

## COVID 19

### Dispositifs d'écoute, de conseil et de soutien

#### Réponses non hospitalières à destination de la population



La circulation active du virus COVID19 dans la région, et particulièrement les mesures de confinement imposées dans ce cadre, peuvent être à l'origine de pertes de repères, de stress et d'angoisse. Cette période difficile qui bouscule nos vies familiales, sociales et professionnelles peut également générer incertitudes ou sentiment d'insécurité et avoir des répercussions fortes sur notre santé mentale.

Dans le cadre des recommandations nationales et de l'axe 3 du plan régional d'actions et de soutien à la psychiatrie en période d'épidémie de COVID, les acteurs de la santé mentale se mobilisent pour répondre aux demandes de soutien et d'aide médico-psychologique.

En complément du travail réalisé par les établissements de santé avec activité de psychiatrie et les psychiatres libéraux, d'autres acteurs proposent des dispositifs d'écoute, de conseil et de soutien.

Ce document vise à faire connaître l'ensemble des ressources non hospitalières disponibles pour tous les Ligériens, ainsi que les réponses dédiées à des publics spécifiques.

Tous les porteurs des dispositifs cités ont aménagé leur offre quand cela s'imposait, afin de garantir le respect des règles de distanciation imposées dans la période actuelle.























Lorsque le soutien de la famille, des amis, des collègues ne suffit plus, ces dispositifs apportent des solutions concrètes et guident vers l'offre la plus adaptée lorsque cela s'avère nécessaire.





Avec eux, prenez soin de vous et de vos proches !

# LOIRE-ATLANTIQUE



Tout public

<b>SOS Amitié Nantes</b>	 Tél. 02 40 04 04 04 Tchat : <a href="http://www.sos-amitie.com/web/nantes">www.sos-amitie.com/web/nantes</a>
	 Permanence téléphonique : 7j/7 – 24h/24 Tchat : 7j/7, de 13h à 3h du matin
	 Bénévoles écoutants
	 Loire-Atlantique
<b>Groupe de prévention du suicide de la communauté de communes Sèvre et Loire</b>	 Tél. 02 40 46 27 52 (répondeur confidentiel) <a href="http://www.groupepreventionsuicide44.fr">www.groupepreventionsuicide44.fr</a>
	 24h/24
	 Bénévoles écoutants
	 Vignoble Nantais
<b>Ville de Nantes</b>	 <a href="mailto:ecoute.confinement@mairie-nantes.fr">ecoute.confinement@mairie-nantes.fr</a>
	 7j/7 de 9h à 18h
	 Professionnels
	 Nantes Agglomération
<b>Centre Social Spécialisé Recherche et Rencontres</b>	 02 40 08 08 10
	 Sur rendez-vous
	 Professionnels
	 Nantes Agglomération
	 <b>Personnes suivies par le centre social</b>
<b>Lieu d'écoute « Autrement Dit » Les Apsyades</b>	 Autrement Dit : 02 40 52 11 00 ou 06 07 55 40 34 Consultation Jeunes Consommateurs (CJC) : 07 84 14 68 71
	 Du lundi au vendredi, de 9h à 17h
	 Professionnels
	 Nantes Nord
	 <b>CJC : jeunes et entourage (parents, professionnels)</b>





<b>SOS Dépression 44</b>		Tél. 02 40 08 25 60
		Ecoute téléphonique : le mardi, jeudi et vendredi de 18h à 20h, <b>à compter du 2 juin 2020</b> Groupe de parole : de 18h précises à 19h30, à la maison des associations, salle C, 42 rue des Hauts Pavés à Nantes, <b>à compter du 10 juin 2020</b>
		Bénévoles écoutants
		Loire-Atlantique



























## Jeunes et/ou Parents





<b>Maison des adolescents de Loire-Atlantique</b>		Site de Nantes : 06 74 71 81 55 Antenne Ouest : 02 51 10 75 75 Antenne Nord : 02 40 51 55 60 Antenne Sud : 02 28 21 44 40 <a href="mailto:contact@mda.loire-atlantique.fr">contact@mda.loire-atlantique.fr</a>
		Du lundi au vendredi, de 10h à 18h
		Professionnels
		Loire-Atlantique





<b>Ecole des Parents et des Educateurs de Loire-Atlantique</b>		Faire une demande de rappel via formulaire Web Pour les parents : <a href="https://forms.gle/jag5aXNPbb2e4Brc6">https://forms.gle/jag5aXNPbb2e4Brc6</a> Pour les jeunes : <a href="https://forms.gle/tjH8nksuZAvWNeKq5">https://forms.gle/tjH8nksuZAvWNeKq5</a> Laisser un message sur le répondeur du secrétariat : 02 40 35 47 73 Envoyer un mail : <a href="mailto:epe44@ecoledesparents.org">epe44@ecoledesparents.org</a> Facebook : <a href="https://www.facebook.com/EcoledesParentsdesEducateursdeLoireAtlantique/">https://www.facebook.com/EcoledesParentsdesEducateursdeLoireAtlantique/</a> Appeler la ligne directe : 06 19 29 77 80
		Du lundi au vendredi, de 16h à 20h La samedi de 10h à 13h
		Professionnels
		Loire-Atlantique





<b>Les Pâtes au Beurre</b>		Tél. 02 40 16 06 52 <a href="mailto:pates.au.beurre@orange.fr">pates.au.beurre@orange.fr</a>
		Du lundi au vendredi de 9h à 21h et le samedi de 9h à 12h
		Professionnels
		Nantes

## ■ Jeunes suivis par les missions locales

<b>Mission Locale du Pays de Redon et Vilaine</b>		Tél. 02 99 72 19 50
		Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 16h30
		Professionnels
		Redon Agglomération
<b>Mission Locale Rurale du Sillon de Bretagne</b>		Tél. 02 40 01 55 84 + visioconférence
		Le mercredi de 9h à 12h et de 14h à 17h
		Professionnels
		Communautés de communes du Pays de Pontchâteau-St Gildas des Bois, Estuaire et Sillon
<b>Mission Locale du Vignoble Nantais</b>		CC Clisson-Sèvre-Maine agglo : 06 29 56 54 12 CC Sèvre et Loire : 06 29 56 54 13
		Les lundis, mardis, jeudis et vendredis
		Professionnels
		Communautés de communes Clisson Sèvre Maine Agglo, Sèvre et Loire
<b>Mission Locale de Nantes Métropole</b>		Tél. 02 40 35 47 73
		Du lundi au vendredi de 9h à 17h
		Professionnels
		Nantes Métropole
<b>Mission Locale du Pays d'Ancenis</b>		Tél. 06 32 45 08 80
		Du mardi au vendredi de 9h à 17h
		Professionnels
		Pays d'Ancenis
<b>Mission Locale de la Presqu'île Guérandaise</b>		Tél. 02 40 42 96 76
		Du lundi au vendredi de 9h à 17h
		Professionnels
		Communauté d'agglomérations de la Presqu'île Guérande Atlantique

<b>Mission Locale de l'Agglomération Nazairienne</b>		Tél. 02 40 22 50 30 + visioconférence
		Du lundi au vendredi de 9h à 17h (sauf le jeudi matin)
		Professionnels
		Communauté d'agglomérations de la région nazairienne et de l'Estuaire (Carene)




<b>Mission Locale Nord Atlantique</b>		Tél. 02 40 79 33 49
		Du lundi au vendredi de 8h30 à 17h30
		Professionnels
		Communautés de communes d'Erdre et Gesvres, Nozay, Pays de Blain et de Châteaubriant-Derval

<b>Mission Locale du Pays de Retz</b>		Tél. 02 40 02 38 45
		Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h
		Professionnels
		Communautés de communes Sud Estuaire, Sud Retz Atlantique communauté d'agglomération Pornic Agglo Pays de Retz et communes de La Chevrolière, St Philbert de Grand Lieu, Ste Lumine de Coutais, La Limouzinière et St Colomban



## Personnes en situation de précarité





<b>Association LE PAS</b>		Tél. 06 69 62 01 57 <a href="mailto:lepas@nantes.fr">lepas@nantes.fr</a>
		Sur rendez-vous
		Professionnels
		Quartiers prioritaires de Nantes
		<b>Adultes des quartiers prioritaires de Nantes en plus des suivis habituels</b>

<b>Alternative Psy</b>		Tél. 06 04 42 91 48 <a href="mailto:alternativepsy44@gmail.com">alternativepsy44@gmail.com</a>
		Du lundi au vendredi, de 9h à 17h
		Professionnels
		<b>Tous les salariés en insertion des SIAE partenaires</b>

<b>AlterSoin 44</b>		Tél. 09 53 89 15 60 <a href="mailto:altersoin@gmail.com">altersoin@gmail.com</a>
		Les lundis, mardis, jeudis et vendredis de 9h30 à 13h et de 14h à 18h
		Professionnels
		<b>Personnes déjà suivies par l'association</b>



## Handicapés psychiques Entourage des Malades et/ou Handicapés Psychiques

<b>UNAFAM Loire-Atlantique</b>		Tél. 02 51 83 17 73 <a href="mailto:44@unafam.org">44@unafam.org</a>
		Du lundi au samedi de 9h à 17h
		Bénévoles + professionnels en appui
		Loire-Atlantique
















<b>Association BiPôles 44</b>		Tél. 06 86 54 77 64 <a href="mailto:bipoles44@orange.fr">bipoles44@orange.fr</a> <a href="http://bi-poles44.fr/">http://bi-poles44.fr/</a>
		Professionnels
		Loire-Atlantique

### ■ Adhérents des GEM (groupes d'entraide mutuelle)

<b>GEM Le Nouveau CAP</b>		Tél. 09 50 52 07 27 <a href="mailto:gemnantes@gmail.com">gemnantes@gmail.com</a> <a href="https://gem-nantes.org/">https://gem-nantes.org/</a>
		Professionnels
		Nantes




<b>GEM Les 4 As</b>		Tél. 02 40 66 46 17
		Professionnels
		Saint-Nazaire

<b>GEM La Main Ouverte</b>		Tél. 06 87 40 78 97
		Professionnels
		Savenay

<b>GEM L'Etoile Filante</b>	 Tél. 09 84 26 80 37 ou 07 83 80 36 79 <a href="mailto:gem.chateaubriand@outlook.com">gem.chateaubriand@outlook.com</a>
	 Professionnels
	 Châteaubriant
<b>GEM Le Pacifique</b>	 Tél. 07 83 02 45 31 <a href="mailto:gempacifique@mailoo.org">gempacifique@mailoo.org</a>
	 Du lundi au vendredi de 10h à 17h
	 Professionnels
	 Nort-sur-Erdre et Ancenis
<b>GEM Le Remue Méninge</b>	 Tél. 02 51 86 15 70
	 Visioconférence sur Facebook du lundi au vendredi de 18h à 19h
	 Professionnels
	 Rezé
<b>GEM Sud Loire</b>	 Tél. 06 71 00 30 89 <a href="mailto:gem.sudloire@gmail.com">gem.sudloire@gmail.com</a>
	 Les lundis, mardis, jeudis et vendredi de 10h à 16h
	 Professionnels
	 Sud Loire



## Autres personnes en situation de handicap

<b>ADAPEI de Loire-Atlantique</b>	 Tél. 02 40 12 23 17 <a href="mailto:celluleecoutefamilles@adapei44.asso.fr">celluleecoutefamilles@adapei44.asso.fr</a>
	 Du lundi au dimanche de 8h à 20h (le samedi jusqu'à 19h)
	 Professionnels
	 Loire-Atlantique






## Endeuillés et personnes âgées

<b>JALMALV Nantes</b>		Tél. 02 51 88 91 32 <a href="mailto:jalmalv-nantes@orange.fr">jalmalv-nantes@orange.fr</a>
		Sur rendez-vous
		Bénévoles
		Nantes Agglomération, Châteaubriant, Ancenis et Cholet
<b>Association EKR</b>		Tél. 07 72 40 26 03 <a href="mailto:loire.atlantique@ekr-france.fr">loire.atlantique@ekr-france.fr</a>
		Accompagnement individuel par téléphone, skype et WhatsApp Accompagnement de groupe en présentiel remplacé par une conférence audio
		Bénévoles
		Nantes Agglomération, Châteaubriant, Ancenis et Cholet



## Agriculteurs et/ou Entourage

<b>SOS Paysans en difficultés 44</b>		Tél. 02 40 74 47 38 <a href="mailto:loireatlantique@solidaritepaysans.org">loireatlantique@solidaritepaysans.org</a>
		24h/24
		Bénévoles et professionnels
		- Ecoute téléphonique - Entretien individuel en présentiel (2 maximum par semaine, sur RDV)
		Loire-Atlantique



# MAINE ET LOIRE







## Tout public

<b>SOS Amitié Angers</b>	 Tél. 02 41 86 98 98 Tchat : <a href="https://www.sos-amitie.com/web/angers">https://www.sos-amitie.com/web/angers</a>
	 Permanence téléphonique : 7j/7 – 24h/24 Tchat : 7j/7, de 15h à 3h du matin
	 Bénévoles écoutants
	 Maine et Loire








## LGBTI+ (Lesbiennes, Gays, Trans, Bis et Intersexes) et/ou Entourage





<b>CONTACT Maine et Loire</b>	 Ecoute Maine et Loire : 06 02 25 28 40 <a href="mailto:49@asso-contact.org">49@asso-contact.org</a>
	 Le mardi de 11h à 13h
	 Bénévoles écoutants
	 Maine et Loire

<b>QUAZAR, centre LGBTI+ d'Angers et du Maine et Loire</b>	 Tél. 0 658 422 717 ou 02 41 88 87 49 <a href="mailto:contact@quazar.fr">contact@quazar.fr</a>
	 7j/7 (pas d'horaires spécifiques)
	 Bénévoles écoutants
	 Maine et Loire







## Personnes victimes de violences

<b>AAVAS (Association Angevine d'Aide aux Victimes d'Abus Sexuels)</b>	 Tél. 07 67 19 01 85   <a href="mailto:aavas.asso@gmail.com">aavas.asso@gmail.com</a>
	 Du lundi au vendredi
	 Professionnels bénévoles
	 <ul style="list-style-type: none"><li>- Ecoute téléphonique</li><li>- Entretien individuel et/ou familial sur rendez-vous</li></ul>
	 Maine et Loire

<b>SOS Femmes 49</b>	 Tél. 02 41 86 18 04 <a href="mailto:mars2020@sosfemmes49.fr">mars2020@sosfemmes49.fr</a> (boite mail relevée régulièrement)
	 Du lundi au vendredi de 10h à 12h (possibilité de laisser un message)
	 Professionnels
	 Maine et Loire











## Jeunes et/ou Entourage jeunes





<b>Maison des adolescents du Maine et Loire</b>	 <b>Angers/Baugé</b> : Tél. 02 41 80 76 62 ou 06 78 09 88 34 Du lundi au vendredi de 9h à 17h – SMS et Whatsapp
	 <b>Saumur</b> : Tél. 02 41 83 30 82 Les lundis et jeudis de 9h à 19h
	 <b>Cholet</b> : Tél. 06 74 97 69 29 Le lundi de 16h à 18h, le mercredi de 9h30 à 12h, le jeudi de 9h30 à 17h et le vendredi de 14h à 17h
	 Professionnels
	 Maine et Loire





<b>Ecole des Parents et des Educateurs du Maine et Loire</b>	 Ligne d'écoute Familles : Tél. 07 55 64 32 74 Les mercredis de 14h à 18h
	 Point d'écoute parents : <a href="mailto:epe49@ecoledesparents.org">epe49@ecoledesparents.org</a> (prise de RDV) Les mardis, mercredis et jeudis de 10h à 17h
	 Professionnels
	 Maine et Loire

### ■ Jeunes suivis par les missions locales

<b>Mission Locale Angevine</b>	 Tél. 02 41 24 16 00 (prise de RDV)
	 Du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h
	 Professionnels
	 Angers Loire Métropole, communautés de communes Loire Layon Aubance, Anjou Loir et Sarthe et communes de Beaufort-en-Anjou, La Ménittré, Mazé-Milon et Les Bois d'Anjou





<b>Mission Locale du Choletais</b>	 Lundi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h ; Mardi de 13h30 à 17h Mercredi au jeudi de 8h45/ à 12h et de 13h30 à 17h Vendredi de 8h45 à 12h et de 13h30 à 16h30
	 Du lundi au vendredi de 14h à 17h et à la carte si besoin
	 Professionnels
	 Communautés d'agglomérations du Choletais et des Mauges Communauté

<b>Mission Locale du Pays Segréen</b>		Tél. 02 41 61 10 00 ou 06 32 45 08 20 (prise de RDV)
		Du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h
		Professionnels
		Communautés de communes Anjou Loir et Sarthe, Vallées du Haut Anjou et Anjou Bleu Communauté

<b>Mission Locale du Saumurois</b>		Tél. 02 41 83 30 82 (prise de RDV)
		Du lundi au vendredi de 9h à 19h
		Professionnels
		Communauté d'agglomérations Saumur Val de Loire Communauté de communes Baugeois Vallée



## Handicapés psychiques Entourage des Malades et/ou Handicapés Psychiques





<b>UNAFAM Maine et Loire</b>		Tél. 02 41 80 47 79 <a href="mailto:49@unafam.org">49@unafam.org</a>
		Du lundi au vendredi
		Bénévoles + professionnels en appui
		Maine et Loire

### ■ Adhérents des GEM (groupes d'entraide mutuelle)

<b>OXYGEM</b>		Tél. 06 07 24 89 02 <a href="mailto:gemangers@orange.fr">gemangers@orange.fr</a> Blog : <a href="https://oxygemangers.wixsite.com/oxygemangers">https://oxygemangers.wixsite.com/oxygemangers</a>
		Les lundis et mercredis de 9h30 à 12h30 Les mardis, jeudis et vendredis de 9h30 à 12h30 et de 14h à 17h30
		Professionnels
		Angers

<b>Le RDV du GEM</b>		Tél. 02 41 67 84 36 ou 06 77 23 59 61 <a href="mailto:gem-saumur@laposte.net">gem-saumur@laposte.net</a>
		Du lundi au vendredi de 9h30 à 18h
		Professionnels
		Saumur

<b>GEM Soleil</b>		Tél. 02 53 69 13 32 <a href="mailto:gemssoleilcholet@gmail.com">gemssoleilcholet@gmail.com</a>
		Les lundis, mardis et vendredis de 9h à 17h
		Professionnels
		Cholet

<b>GEM Maison de la Fraternité</b>		Tél. 02 41 89 21 17 ou 07 88 40 05 89
		Du lundi au vendredi de 9h à 12h
		Professionnels
		Baugé en Anjou

<b>GEM La Vie</b>		Tél. 06 50 57 50 77 <a href="mailto:associationgemplavie@gmail.org">associationgemplavie@gmail.org</a>
		Du lundi au vendredi de 9h à 17h
		Professionnels
		Angers



## Autres personnes en situation de handicap

<b>ADAPEI de Maine et Loire</b>		Tél. 02 41 36 84 47
		Du lundi au vendredi de 9h à 18h (hors jours fériés)
		Professionnels
		Maine et Loire

# MAYENNE



## Jeunes et/ou Entourage jeunes





<b>Maison des adolescents de la Mayenne</b>		Tél. 02 43 56 93 67 <a href="mailto:contact@mda53.fr">contact@mda53.fr</a> Facebook (MDA53) Instagram (stephanie promeneurdunet mayenne) Snapchat (stephaniepdn53)
		Du lundi au vendredi de 9h30 à 17h30
		Professionnels
		Mayenne
<b>Centre médico-psycho-pédagogique (CMPP) de Laval Association Inalta</b>		Tél. 02 43 56 07 00
		Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h30
		Professionnels
		Mayenne

### ■ Jeunes suivis par la mission locale















<b>Mission Locale de la Mayenne</b>		Laval : Tél. 02 43 56 00 12 Mayenne : 02 43 04 18 99 Château-Gontier : 02 43 07 27 49
		Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h30
		Professionnels
		Mayenne



## Handicapés psychiques Entourage des Malades et/ou Handicapés Psychiques

<b>UNAFAM Mayenne</b>		Tél. 06 58 78 93 36 <a href="mailto:53@unafam.org">53@unafam.org</a>
		Du lundi au vendredi
		Bénévoles + professionnels en appui
		Mayenne

## ■ Adhérents des GEM (groupes d'entraide mutuelle)

<b>GEM A l'Unisson</b>		Tél. 06 38 62 35 32 ou 09 67 67 95 37 <a href="mailto:gem.evron@orange.fr">gem.evron@orange.fr</a>
		Du mardi au samedi de 9h à 17h
		Professionnels
		Pays des Coëvrons
<b>GEM La Rencontre</b>		Tél. 9 81 60 95 78 <a href="mailto:gem.laval@orange.fr">gem.laval@orange.fr</a>
		Professionnels
		Laval
<b>J'aime le GEM 53</b>		Tél. 02 43 07 59 52 <a href="mailto:gem.chateau-gontier@sfr.fr">gem.chateau-gontier@sfr.fr</a>
		Professionnels
		Château-Gontier
<b>GEM A la Folie</b>		Tél. 02 44 29 50 87 <a href="mailto:gem.mayenne53@sfr.fr">gem.mayenne53@sfr.fr</a>
		Du lundi au vendredi
		Bénévoles + professionnels en appui
		Mayenne















## Endeuillés et personnes en fin de vie

<b>JALMALV 53</b>		Tél. 07 68 11 00 90
		Prise de RDV
		Bénévoles
		Mayenne

# SARTHE



## Tout public

<b>SOS Amitié Le Mans</b>	 Tél. 02 43 84 84 84 Tchat : <a href="https://www.sos-amitie.com/web/lemans">https://www.sos-amitie.com/web/lemans</a>
	 Permanence téléphonique : 7j/7 – 24h/24 Tchat : 7j/7, de 13h à 3h du matin
	 Bénévoles écoutants
	 Sarthe
<b>Les Intervals de l'écoute</b>	 Tél. 02 43 54 27 43 ou 06 77 10 43 30 <a href="mailto:espace-ecoute@wanadoo.fr">espace-ecoute@wanadoo.fr</a>
	 7j/7 de 9h à 21h
	 Bénévoles et professionnels
	 Sarthe
<b>Lieu d'écoute L'ESCALE CCAS d'Allonnes</b>	 Tél. 02 43 80 49 33 <a href="mailto:escale@ville-allonnes.fr">escale@ville-allonnes.fr</a>
	 Les lundis, mercredis et vendredis de 14h30 à 17h30
	 Professionnels
	 Allonnes



## Jeunes et/ou Entourage jeunes





<b>Maison des adolescents de la Sarthe</b>	 Tél. 02 43 24 75 74
	 Du lundi au vendredi de 9h à 17h
	 Professionnels
	 Sarthe

## ■ Jeunes suivis par les missions locales

<b>Mission Locale de l'Agglomération Mancelle</b>		Tél. 02 43 84 16 60
		Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h
		Professionnels
		Le Mans Métropole, communautés de communes Maine Cœur de Sarthe, Sud Est du Pays Manceau, Orée de Bercé-Belinois et Val de Sarthe
<b>Mission Locale Sarthe Nord</b>		Tél. 02 43 97 87 65
		Tous les jours (sauf le mardi) de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h
		Professionnels
		Communautés de communes Maine Saosnois, Le Gesnois Bilurien, Vallées de la Braye et de l'Anille, Haute Sarthe Alpes Mancelles, Champagne Conlinoise et du Pays de Sillé, Pays de l'Huisne Sarthoise
<b>Mission Locale Sarthe et Loir</b>		Tél. 02 43 45 23 08 + visioconférence
		Tous les jours de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h
		Professionnels
		Communautés de communes Loué-Brûlon-Noyen, Loir-Lucé-Bercé, Sud Sarthe, Sablé sur Sarthe et Pays Fléchois



## Handicapés psychiques Entourage des Malades et/ou Handicapés Psychiques

<b>UNAFAM Sarthe</b>		Tél. 02 43 40 44 53 <a href="mailto:72@unafam.org">72@unafam.org</a>
		Tous les lundis, de 14h à 18h
		Bénévoles + professionnels en appui
		Sarthe

## ■ Adhérents des GEM (groupes d'entraide mutuelle)

<b>GEM'LOISIR</b>		Tél. 06 79 24 28 72 <a href="mailto:gemsloisirs@orange.fr">gemsloisirs@orange.fr</a>
		Professionnels
		Le Mans



<b>GEM Tejira</b>		Tél. 09 73 62 74 12 ou 06 95 57 56 70 <a href="mailto:tejira.gem@neuf.fr">tejira.gem@neuf.fr</a>
		Professionnels
		Le Mans
<b>GEM Le Bon Accueil Sud Sarthe</b>		<a href="mailto:lebonaccueil.gem@sfr.fr">lebonaccueil.gem@sfr.fr</a> Pendant le confinement : Tél. 06 77 31 65 42 ou 06 35 44 74 81 Après le confinement : - antenne de La Flèche: 02 43 45 94 67 - antenne de Sablé sur Sarthe: 02 44 34 50 69
		Professionnels
		Sablé sur Sarthe et La Flèche
<b>GEM Différents et Ensemble</b>		Tél. 09 84 46 42 60 ou 06 52 25 16 42 <a href="mailto:gem.ensemble@outlook.com">gem.ensemble@outlook.com</a>
		Du lundi au vendredi de 13h30 à 17h30
		Professionnels
		Le Mans












## Endeuillés et personnes en fin de vie

<b>JALMALV Sarthe</b>		Tél. 02 43 54 27 12 <a href="mailto:jalmalv72@hotmail.fr">jalmalv72@hotmail.fr</a>
		Permanence le jeudi de 13h30 à 16h30 Répondeur téléphonique en dehors de la permanence
		Bénévoles
		Sarthe

# VENDÉE











## Jeunes et/ou Entourage jeunes

<b>Maison des adolescents de la Vendée</b>		Tél. 02 51 62 43 33 <a href="mailto:contact@mda85.com">contact@mda85.com</a> Facebook : Miguel Laumonier Instagram : m.laumonier Snapchat : laumonier-pdn85
		Du lundi au vendredi de 10h à 18h
		Professionnels
		Vendée
<b>Ecole des parents et des éducateurs de Vendée</b>		Tél. 06 33 51 59 55 <a href="mailto:ecoledesparents85@yahoo.fr">ecoledesparents85@yahoo.fr</a>
		Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 14h à 17h30
		Permanence téléphonique à l'écoute des parents
		Professionnels
		Vendée

### ■ Jeunes suivis par les missions locales





<b>Mission Locale du Pays Yonnais</b>		Tél. 02 51 09 89 70
		Du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h
		Professionnels
		La Roche sur Yon Agglomération, Communauté de communes Pays de Saint Fulgent-Les Essarts, Vie et Boulogne, Pays de Chantonay, Pays des Achards et Vendée Grand Atlantique
<b>Mission Locale du Haut Bocage</b>		Tél. 02 51 66 81 15
		Du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h
		Professionnels
		Communauté de communes Terres de Montaigu, Montaigu-Rocheservière, Pays de Pouzauges, Pays des Herbiers et Pays de Mortagne

<b>Mission Locale du Sud Vendée</b>		Tél. 02 51 51 17 57
		Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 16h30
		Professionnels
		Communautés de communes Pays de Fontenay-Vendée, Sud Vendée Littoral, Pays de La Châtaigneraie et Vendée-Sèvre-Autise





<b>Mission Locale Vendée Atlantique</b>		Tél. 02 51 23 16 87
		Du lundi au jeudi de 8h45 à 12h30 et de 13h30 à 17h30 Le vendredi de 8h45 à 12h30 et de 13h30 à 16h
		Professionnels
		Les Sables d'Olonne Agglomération, Communautés de communes Pays de Saint Gilles Croix de Vie, Challans-Gois-Communauté, Ile de Noirmoutier et Océan-Marais de Monts







## Handicapés psychiques Entourage des Malades et/ou Handicapés Psychiques

<b>UNAFAM Vendée</b>		Tél. 06 61 13 09 13 <a href="mailto:85@unafam.org">85@unafam.org</a>
		Du lundi au vendredi
		Bénévoles + professionnels en appui
		Vendée

### ■ Adhérents des GEM (groupes d'entraide mutuelle)

<b>GEM Le Bout du Tunnel</b>		Tél. 02 51 24 82 97 ou 06 50 63 05 89
		7j/7 de 9h à 12h30 et de 14h à 17h30
		Professionnels
		La Roche sur Yon

<b>GEM Le Havre de Vie</b>		Tél. 02 51 54 57 86 ou 06 79 48 52 60
		Le mardi et le jeudi de 16h à 19h Deux samedis par mois de 15h à 19h
		Professionnels
		Challans

<b>GEM L'Hirondelle</b>		Tél. 02 51 51 53 92 ou 06 73 22 36 93
		Du lundi au vendredi de 16h à 19h
		Professionnels
		Fontenay le Comte et Luçon

<b>GEM 'Eclate</b>		Tél. 09 52 54 23 63
		Les lundis, mardis, jeudis et vendredis de 12h à 18h
		Professionnels
		La Roche sur Yon










## Autres personnes en situation de handicap

<b>ADAPEI de Vendée</b>		Tél. 0 805 030 068
		Professionnels
		Vendée



## Endeuillés et personnes en fin de vie





<b>JALMALV Vendée</b>		Tél. 02 51 36 10 26 <a href="mailto:contact@jalmalv85.fr">contact@jalmalv85.fr</a>
		Tous les jours, de 9h à 18h
		Bénévoles et Professionnels
		Vendée

<b>Vivre l'absence Familles Rurales de Vendée</b>		Forum de discussion : <a href="http://www.vivrelabsence.fr">www.vivrelabsence.fr</a> Ecoute Deuil : <a href="mailto:vivrelabsence@famillesrurales85.org">vivrelabsence@famillesrurales85.org</a>
		Bénévoles
		Vendée

# AUTRES DISPOSITIFS



## Personnes adultes autistes isolées



<b>Centre Ressources Autisme</b>	 Tél. 02 41 35 31 21 <a href="mailto:contact@cra-paysdelaloire.fr">contact@cra-paysdelaloire.fr</a>
	 Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h
	 Professionnels
	 Pays de la Loire



## Etudiants

<b>SUMPPS de Nantes</b>	 Demande de RDV : <a href="mailto:psycho.sumpps@univ-nantes.fr">psycho.sumpps@univ-nantes.fr</a>
	 Du lundi au vendredi
	 Professionnels
	 Universités de Nantes et La Roche-sur-Yon

<b>SUMPPS d'Angers</b>	 Demande de RDV : <a href="mailto:secretariat.sumpps@contact.univ-angers.fr">secretariat.sumpps@contact.univ-angers.fr</a>
	 Du lundi au vendredi de 8h45 à 17h45
	 Professionnels
	 Université d'Angers

<b>CSUMPS du Mans</b>	 Demande de RDV :
	 Du lundi au vendredi
	 Professionnels
	 Universités du Mans et Laval

# LIGNES D'ÉCOUTE NATIONALES



## Population générale

### CELLULE NATIONALE DE SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE COVID-19

Aide pour la population française en détresse psychologique pendant l'épidémie et le confinement (Ministère de la santé)

**0 800 130 000**  
7j/7 24h/24

### CROIX ROUGE ÉCOUTE

**0 800 858 858**  
7j/7 24h/24

### SOS AMITIÉ

A l'écoute gratuitement de toute personne qui a besoin de parler en tout anonymat et confidentialité.  
[www.sos-amitie.com](http://www.sos-amitie.com) (SOS amitié près de chez vous)

**09 72 39 40 50**  
7j/7 24h/24

### SOLITUD'ÉCOUTE « Les petits frères des pauvres »

Pour les plus de 50 ans souffrant de solitude d'isolement ou de mal-être

**0 800 47 47 88**  
7j/7 de 15h à 20h

### AGRI'ÉCOUTE

A destination des agriculteurs en souffrance psychologique et leur entourage

**09 69 32 29 19**  
7j/7 24h/24

### Association TERRA PSY – Psychologues sans frontières

Accompagnement psychologique en français, anglais et arabe  
<http://www.terrapsy.org/>

**0 805 383 922**

### COGITO'Z

Hotline d'écoute et de soutien

**0 805 822 810**

### SOS HELP

Ligne d'écoute en langue anglaise

**01 46 21 46 46**  
7j/7 de 15h à 23h

### FRANCE DÉPRESSION

**07 84 96 88 28**

### SOS DÉPRESSION

**0 892 70 12 38**

### FIL SANTÉ JEUNES

Service anonyme et gratuit. [www.filsantejeunes.com](http://www.filsantejeunes.com)

**0 800 235 236**

### SOS CONFINEMENT

**0 800 19 00 00**  
7j/7 de 9h à 21h

<b>PHARE</b> Prévention du mal-être et du suicide des jeunes. <a href="https://phare.pads.fr">https://phare.pads.fr</a>	<b>01 43 46 00 62</b>
<b>ALCOOL INFO SERVICE</b> <a href="http://www.alcool-info-service.fr">www.alcool-info-service.fr</a>	<b>0 980 980 930</b>
<b>DROGUE INFO SERVICE</b> <a href="http://www.drogues-info-service.fr">www.drogues-info-service.fr</a>	<b>0 800 23 13 13</b>
<b>SUICIDE ÉCOUTE</b> <a href="https://suicideecoute.pads.fr">https://suicideecoute.pads.fr</a>	<b>01 45 39 40 00</b> 7j/7 24h/24
<b>SOS SUICIDE PHÉNIX ÉCOUTE</b> <a href="http://sos-suicide-phenix.org">http://sos-suicide-phenix.org</a>	<b>01 40 44 46 45</b> 7j/7 de 13h à 23h
<b>CONTACT</b> LGBTI+ et entourage	<b>0 805 69 64 64</b> Lundi au jeudi de 15h à 21h Vendredi de 15h à 20h Samedi de 3h30 à 15h30
<b>AVEC NOS PROCHES</b> Ligne nationale d'aide aux aidants. <a href="http://www.avecnosproches.com">www.avecnosproches.com</a>	<b>01 84 72 94 72</b> 7j/7 8h-22h
<b>PLATEFORME « TOUS MOBILISÉS »</b> Soutien aux familles ayant un enfant en situation de handicap. <a href="http://www.grandir-ensemble.com">www.grandir-ensemble.com</a>	<b>0 805 035 800</b>
<b>EMPREINTES</b> Accompagner le deuil. <a href="http://www.empreintes-asso.com">www.empreintes-asso.com</a>	<b>01 42 380 808</b>
<b>PERSONNES ÂGÉES VULNÉRABLES</b>	<b>3977</b>
<b>VIOLENCES FEMMES INFO</b>	<b>3919</b>
<b>ENFANCE EN DANGER</b>	<b>119</b>
<b>URGENCE Personnes sourdes, malentendantes, aphasiques et NOUVEAU DISPOSITIF D'AIDE AUX VICTIMES de violences</b> N° d'alerte par SMS quand on ne peut sortir de chez soi ni faire du bruit	<b>114</b>
<b>STOP BLUES</b> Prévenir la souffrance psychique et ses conséquences : <a href="http://www.stopblues.fr/fr/detente/covid-19">www.stopblues.fr/fr/detente/covid-19</a>	
<b>SOS PARENTALITÉ</b> Service d'écoute gratuit pour tous les parents proposé par le Réseau Parentalité Créative	<b>0 974 763 963</b> Du lundi au samedi de 8h à 12h et de 14h à 17h, et les mercredis et vendredis de 20h à 22h



## Personnes concernées par des troubles psychiques et leurs familles

### PSYCOM

<http://www.psycom.org/Ou-s-adresser/Lignes-d-ecoute>

### COLLECTIF NATIONAL INTER GEM

Les petites fabriques de lien : [www.cnigem.fr](http://www.cnigem.fr)

### COMME DES FOUS

GEM virtuel : [https://t.me/commedesfous?fbclid=IwAR0IWfZMbyU7V-6SBuWCI8SQKnOTbxbMHHoy0WX\\_ZPTXez2maph5y6Ykmmw](https://t.me/commedesfous?fbclid=IwAR0IWfZMbyU7V-6SBuWCI8SQKnOTbxbMHHoy0WX_ZPTXez2maph5y6Ykmmw)

### OWLIE

Intelligence artificielle conversationnelle (Chatbot) également sur Twitter : <https://www.facebook.com/owliechatbot/>

### PROMESSES

PROfamille et Malades : éduquer, soutenir, surmonter ensemble les schizophrénies - [www.promesses-sz.fr](http://www.promesses-sz.fr)

### ARGOS 2001

Aide aux personnes vivant avec troubles bipolaires et à leurs proches

01 46 28 01 03

### ALCOOLIQUES ANONYMES

09 69 39 40 20

### NARCOTIQUES ANONYMES

01 43 72 12 72

### ANOREXIE BOULIMIE, INFO ECOUTE

0810 03 70 37

### UNAFAM

01 42 63 03 03

### SCHIZO'OUI

01 45 89 49 44

### ARGOS 2001

Aide aux personnes vivant avec troubles bipolaires et à leurs proches

01 46 28 01 03

### LES FUNAMBULES/FALRET

Accompagnement des jeunes (7-25 ans) concernés par la souffrance d'un proche

07 66 24 54 11

### PLATEFORME AUTISME INFO SERVICE

renforcée pour soutenir les familles pendant la période de confinement

0 800 71 40 40

Lundi au vendredi de 9h à 13h  
et le mardi de 18h à 20h

### Association des centres d'accueil psychanalytique du Champ Lacanien (ACAP-PL)

Appeler ou envoyer un message en précisant la commune et le numéro de téléphone afin d'être rappelé dans les 24 heures - [accueilpsychanalytique.epfcl@gmail.com](mailto:accueilpsychanalytique.epfcl@gmail.com)

01 40 51 78 63