam.org
Site Web	www.unafam.org/mayenne
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

J'aime le GEM 53, Château-Gontier-sur-Mayenne

Tél.	02 43 07 59 52
Courriel	gem.chateau-gontier@sfr.fr

GEM La Rencontre, Laval

Tél.	09 81 60 95 78 / 07 60 97 83 22
Courriel	gem.laval@orange.fr

GEM A la Folie, Mayenne

Tél.	02 44 29 50 87
Courriel	gem.mayenne53@sfr.fr

GEM A l'Unisson, Evron

Tél.	09 67 67 95 37
Courriel	gem.evron@orange.fr

AGRICULTEURS et/ou ENTOURAGE

Solidarité Paysans 53

Tél.	02 43 69 90 32
Courriel	mayenne@solidaritepaysans.org
Site Web	https://solidaritepaysans.org/paysdelaloire/mayenne
Missions	Accompagner la famille pour faire face aux difficultés sociales, familiales, économiques, techniques ou juridiques

PERSONNES ENDEUILLÉES

JALMALV Mayenne

Tél.	02 43 56 75 15 / 07 68 11 00 90
Courriel	jalmalv53@wanadoo.fr
Site Web	www.jalmalv-federation.fr/annuaire/jalmalv-53/
Missions	Soutien aux familles (adultes, adolescents, enfants) vivant un deuil

Liste non exhaustive

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 an 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 (webcam + chat + vidéo)
MP Facebook : SOS Surdus (webcam + chat + vidéo)
Email : 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

Espoir-Suicide.fr
Plateforme de ressources en ligne pour les personnes endeuillées par suicide

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

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)

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)

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)

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)

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)

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

Agence Régionale de Santé
Pays de la Loire

Retrouverez plus d'informations sur
www.pays-de-la-loire.ars.sante.fr

et sur nos réseaux sociaux