



**RÉPUBLIQUE
FRANÇAISE**

*Liberté
Égalité
Fraternité*



Mise à jour : 01/2025



Annuaire des structures en santé mentale



SARTHE



● — **Agir pour la santé de tous** — ●

QUALITÉ · USAGERS · INNOVATION · PRÉVENTION

TOUT PUBLIC	3	POPULATIONS SPECIFIQUES	8
Psychiatrie (filière adulte, + de 16 ans)		Souffrances psycho-sociales	
EPSM de la Sarthe	3	Agriculteurs et/ou Entourage	
Pôle Santé Sud	3	Solidarité Paysans 72	8
Souffrances psycho-sociales		LGBTI+ et/ou Entourage	
SOS amitié Le Mans	4	Association Homogène	8
Les Intervalles de l'écoute	4	Personnes endeuillées	
Lieu d'écoute « L'Escale », CCAS Allonnes	4	JALMALV Sarthe	8
Association Dites Je Suis Là	4	Association L'Arc en Ciel	8
JEUNES et/ou PARENTS	5	Personnes âgées isolées	
Psychiatrie (filière infanto-juvénile – jusqu'à 16 ans)		Familles rurales 72, Les Voisineurs	8
EPSM de la Sarthe	5	Personnes en situation de précarité	
Souffrances psycho-sociales		Association Montjoie – L'Appui 72	9
Maison des Adolescents	6	Personnes victimes de violences	
Service de santé des étudiants	6	Solidarité Femmes Sarthe.....	9
Mission locale de l'Agglomération Mancelle	6	AU NIVEAU NATIONAL	10
Mission locale Sarthe Nord	6	Soutien psychologique	10
Mission locale Sarthe et Loir	6	Pour les personnes avec un risque suicidaire ou 16 confrontées au suicide et leur entourage	10
HANDICAPES PSYCHIQUES et/ou ENTOURAGE .	7	Pour les personnes endeuillées	10
Souffrances psycho-sociales		Pour les enfants, adolescents et parents ou éducateurs ...	11
UNAFAM de la Sarthe	7	Pour les personnes victimes de violences	11
GEM Loisir, Le Mans	7	Pour les personnes ayant des troubles psychiques	12
GEM Tejira, Le Mans	7	Pour les personnes ayant des problématiques addictives ..	12
GEM Le Bon Accueil Sud-Sarthe, Sablé sur Sarthe	7	Personnes LGBT et leurs proches	12
Le Haut Gem, Mamers	7		
GEM Différents et Ensemble, Le Mans	7		

Etablissement Public de Santé Mentale (EPSM) de la Sarthe

Tél. 02 43 43 51 51

Site Web www.epsm-sarthe.fr

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

Equipe mobile de prévention du suicide (EMSP)

Tél. 02 43 78 85 25
emps@epsm-sarthe.fr

Equipe psychiatrique d'accueil, d'urgence et de liaison (EPAUL)
intervient au service d'accueil des urgences (SAU) du CH du Mans

Tél. 02 43 43 43 72
secretariatEPAUL@epsm-sarthe.fr

Equipe mobile de psychiatrie adulte (EMPA)
intervient aux urgences du Pôle Santé Sarthe et Loir

Unité d'accueil et d'orientation (UAO)

Tél. 02 43 78 56 06 / 02 43 78 56 35
secretariatUIA@epsm-sarthe.fr

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

CMP boulevard Marie et Alexandre Oyon, Le Mans (secteur 1)

Tél. 02 43 16 15 44

CMP Saint-Calais (secteur 1)

Tél. 02 43 16 15 44

Centre de soins Hélène Chaigneau, Le Mans (secteur 3)

Tél. 02 43 50 21 60

CMP Mamers (secteur 3)

Tél. 02 43 31 31 58

CMP Fresnay-sur-Sarthe (secteur 3)

Tél. 02 43 50 21 60

CMP Beaumont-sur-Sarthe (secteur 3)

Tél. 02 43 50 21 60

CMP rue Pradier, Le Mans (secteur 4)

Tél. 02 43 50 06 71

CMP La Flèche (secteur 4)

Tél. 02 43 94 50 61

Centre de soins de santé mentale Frantz Fanon, Allonnes (secteur 5)

Tél. 02 43 43 52 88

CMP Conlie (secteur 5)

Tél. 02 43 43 52 88

Centre de soins de santé mentale, Sablé-sur-Sarthe (secteur 5)

Tél. 02 72 88 42 95

CMP boulevard Marie et Alexandre Oyon, Le Mans (secteur 6)

Tél. 02 43 78 57 05

CMP Château-du-Loir (secteur 6)

Tél. 02 43 16 15 44

Centre de soins Hélène Chaigneau, Le Mans (secteur 7)

Tél. 02 43 50 34 50

CMP La Ferté-Bernard (secteur 7)

Tél. 02 43 50 34 50

CMP Marolles-les-Braults (secteur 7)

Tél. 02 43 50 34 50

Pôle Santé Sud, Le Mans

Tél. 02 43 73 38 38

Site Web www.elsan.care/fr/pole-sante-sud

TOUT PUBLIC – Souffrances psychosociales

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 (24h/24 7j/7) ; Chat' : www.sos-amitie.com/chat/ (7j/7 de 13h à 3h) ; Messagerie : www.sos-amitie.com/messagerie/ (réponse sous 48 h)

Les Intervalles de l'écoute

Tél.	02 43 54 27 43 / 06 77 10 43 30
Courriel	espace-ecoute@wanadoo.fr
Site Web	espace-ecoute.com/mal-etre-suicide-prevention/les-intervals-de-lecoute-2/
Missions	Ligne 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
Site Web	https://www.allonnes.fr/a-vivre/la-personne/la-solidarite/lescale-lieu-decoute/
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/
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 (EPSM) de la Sarthe

Tél. 02 43 43 51 51

Site Web 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) Tél. 02 43 43 51 20

Equipe de liaison pédopsychiatrique (ELPP)
intervention aux urgences pédiatriques du CH du Mans Tél. 02 44 71 02 16

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

CMP Winnicot (enfants 0-12 ans), Le Mans Tél. 02 43 24 16 00

CMP Françoise Dolto (enfants 0-16 ans), La Flèche Tél. 02 43 24 16 00

CMP La Martinière (enfants 0-16 ans), Sablé-sur-Sarthe Tél. 02 43 24 16 00

CMP Château-du-Loir (enfants 0-16 ans) Tél. 02 43 24 16 00

CMP Pablo Picasso (enfants 0-7 ans), Le Mans Tél. 02 43 76 24 11

CMP Erpell (enfants 8-12 ans révolu), Le Mans Tél. 02 43 78 56 50

CMP Beaumont-sur-Sarthe (enfants 0-16 ans) Tél. 02 43 76 24 11

CMP Sillé-le-Guillaume (enfants 0-16 ans) Tél. 02 43 76 24 11

CMP Mamers (enfants 0-16 ans) Tél. 02 43 76 24 11

CMP La Ferté-Bernard (enfants 0-16 ans) Tél. 02 43 50 37 01

JEUNES et/ou PARENTS – Souffrances psychosociales

Maison départementale des adolescents (MDA) de la Sarthe

Tél.	02 43 24 75 74
Courriel	secretariat@mda72.fr
Site Web	www.mda72.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.

Service de santé des étudiants – Le Mans Université

Tél.	02 43 83 39 20
Courriel	servicepsy@univ-lemans.fr Prise de rendez-vous : accueil-sse@univ-lemans.fr
Site Web	www.univ-lemans.fr/fr/campus-moi/centre-de-sante.html
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/

ML Sarthe Nord

Tél.	02 43 97 87 65
Courriel	accueil@mlsarthenord.fr
Site Web	www.mlsarthenord.fr

ML Sarthe et Loir

Tél.	02 43 45 23 08
Courriel	lafleche@ml-sarthe-loir.fr
Site Web	www.ml-sarthe-loir.fr

HANDICAPÉS et/ou ENTOURAGE

Souffrances psychosociales

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
Site Web	www.unafam.org/sarthe
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 / 06 79 24 28 72
Courriel	gemloisirs@orange.fr
Site Web	http://gemloisir.free.fr/

GEM Tejira, Le Mans

Tél.	09 73 62 74 12
Courriel	tejira.gem@neuf.fr

GEM Le Bon Accueil Sud Sarthe, Sablé-sur-Sarthe

Tél.	02 43 45 94 67
Courriel	lebonaccueil.gem@sfr.fr

Le Haut GEM, Mamers

Tél.	09 53 73 27 12
Courriel	info@hautgem.org
Site Web	www.hautgem.org

GEM Différents et Ensemble, Le Mans

Tél.	09 84 46 42 60 / 06 52 25 16 42
Courriel	gem.ensemble@outlook.com
Site Web	www.gemtc72.com/

AGRICULTEURS et/ou ENTOURAGE

Solidarité Paysans 72	
Tél.	02 43 14 20 32
Courriel	sarthe@solidaritepaysans.org
Site Web	https://solidaritepaysans.org/paysdelaloire/sarthe
Missions	Accompagner la famille pour faire face aux difficultés sociales, familiales, économiques, techniques ou juridiques

LGBTI+ et/ou ENTOURAGE

(Lesbiennes, Gays, Bisexuels, Trans et Intersexes)

Association Homogène	
Tél.	09 51 44 66 00
Courriel	homogene72.asso.lgbt@gmail.com
Site Web	https://homogene72.net
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	jalmavlv72@hotmail.fr
Site Web	www.jalmalv-sarthe.fr
Missions	Soutien aux familles (adultes, adolescents, enfants) vivant un deuil

Association L'Arc en Ciel	
Tél.	06 84 88 17 55 / 09 53 69 91 96
Courriel	asso.larcenciel@free.fr
Site Web	https://asso-larcenciel.fr/
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	voisineurs.sad@orange.fr
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	contact@montjoie.asso.fr
Site Web	https://www.montjoie.asso.fr/index.php?page=lappui72
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...).

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/fr/ajoutersos.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

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

et sur nos réseaux sociaux

