

BÉNÉVOLES

ACCOMPAGNER

PRÉVENTION

INFORMER

ÉDUIQUER

RELAIS

Le village
des

PARTENAIRES
SANTÉ

PROFESSIONNELS

ÉCHANGER

ASSOCIATIONS

Guide des exposants

Édition 2018

LAVALLÉE

ars
Agence Régionale de Santé
Pays de la Loire



3^{ème} Édition

NOUVEAU
de 13h30 à 19h30 professionnels
de 17h à 19h30 tout public
Jeudi 29 novembre 2018

Salle Polyvalente
À LAVAL

Madame, Monsieur,

Le Village des partenaires santé, animé par des partenaires locaux, vous accueille aujourd'hui à Laval. Pour cette troisième édition, le forum habituellement dédié aux professionnels, bénévoles associatifs, étudiants et élus locaux, est ouvert au grand public en fin de journée.

En matière de santé publique, l'importance de la prévention et de la promotion de la santé n'est plus à démontrer. De même que l'importance des environnements physiques et sociaux qui font le quotidien de la population. Ce Village des partenaires concerne donc de nombreux champs d'activité : l'éducation, l'action sociale, le soin, la famille, le logement, l'environnement, l'insertion, l'emploi, la protection de la population, la cohésion sociale, la solidarité ou la citoyenneté.

Monsieur Mohamed BOUSSOUAR a accepté d'être le grand témoin de cette journée et de nous apporter son expertise en prévention et promotion de la santé. Je l'en remercie.

La devise de cette rencontre est "Mieux se connaître pour mieux travailler ensemble après".

Ce forum a donc vocation à :

- >> développer des liens et des relais entre les acteurs locaux
- >> favoriser le travail en réseau
- >> assurer un meilleur accès de tous les publics aux actions et aux services existants.

Plus de 80 stands et un espace de convivialité sont ouverts et animés par des professionnels, des partenaires institutionnels et des associations œuvrant dans le champ de la prévention santé.

Ce guide des exposants vous permettra de reprendre contact ou d'orienter des personnes vers d'autres partenaires, tout au long de l'année.

De nombreux partenaires professionnels et bénévoles ont travaillé à la préparation de ce village qui, vous permettra de nouer de nombreux contacts utiles et enrichissants.

Au nom de l'ensemble des partenaires,

François Zocchetto
Maire de Laval

Le projet
s'inscrit dans le cadre
du Contrat local de santé
de Laval,
avec le soutien de
l'Agence régionale
de santé.

PRÉVENTION, DÉPISTAGE ET RÉDUCTION DES RISQUES

- 6 Centre d'examen de santé UC-IRSA
- 6 CRCDC Camélia
- 7 Association Nationale de Prévention en Alcoologie et Addictologie de la Mayenne
- 7 Association Française des Diabétiques de la Mayenne
- 8 Ligue contre le cancer
- 8 Prévention MAIF
- 9 Sécurité routière
- 9 Prévention routière
- 10 Maison des adolescents
- 10 Service jeunesse ville de Laval
- 11 Centre Information Jeunesse
- 11 Service de promotion de la santé en faveur des élèves
- 12 Direction de la Protection Maternelle et Infantile
- 12 Centre de Planification et d'Éducation Familiale
- 13 Mutualité Sociale Agricole
- 13 PAROL' Pays de Loire
- 14 Du pain sur la planche
- 14 Kiné ouest prévention
- 15 Pôle de formation paramédicale
- 15 Unis cité
- 16 Unité de Prévention Cardiovasculaire
- 16 Réseau diabète
- 17 Centre de Soins - Accompagnement et Prévention en Addictologie
- 17 Équipe de Liaison et de Consultation en Addictologie
- 18 Centre Fédératif Prévention et Dépistage
- 18 Alcool assistance
- 19 AIDES
- 19 SIS animation

LE SOIN, MAIS PAS SEULEMENT

- 20 Contrat de ville de l'agglomération lavalloise
- 20 Conseil local en santé mentale
- 21 UNAFAM 53
- 21 Schizo'jeun's
- 22 Pouvoir d'agir 53
- 22 Solidarité Anorexie Boulimie
- 23 GEM La rencontre
- 23 ALMA Allo maltraitance des personnes âgées ou handicapées
- 24 Sève et racines
- 24 JALMALV 53
- 25 Structure Régionale d'appui et d'expertise SRAE Sensoriel
- 25 Association des Insuffisants Respiratoires 53

- 26 Maison de l'autonomie MAIA
- 27 P3A Pôle aidants/aidés
- 27 France Alzheimer
- 28 France Parkinson
- 28 Mayenn'Sep
- 28 Association Mayennaise des Insuffisants Rénaux
- 29 Équipe d'Appui en Adaptation et Réadaptation
- 29 PALEX
- 30 Les P'tits soleils
- 30 L'Effet papillon

ENVIRONNEMENTS FAVORABLES À LA SANTÉ

- 31 Don de sang
- 31 France ADOT 53
- 32 Centre Communal d'Action Sociale
- 32 Programme de Réussite Éducative
- 33 SOLIHA Mayenne
- 33 Espac'éco
- 34 Service environnement nature Laval agglomération
- 34 AIR Pays de la Loire
- 35 Association des Pollinariums sentinelles de France
- 35 Conseiller en environnement intérieur
- 36 Ateliers Sports santé ville de Laval
- 36 Union Sportive Lavalloise
- 37 Comité Départemental Olympique et Sportif
- 37 Comité Mayenne Éducation Physique et Gym Volontaire
- 38 Stade Lavallois Athlétisme
- 38 Siel bleu
- 39 Club L'El'Han
- 39 Retraite sportive
- 40 Espace seniors Ville amie des aînés
- 40 Office des Retraités et Personnes de l'Agglomération Lavalloise
- 41 Bien vieillir en Mayenne Les conférences
- 41 Générations Mouvement
- 42 Caisse Primaire d'Assurance Maladie
- 42 Service social Carsat
- 43 Mutualité Française
- 43 Union Départementale des Associations Familiales
- 44 Association Départementale d'Aide aux Victimes d'Infractions Pénales
- 44 Centre d'Étude en Action Sociale de la Mayenne
- 45 France bénévolat 53
- 45 Instance Régionale d'Éducation et de Promotion de la Santé
- 46 Agence Régionale de Santé
- 46 Contrat Local de Santé de Laval

- 47 Charte de la vie nocturne



CENTRE D'EXAMENS DE PRÉVENTION UC IRSA



Centre de Prévention et Santé Publique :
Réalisation d'Examens de Prévention en Santé financés par la CPAM :
Bilan biologique sanguin, urinaire, Questionnaires, Tests visuels, auditifs, respiratoires, Examen Médical modulé selon le profil et le suivi des personnes.
Orientation vers les partenaires ressources en santé, dont le médecin traitant
Actions d'éducation en Santé sur de nombreux thèmes : équilibre alimentaire, activité physique, risque cardio-vasculaire, motivation à l'arrêt du tabac, gestion du stress, sommeil.
Recherche en Santé publique : recueil de données épidémiologiques

CONTACT Dr Catherine BOUTÉ
02 43 53 23 92
Catherine.boute@uc-irsa.fr
<http://www.uc-irsa.fr>

PERMANENCES Du Lundi au Vendredi : 8h30-12h et 13h30-16h30
UC IRSA – Maison de la Prévention
90 Avenue Chanzy – 53000 LAVAL



CAMÉLIA DEVIENT CRCDC, PAYS DE LA LOIRE



En 2018, Camélia devient CRCDC, Pays de la Loire, la structure régionale poursuit, pour l'ensemble de la population des Pays de la Loire, la gestion des programmes de Dépistage Organisé des cancers du sein, colo rectal et du col de l'utérus.

Le DO, c'est une invitation sous forme de prise en charge adressée par courrier à chaque personne ciblée par chacun de ces programmes. Elle exonère de l'avance des frais.

Les contacts sur le terrain des 5 structures départementales des Pays de la Loire sont inchangés ; en Mayenne : 90 avenue Chanzy à Laval (02 43 49 38 30).

CONTACT Pascale LALANNE 02 43 49 38 30
p.lalanne.camelias@wanadoo.fr
mail : association.camelia@wanadoo.fr
www.camelia-53.fr

PERMANENCES 90 avenue Chanzy – 53000 LAVAL
Du lundi au vendredi de 8h45 à 12h30, et de 13h30 à 16h30



ANPAA - ASSOCIATION NATIONALE DE PRÉVENTION EN ALCOOLOGIE ET ADDICTOLOGIE

L'ANPAA a pour mission de promouvoir et contribuer à une politique globale de prévention des risques et des conséquences des pratiques addictives.

Organisme de formation agréé, l'ANPAA construit des projets de prévention pour tout public : jeunes – parents – festivaliers – personnes en lien avec la justice – chefs et salariés d'entreprises privées – collectivités territoriales – professionnels de l'Éducation Nationale – travailleurs sociaux
Accompagnement des professionnels, sensibilisation, formation, conseil méthodologique...

CONTACT Estelle GAHERY et Coline PERRIER, Animatrices Prévention ANPAA 53
Sylvie EVRARD, Secrétaire Comptable ANPAA 53 / 02 43 49 21 41
anpaa53@anpaa.asso.fr
Catherine LOISELEUX, Directrice Régionale des Pays de la Loire
Notre site national : www.anpaa.asso.fr
Notre site régional : www.anpaapdl.org

PERMANENCES 9h à 12h - 13h à 17h
ANPAA 53 - 76 Boulevard Lucien Daniel - 4^{ème} étage - 53000 Laval



AFD 53
Association des Diabétiques
de la Mayenne

AFD 53 (ASSOCIATION DES DIABÉTIQUES DE LA MAYENNE)

Les moyens d'action de l'association sont :

- la définition et la mise en œuvre d'actions d'information, de prévention, d'éducation et de formation des patients, en particulier auprès des personnes en situation de précarité sociale et/ou handicapées, atteintes ou menacées de diabète.
- l'assistance des patients et de leur entourage par le développement de services et de modalités d'accompagnement individuelles et collectives favorisant l'échange, l'interaction et leur autonomie. la participation au soutien de la recherche médicale
- la représentation des usagers de la santé auprès des pouvoirs publics territoriaux, et la participation à toutes instances politiques et techniques décisionnelles appropriées dans le respect des politiques élaborées par la Fédération.
- l'organisation ou/et la tenue, par tous moyens, de manifestations, colloques, événements, expositions, réunions et actions d'information et de formation destinés à tous publics ;
- la conception, la rédaction, l'édition et la diffusion de tous supports d'information et de communication écrits, visuels, audiovisuels ou télématiques se rapportant à l'objet de l'association

CONTACT Gérard LOCHU 06 13 08 60 71
gerard.lochu@wanadoo.fr

PERMANENCES Plus de permanence



COMITÉ DE LA MAYENNE

LIGUE CONTRE LE CANCER

La ligue contre le cancer a pour objectif :

- prévention contre le cancer
- recherche contre le cancer
- aide aux malades avec atelier de sport-cancer, psychologie, groupe de parole, sophrologie, soins socio-esthétiques, nutrition santé.

CONTACT Bernadette PERROT Présidente du Comité départemental de la Ligue contre le Cancer
02 43 53 46 43 - 06 08 81 20 27
bernadette.perot@wanadoo.fr
www.liguecontrecancer53

PERMANENCES 8 allée de la Chartrie 53000 LAVAL
Le lundi et mardi 9h - 12h - 13h30 - 17h
Le vendredi 9h - 13h30



PRÉVENTION MAIF

Notre association intervient comme son nom l'indique au titre de la Prévention des accidents de la route (interventions en milieu scolaire : écoles, collèges, lycées, CFA, FJT...) et des accidents domestiques (Là aussi interventions devant les jeunes publics mais aussi devant les seniors sur la problématique du bien vivre chez soi le plus tard possible). Nous sommes aussi en mesure d'intervenir sur la problématique des risques numériques et pouvons aussi intervenir pour les gestes qui sauvent avec la Protection civile comme autorité de tutelle. Notre association est composée de 18 bénévoles.

CONTACT GROUPE MAIF
Technopolis – Bât D
Rue Louis de Broglie
53810 CHANGÉ
laval@maif.fr
www.prevention-maif.fr

PERMANENCES Notre bureau se situe dans les locaux de la Maif



SÉCURITÉ ROUTIÈRE

**SÉCURITÉ ROUTIÈRE
TOUS RESPONSABLES**

La coordination sécurité routière apporte un appui logistique et financier aux porteurs d'actions de prévention. Elle initie, accompagne, soutient, ainsi, un nombre important d'actions visant à réduire le nombre des victimes de la route. Le public ciblé est très large, il comprend tous les âges et concerne tous les modes de locomotion. Placée sous l'autorité du directeur de cabinet du Préfet, elle appuie son action sur une connaissance précise de l'accidentologie routière dans le département.

CONTACT Frédéric BRENEOL au 02 43 67 87 70 ou 87 51
frederic.breneol@mayenne.gouv.fr
<http://www.mayenne.gouv.fr/Politiques-publiques/Securite/Securite-routiere>

PERMANENCES Direction Départementales des Territoires, Cité administrative, Laval, Porte 148



LA PRÉVENTION ROUTIÈRE

Sensibiliser les scolaires, salariés, seniors... aux risques routiers et leurs conséquences. Faire adopter une approche citoyenne à l'ensemble des personnes se déplaçant. Réduire l'accidentologie et le nombre de tués sur les routes.

Priorités données : publics vulnérables (seniors, cyclistes, jeunes).

CONTACT Lan CARBONNEL
Tél 02 43 69 06 61
Preventionroutiere53@preventionroutiere.com
www.preventionroutiere.asso.fr

PERMANENCES 9h30 -12H- 13H30 - 17h
28 boulevard de l'Industrie – 53000 LAVAL



MAISON DES ADOLESCENTS DE LA MAYENNE

La Maison des Adolescents est un lieu d'accueil, d'écoute et d'accompagnement pour les jeunes de 11 à 21 ans, les parents et les professionnels. Accueil particularisé, avec ou sans rendez-vous, gratuit et confidentiel. C'est un lieu pour parler quand ça ne va pas, préciser ce qui fait difficultés, retrouver des points de repères et construire ensemble des réponses

CONTACT Maison des adolescents de la Mayenne
contact@mda53.fr – 02 43 56 93 67
www.mda53.fr
Facebook

PERMANENCES LAVAL : 24 rue Mazagran
Lundi, mercredi, jeudi 9h30 – 17h30 – mardi et vendredi 9h30-18h
ÉVRON : 32 bis rue de Montaigu
CRAON : 29 rue de la Libération
Mercredi 14h -17h30 (mercredi matin uniquement sur rendez-vous)

LAVAL SERVICE JEUNESSE VILLE DE LAVAL – PÔLE ADOS



Depuis 2015, la ville de Laval s'est doté d'un service jeunesse regroupant les pôles ados (12/17 ans), les animateurs 16/25 ans ainsi que le Centre Information Jeunesse. Fort de cette nouvelle organisation, le service déploie en lien avec différents services et partenaires des projets amenés à développer, chez le jeune, une capacité à se situer, évoluer dans le monde actuel et trouver des repères pour sa vie future d'adulte. Le programme X-TREM en est l'illustration la plus parlante. En effet, ce projet a pour but la participation active du jeune dans l'élaboration, la conduite, le déroulement et l'évaluation d'une action. Ce programme regroupe 3 thématiques (Séjour – Théâtre d'improvisation – Cuisine)

CONTACT Baimout Karim – 02.43.68.29.51 – 06.28.12.58.28
poleadosfourches@laval.fr
www.laval.fr
Facebook - Service Jeunesse 12/25 ans - ville de Laval
Snapchat - sjlaval53

PERMANENCES Du lundi au vendredi dans les différents pôles ados de la ville de Laval (Maison Bleue aux Fourches, Mq Pommeraias, Mq St-Nicolas/Palindrome)



CIJ - CENTRE INFORMATION JEUNESSE

Le CIJ accueille et accompagne tous les jeunes sans limite d'âge et quel que soit leur statut. Le CIJ informe sur : les études, les métiers, la vie quotidienne (santé, citoyenneté, ...), les loisirs, sports et vacances, la moitié à l'international... Il gère des services : Baby-sitting, Logement, Permanence de la LMDE Une animatrice est chargée d'accompagner les jeunes dans l'élaboration de leurs projets. Le CIJ gère également la bourse CIJ'Veux destinée aux jeunes Lavallois de 16/25 ans. Le CIJ intervient auprès de groupes (classes, délégués de classe, stagiaires...). Actuellement 2 thématiques sont proposées :
- Discrim' En Question : jeu qui traite des discriminations
- @ social : jeu sur l'utilisation des réseaux sociaux

CONTACT Place du 18 juin - Laval - Tél. 02 43 49 86 55 - cij@laval.fr
laval.fr/cij/

PERMANENCES Lundi, mardi jeudi 13h30 / 18h - Mercredi 13h30 / 19h - Vendredi 11h / 15h



SERVICE PROMOTION DE LA SANTÉ EN FAVEUR DES ÉLÈVES DE L'ÉDUCATION NATIONALE

Missions : Veiller au bien être des élèves, contribuer à leur réussite, les accompagner dans la construction de leur personnalité individuelle et collective en :
- assurant le suivi de l'état de santé des élèves,
- participant à la mission de protection de l'enfance,
- contribuant à la scolarité des élèves en situation de handicap ou atteints de troubles de la santé évoluant sur une longue période,
- en assurant la prévention collective et individuelle,
- gérant les urgences individuelles et collectives (maladies transmissibles, événements graves). Médecins et infirmières interviennent tout au long de la scolarité.

CONTACT Docteur Marie-Claire LE BARZIC,
Médecin responsable départemental conseiller technique
Roselyne Jaumot, infirmière conseillère technique départementale
Secrétariat : 02 43 59 92 35 mail : ce.san53@ac-nantes.fr

PERMANENCES Direction des services départementaux de l'éducation nationale de la Mayenne
Cité administrative, rue Mac Donald, Laval
Permanences : 8h30-12h – 13h30-16h30 du lundi au vendredi



DIRECTION DE LA PROTECTION MATERNELLE ET INFANTILE DIRECTION DE LA SOLIDARITÉ

La Direction de la protection maternelle et infantile :

- Des professionnels répartis sur l'ensemble du département : dans les Centres départementaux de la solidarité et dans les Antennes solidarité : médecins, sages-femmes, puéricultrices, psychologues, infirmier, conseillère conjugale, assistantes administratives.
- Des missions de prévention et de promotion de la santé : planification et éducation familiale ; accompagnement des futurs parents, des grossesses, des parents, des enfants jusqu'à 6 ans ; suivi médical préventif ; accueil du jeune enfant
- Un service gratuit et confidentiel pour tous.

PERMANENCES Dans les Centres départementaux de la solidarité (CDS) et dans les Antennes solidarité (AS) : du lundi au vendredi de 9h00 à 12h00 et de 13h30 à 17h00

LAVAL : CDS de SAINT-NICOLAS - 16 rue Albert Einstein - 02 43 67 39 00
AS des POMMERAIES - 43 rue des Grands Carrés - 02 43 59 71 10
CDS d'AMBROISE PARÉ - 10 rue Saint Mathurin - 02 43 59 94 59

ST BERTHEVIN - AS - 18 boulevard Louis Armand - tél. : 02 43 59 99 00

MAYENNE - CDS - 4 rue Réaumur - tél. : 02 43 04 12 39

ERNÉE - AS - 1 avenue du Général de Gaulle - tél. : 02 43 11 26 28

GORRON - AS - 3 rue de la Cour des Forges - tél. : 02 43 08 06 03

ÉVRON - CDS - 13 boulevard Bel - tél. : 02 43 01 25 90

VILLAINES LA JUHEL - AS - 4 rue de la Vigne - tél. : 02 43 03 77 14

CHÂTEAU-GONTIER - CDS - 10 rue Olivier de Rougé - tél. : 02 43 09 68 68

CRAON - AS - 7 rue de l'Épron - tél. : 02 43 09 17 80

GREZ-EN-BOUERE - AS - 28 rue de la Libération - tél. : 02 43 70 66 60

CPEF-CENTRE DE PLANIFICATION ET D'ÉDUCATION FAMILIALE

Les CPEF : 5 lieux d'informations et de consultations.

- Une équipe de professionnels : médecins, sages-femmes, conseillère conjugale, assistantes administratives.
- Des consultations en santé sexuelle, des informations sur la vie affective et sexuelle : contraception, contraception d'urgence, IST, grossesse, difficultés familiales ou de couple, demande d'IVG.
- Des animations collectives.

Les consultations médicales et entretiens sont gratuits et confidentiels pour tous (filles et garçons, mineurs et majeurs).

CONTACT <http://www.lamayenne.fr>

PERMANENCES Dans les Centres départementaux de la solidarité (CDS)

Du lundi au vendredi de 9h00 à 12h00 et de 13h30 à 17h00

LAVAL : SAINT NICOLAS - 16 rue Albert Einstein - tél. : 02 43 67 39 00

AMBROISE PARÉ - 10 rue Saint Mathurin - tél. : 02 43 56 00 17

MAYENNE - 4 rue Réaumur - tél. : 02 43 04 12 39

ÉVRON - 13 boulevard Bel - tél. : 02 43 01 25 90

CHÂTEAU-GONTIER - 10 rue Olivier de Rougé - tél. : 02 43 09 68 68



L'essentiel & plus encore

MSA / MUTUALITÉ SOCIALE AGRICOLE

2^{ème} régime de protection sociale qui gère de façon globale la protection des exploitants et salariés agricoles ainsi que leurs ayants droit et les retraités. Elle prend en charge la médecine du travail, la prévention des risques professionnels et mène de nombreuses actions de prévention ainsi que des actions à caractère sanitaire et social. Acteur de prévention, elle propose des ateliers d'éducation thérapeutique cardiovasculaire ambulatoire et participe à la mise en œuvre des ateliers d'Éducation à la Santé pour le compte de l'ASEPT Pays de la Loire ouvert à tous quel que soit le régime de protection sociale.

CONTACT Dr Isabelle GABAIX / 02 43 39 45 94
gabaix.isabelle@mayenne-orne-sarthe.msa.fr
www.msa-mayenne-orne-sarthe.fr
prevention_sante@mayenne-orne-sarthe.msa.fr



PAROL'PAYS DE LOIRE ASSOCIATION DE PRÉVENTION EN ORTHOPHONIE

PAROL'Pays de Loire est une association d'orthophonistes créée en 2010 dont l'objectif est d'informer sur les compétences de l'orthophoniste et de prévenir les troubles du langage oral, du langage écrit, de la communication, des fonctions oro-myo-faciales à tous les âges de la vie à travers de diverses interventions menées dans les départements des Pays de Loire.

CONTACT Aurélie MONTIGNY
06 65 23 75 89
parol-pdl@orange.fr
Blog : <http://parolpdl.wordpress.com/>



DU PAIN SUR LA PLANCHE

L'équipe = 15 diététiciens libéraux formés à l'éducation à la santé et une animatrice en santé
Notre champ d'actions = la prévention primaire sur les départements 44, 49, 85 et 53.
Notre savoir-faire = accompagner DES STRUCTURES qui souhaitent développer pour leur public des actions d'éducation et de promotion à la santé en lien avec la nutrition.
Notre accompagnement se décline sous différentes formes

- au pilotage du projet pour aider à la réflexion, apporter notre expertise
- Écriture du projet : contexte et besoins, attentes du public, définition des objectifs, recherche de partenaires, de moyens; animation ou co-animation des séances, évaluation.
- Création de séance d'animation (outils, déroulement) et animation ou co-animation.

Dans le cadre des subventions allouées par l'ARS, nous intervenons prioritairement auprès de publics en situation de précarité (chantiers d'insertion, maisons de quartiers), des jeunes (foyers de jeunes travailleurs, petite enfance, écoliers, collégiens, étudiants), des entreprises.

CONTACT Association DU PAIN SUR LA PLANCHE
Maison des associations de Santé 1 bis rue de la Contrie 44 100 NANTES
dupainsurlaplanche@gmail.com 06 24 94 00 93
Contact local (53) :
Caroline WEIBEL, 06 77 98 04 09 – cweibel.diet@gmail.com



KINE OUEST PRÉVENTION

KINE OUEST PREVENTION est un réseau régional regroupant 180 kinésithérapeutes préventeurs du grand ouest (dont 6 en Mayenne). Nous intervenons sur différentes thématiques de santé au travail, santé publique et santé scolaire : prévention des TMS, prévention des chutes, prévention des risques psycho-sociaux.....

CONTACT Béatrice LEPAGE – Assistante prévention
06 70 46 91 75 / accueil@kineouestprevention.com
www.kineouestprevention.com

PERMANENCES Pas de permanence physique
permanence téléphonique du lundi au vendredi de 8h à 18h



INSTITUTS DE FORMATION
CENTRE HOSPITALIER LAVAL

INSTITUTS DE FORMATION PARAMÉDICALE DU CENTRE HOSPITALIER DE LAVAL

Les instituts de formation du centre hospitalier de Laval forment des futurs professionnels aux professions d'aide-soignant, d'ergothérapeute et de masseur kinésithérapeute, au sein d'un pôle régional de formation santé social lavallois de plus de 500 étudiants et élèves.
Ils proposent des formations en alternance (cours/stages) et appuyées sur des pédagogies variées, fréquemment en interfiliarité afin de développer le sens de la coopération entre professionnels de santé.

CONTACT Instituts de formation paramédicale du centre hospitalier de Laval
Secrétariat des instituts de formation
02 43 91 65 10
Direction.InstitutsdeFormation@chlaval.fr

PERMANENCES 8h30 à 17h du lundi au vendredi.



L'association Unis-Cité est née de ce rêve : qu'un jour tous les jeunes en France consacrent une étape de leur vie à la collectivité, et que cette expérience citoyenne soit un temps de construction de soi et d'ouverture aux autres dans leurs différences. Depuis 1995, Unis-Cité est à la fois l'association pionnière et spécialisée dans le Service Civique des jeunes.

Unis-cité mobilise 16 jeunes et développe des missions avec les partenaires locaux : avec Autisme 53 et Calypso, les volontaires proposent à domicile des activités aux enfants en situation de handicap afin de donner un temps de répit aux familles, avec le CCAS et la bibliothèque Municipale ils luttent contre l'isolement des personnes âgées, ils éduquent à la santé leurs pairs, ils sensibilisent les lycéens aux mécanismes de construction des discriminations en lien avec le défenseur des droits...

D'autre part, Unis-cité peut accompagner le développement du service civique universel à travers des activités d'information, de conseil, formations et appui opérationnel aux organismes associatifs ou publics souhaitant accueillir des volontaires

CONTACT Moreau Bénédicte
bmoreau@uniscite.fr - 07 78 69 45 21
En savoir plus : www.uniscite.fr

PERMANENCES Maison de quartier des Fourches
1 place pasteur - 53000 Laval

CENTRE HOSPITALIER LAVAL **UPCV - UNITÉ DE PRÉVENTION CARDIOVASCULAIRE**

L'équipe pluridisciplinaire de l'Unité de Prévention Cardiovasculaire s'adresse aux patients ayant des facteurs de risque cardiovasculaire (en prévention primaire et secondaire). Ses objectifs sont :

- Informer sur les maladies cardiovasculaires et les facteurs de risque,
- Sensibiliser aux facteurs de risque modifiables,
- Permettre d'exprimer les difficultés,
- Accompagner et soutenir les changements de comportements dans le temps

CONTACT Laëtitia HOUDU (Secrétaire)
02 43 66 55 81
Prevention.cardiovasculaire@chlaval.fr

PERMANENCES Ouvert lundi, mardi, jeudi et vendredi



ASSOCIATION RÉGIONALE DE CARDIOLOGIE ANJOU-MAINE **ARCAM CLUB CŒUR ET SANTÉ DE LAVAL**

Le Club Cœur et Santé est le relais des actions de prévention de la Fédération Française de cardiologie. Sa vocation est d'accompagner les cardiaques dans un processus de réadaptation avec des activités physiques régulières et adaptées ainsi qu'une information pour l'application des règles d'hygiène de vie et alimentaire au quotidien.



RÉSEAU DIABÈTE ET SURPOIDS 53

Le Réseau Diabète et Surpoids propose :

- Aux patients diabétiques de type 2 et à ceux en excès de poids (IMC>25) avec ou sans facteur de risque cardiovasculaire, à proximité de leur lieu de résidence, des activités pour les aider à mieux comprendre la maladie, repérer comment agir et échanger avec d'autres (ateliers d'éducation en groupe, ateliers « cuisine », séances individuelles, séances d'activité physique ...)
- Un dépistage des complications du diabète pour les patients diabétiques de type 2 (fond d'œil, électrocardiogramme, gradation du pied).
- Aux professionnels de santé libéraux une formation sur la prise en charge du diabète et type 2 (ateliers à thèmes en soirée).

CONTACT Laëtitia HOUDU (Secrétaire) - 02 43 66 55 81
diabetesante53@chlaval.fr

PERMANENCES Ouvert lundi, mardi, jeudi et vendredi
7^{ème} Etage – CH LAVAL



CSAPA 53 (CENTRE DE SOINS D'ACCOMPAGNEMENT ET DE PRÉVENTION EN ADDICTOLOGIE)

Le CSAPA est un établissement médico-social géré par le Centre Hospitalier de Laval. Il propose un accompagnement médico psycho social aux personnes ayant une problématique addictive, avec ou sans produit ainsi qu'à leur entourage. Les jeunes peuvent être reçus dans le cadre des Consultations Jeunes consommateurs (CJC) sur l'ensemble des sites.

L'équipe pluridisciplinaire assure une prise en charge confidentielle et non payante. Le CSAPA 53 mène également des actions de prévention et de formation.

CONTACT Alexandre BOCHER, cadre de santé 02 43 590 690
Alexandre.bocher@chlaval.fr
www.csapa53.fr
www.chlaval.fr

PERMANENCES Le CSAPA 53 dispose de 3 antennes à Laval, Mayenne, Château-Gontier et de deux permanences à Evron et Segré. Le CSAPA 53 est également doté d'une équipe mobile en addictologie (qui s'adresse aux usagers en situation de précarité) et d'un service prévention/formation qui intervient sur l'ensemble du département. Le CSAPA 53 est ouvert du lundi au vendredi. Des consultations sont possibles jusqu'à 19h au moins une journée par semaine sur les 3 antennes.



EQUIPE DE LIAISON ET DE CONSULTATION EN ADDICTOLOGIE (ELSA)

L'ELSA du Centre hospitalier de Laval a pour objectif de favoriser une prise en charge globale et multidisciplinaire des personnes ayant une problématique addictive avec ou sans produits psychoactifs. Elle assure une activité de liaison en direction des personnes hospitalisées et des consultations externes. L'équipe pluridisciplinaire organise des relais dans le cadre d'un travail de partenariat en intra et extra hospitalier.

CONTACT Alexandre BOCHER, cadre de santé 02 43 590 690
Alexandre.bocher@chlaval.fr
www.chlaval.fr

PERMANENCES L'équipe intervient du lundi au vendredi en horaire de journée en lien avec les différents services du centre hospitalier. Les consultations externes se font sur rendez-vous au 02 43 66 39 72

PRÉVENTION, DÉPISTAGE ET RÉDUCTION DES RISQUES



CENTRE FÉDÉRATIF DE PRÉVENTION ET DE DÉPISTAGE DE LA MAYENNE (CFPD 53)

Le Centre Fédératif de Prévention et de Dépistage de la Mayenne (CFPD 53) est un dispositif de santé publique, gratuit et confidentiel, qui comprend trois services :

Le Centre de Vaccination Polyvalente (CVP)

Le Centre Gratuit d'Information, de Dépistage et de Diagnostic des infections sexuellement transmissibles et des hépatites. (CeGIDD)

Le Centre de Lutte Anti-Tuberculeuse (CLAT)

C'est un centre ressource pour les professionnels du département.

CONTACT Dr Lise JACQUES-NATALI : médecin coordinateur du CFPD 53 et référent CVP
Dr Martine METAYER : médecin gynécologue référent CeGIDD
Dr Claude TOUZARD : médecin référent CLAT
www.cfpd53@chlaval.fr

PERMANENCES CFPD 53 : accueil téléphonique et prise de rendez vous
Du lundi au vendredi de 9h à 17h.
Le mardi de 9h à 19h.
Téléphone 02 43 66 50 55
Situé au Centre hospitalier de Laval, niveau 02.



Permanences : lieux d'accueil, téléphone.
Visite, accompagnement individuel dans les structures de soins, à domicile, en milieu carcéral, en centre d'hébergement ou sur le lieu de travail.

Aide à l'entourage, réduction des risques et repérage précoce.

Réunion d'information, de partage, espace de parole, activité conviviale.

Prévention en milieu festif etc.....

Couleurs prévention

- Une démarche pour aller vers tout public sur les lieux de vente et de consommation.

L'été, la campagne Petifruit en partenariat avec les bars, brasseries de l'UMIH

CONTACT Monsallier Gilles : coordinateur Alcool Assistance
06 84 84 33 51 / alcoolassistancecroixdor53@wanadoo.fr
www.alcoolassistance.net

PERMANENCES Tous les après-midis, de 14h à 17h30 sauf samedi et dimanche
Tous les samedis matin Centre hospitalier de Laval de 9h à 12h30
Tous les lundis matin CCAS de Laval de 9h à 12h

PRÉVENTION, DÉPISTAGE ET RÉDUCTION DES RISQUES



ASSOCIATION AIDES - CAARUD (CENTRE D'ACCUEIL ET D'ACCOMPAGNEMENT À LA RÉDUCTION DES RISQUES POUR LES USAGERS DE DROGUES)

Créée en 1984 et reconnue d'utilité publique, 1ère association de lutte contre le VIH/Sida et les hépatites virales en France, AIDES c'est :

- Aller vers les publics les plus exposés : hommes ayant des relations sexuelles avec d'autres hommes, usagers de drogues, détenus, personnes trans, travailleur (ses) du sexe et personnes issues de pays à forte prévalence au VIH ou au VHC.

- Des actions de prévention et de réduction des risques qui assurent la confidentialité, le non jugement et le respect des personnes.

- Un CAARUD (Centre d'Accueil et d'Accompagnement à la Réduction des risques pour les Usagers de Drogues) : accueil des personnes usagères, ex-usagères de drogues et substituées, accompagnement dans leurs stratégies de réduction Des Risques (RDR) et/ou soutien face au VIH et au Hépatites.

CONTACT Vincent Meignan Délégué de Lieu de Mobilisation
Loïse Mauvieux Animatrice d'actions.
02 43 49 24 43 - 06 63 83 47 29 - laval@aides.org
Aides.org / [Facebook : Aides Laval](https://www.facebook.com/AidesLaval)

PERMANENCES - Les 1^{er} et 3^{ème} mardis du mois de 17h à 20h : Permanence en Santé Sexuelle (dépistage VIH et hépatite C).
- Tous les jeudis de 15h à 19h : Permanence CAARUD (Programme d'Echange de Seringues).
A notre local : 42 rue Noémie Hamard, Laval.



SIS Animation œuvre en santé sexuelle : discriminations, vie affective et sexuelle (consentement, plaisir, estime de soi, respect, relations aux autres...), IST, moyens de contraception, réduction des risques...

La délégation intervient auprès des : jeunes, personnes placées sous main de justice, LGBTQIA+, personnes en situation de handicap, publics en situation de précarité, professionnel.le.s...

CONTACT SIS Animation (Santé Info Solidarité) – Délégation Pays de la Loire Bretagne
Dekeuwer Noémie, Déléguée régionale
02 51 70 38 81 ou 07 67 44 28 69 - ndekeuwer@sis-animation.org
www.sis-animation.org

PERMANENCES Nous ne sommes pas un lieu d'accueil mais allons-vers les publics et professionnel.le.s sur l'ensemble du territoire Pays de la Loire-Bretagne.



CONTRAT DE VILLE DE L'AGGLOMERATION LAVALLOISE CONSEIL LOCAL EN SANTÉ MENTALE

Objectif : mise en place de projets destinés à réduire les inégalités territoriales, au profit des habitants des quartiers dits prioritaires. Interventions sur trois piliers : 1) Cohésion sociale (dont la santé), 2) Cadre de vie et renouvellement urbain et 3) Emploi et développement économique.

Les priorités du volet santé :

- **La question du « Aller vers »** un public isolé, éloigné des services de soins et de droit commun, (parfois même en non demande) en incapacité de faire des démarches seul (orienté par bailleurs sociaux, services sociaux, Centre Hospitalier, Centre Communal d'Action Sociale ...).

- **Accompagnements individualisés** par l'infirmière du Contrat de ville et de techniciennes en intervention sociale et familiale (TISF de l'association Aid'à Dom).

CONTACT CONTRAT DE VILLE
Christine BOULAY
02 43 49 86 64
christine.boulay@agglo-laval.fr



CONSEIL LOCAL EN SANTÉ MENTALE

En 2017, création du CLSM (**Conseil Local Santé Mentale**) : c'est un espace de concertation et de coordination rassemblant sur un même territoire de proximité, l'ensemble des acteurs concernés par la santé mentale. Il permet une réflexion partagée, une culture commune, un diagnostic sur les questions de santé mentale pour aboutir à des actions concertées.

La pleine participation des citoyens, usagers ou non, est recherchée activement ; il s'agit bien de permettre aux personnes de retrouver une place dans le tissu social et d'exercer une vite citoyenne pleine et entière.

CONTACT CONTRAT DE VILLE DE L'AGGLOMERATION LAVALLOISE
Conseil Local de Santé Mentale
tél : 02.43.49.86.65 ou 60
mail : myriam.oumarjal@agglo-laval.fr
Laval Agglomération : www.agglo-laval.fr
<http://www.agglo-laval.fr/solidarite-et-sante/contrat-de-ville/conseil-local-de-sante-mentale-clsm-3930.html>

PERMANENCES Du lundi au vendredi
9h - 12h - 13h30-17h30



UNAFAM 53 - Union Nationale des Familles et Amis de personnes Malades et/ou Handicapées Psychiques

L'UNAFAM regroupe les familles qui sont confrontées à la maladie psychique d'un des leurs (schizophrénie, troubles bipolaires, états limites, T.O.C., troubles alimentaires, dépressions sévères...).

Elle propose des accueils, des ateliers divers sur les troubles psychiques et des groupes de parole. L'Unafam représente les familles au sein des institutions qui gèrent des secteurs de psychiatrie, et à la Maison de l'Autonomie.

CONTACT UNAFAM 53
Contact : 06 88 14 92 68 - mail : 53@unafam.org
www.unafam.org/5



SCHIZO'JEUN'S

Association née en 2014. Les objectifs sont d'aider les familles de jeunes (mineurs ou non) atteints de schizophrénies, d'aider les jeunes notamment les mineurs à apprendre à vivre avec la maladie en gardant une vie sociale, ou en les aidant à en retrouver une. Pour ce faire nous proposons différents ateliers (art thérapie, équitérapie, activités sportives...). Nous accompagnons également l'ensemble de la familles (fratrie, oncles, tantes et mêmes amis) à accepter la maladie de leur proche et à comprendre.

CONTACT Jennifer BUNNENS
Tél : 09 66 85 14 44
Mail : schizojeunes@gmail.com

PERMANENCES Sur rendez-vous, à domicile ou à la salle du Louvre à Château-Gontier



POUVOIR D'AGIR 53

Pouvoir d'Agir 53 est une association loi 1901 d'intérêt général, association de Pairs Aidants et d'Autoreprésentation de personnes vivant un trouble psychique.

Elle s'adresse aux personnes vivant un trouble psychique, aux environnements, aux professionnels de santé et du secteur médico-social...

Nos objectifs :

- Redonner le Pouvoir d'Agir aux personnes vivant avec des troubles psychiques, défendre d'autres façons d'exister et de penser, éviter et lutter contre la stigmatisation, défendre et améliorer les droits pour une meilleure inclusion.

- L'association est garante du concept de rétablissement et à l'ambition de gérer un service d'accompagnement par les travailleurs pairs (ESPER- Espoir Soutien Plaidoyer, Empowerment, Responsabilité).

Nos actions : Rencontrer les personnes, les aidants et les environnements, apporter des témoignages, interventions, siéger dans certaines instances, Orienter vers un accompagnement par ESPER.

Notre philosophie : " Rien sur nous sans nous, avoir le droit de parler, d'être entendu et d'être respecté "

CONTACT Grégoire HAMEAU (président) - 07 02 06 54 81
pouvoir.dagir@outlook.fr
www.facebook.com/esper.pouvoir.d.agir/

PERMANENCES Le mercredi de 14h à 17h au 32 Rue du Préfet Bonnefoy 53000 Laval



SOLIDARITÉ ANOREXIE BOULIMIE 53

L'association accueille les personnes qui souffrent de troubles du comportement alimentaire (anorexie, boulimie par exemple), leurs proches (parents, frères, sœurs, conjoints, amis) et les personnes guéries.

Une rencontre mensuelle est proposée chaque mois (de style «groupe de parole») à la Maison de quartier du Pavement le 3^e samedi du mois à 14H30.

Elle permet à chacun de sortir de l'isolement, parler, écouter, comprendre la maladie et la soutenir.

CONTACT Solidarité Anorexie Boulimie 53
FOUQUERAY Maryline
02 43 68 79 11
Solidarite.anorexie-53@laposte.net

PERMANENCES Maison de quartier du Pavement 72 rue du pavement Laval
3^e samedi du mois : groupe style «groupe de parole» à 14H30



GEM LA RENCONTRE

Lieu d'échanges, de rencontres et de loisirs pour personnes isolées et/ou en fragilité psychique. C'est un lieu convivial où chacun est libre de participer, de proposer des idées d'ateliers, d'être acteur dans le fonctionnement et l'organisation de l'association.

D'autres GEM existent dans le département. N'hésitez-pas à vous renseigner!

CONTACT Association GEM La Rencontre
56 rue de la Croix de Pierre 53000 LAVAL
Amélie Dupuy médiatrice
gem.laval@orange.fr
09 81 60 95 78



ALMA MAYENNE

Sous la tutelle des Affaires Sociales et de la Santé, la Fédération 3977 contre la Maltraitance offre depuis plus de 20 ans une écoute téléphonique spécialisée à la disposition de tous, particuliers et professionnels, en vue d'alerter sur une situation de maltraitance ou de risque de maltraitance envers les personnes âgées ou adultes handicapés.

Le Centre d'écoute ALMA 53 est votre centre de proximité pour le département de la Mayenne. Il assure écoute téléphonique les lundis de 14h30 à 17h30 au : 09 81 72 05 68. Cette écoute est réalisée par des bénévoles formés.

ALMA 53 a aussi une mission de prévention en menant des actions de sensibilisation et de formation, auprès du grand public et des professionnels.

CONTACT Jean-Paul STEVENS président
09 81 72 05 68
<https://www.facebook.com/alma.mayenne>

PERMANENCES Le lundi de 14h30 à 17h30



SÈVE ET RACINES

Association de bénévoles formés à la prévention du mal être et du suicide.

Un relais pour parler : être à l'écoute de personnes en situation de mal être ou confrontées au suicide (individuellement ou groupe de soutien pour familles endeuillées par suicide), soutenir les jeunes enfants, enfants et adolescents, par un atelier d'écoute et d'entraide des jeunes endeuillés avec JALMALV.

Un relais pour informer et prévenir pour que le suicide ne reste pas un sujet tabou (soirée débat, forum...).

Un relais pour renforcer le partenariat avec les institutions locales.

CONTACT Béatrice PIGUELLER 06 86 06 43 48
beatrice.pigueller@wanadoo.fr



JALMALV53, JUSQU'À LA MORT, ACCOMPAGNER LA VIE

JALMALV est une association loi 1901, rattachée à une fédération, qui propose :

- Des accompagnements (présence et écoute) par un bénévole formé, pour des personnes touchées par la maladie grave, la fin de vie ou le deuil, dans des établissements ou à domicile
- Des interventions sur les questions de la fin de vie, de la mort et du deuil, à la demande.

CONTACT Ségolène CHAPPELLON-LAOUR (présidente)
02 43 56 75 15
Jalmalv53@wanadoo.fr
[www/jalmalv-federation.fr](http://www.jalmalv-federation.fr) (onglet implantations)

PERMANENCES Permanence téléphonique, tous les lundis de 15h à 17h - 02 43 56 75 15
Accueil tous les jeudis de 15h à 17h30
Les 1^{er} et 3^{eme} jeudis du mois à la maison des usagers du CH de Laval



STRUCTURE RÉGIONALE D'APPUI ET D'EXPERTISE SRAE SENSORIEL

La SRAE Sensoriel, mandatée par l'ARS Pays de la Loire, a pour objectif l'amélioration des parcours et de la qualité de vie des personnes en situation de handicap sensoriel (auditif et visuel).

La SRAE est un lieu ressource, d'informations et d'échanges pour les professionnels (appui à l'orientation, portail de ressources, annuaire des acteurs de la région, journées d'études ...).

La SRAE diffuse également une information à destination du grand public.

CONTACT Corinne PICHELIN Coordinatrice Régionale
02 40 59 38 66 ou 07 87 85 22 13
contact@sraesensoriel.fr
www.sraesensoriel.fr

Et si l'on respirait mieux...



AIR 53 (INSUFFISANTS RESPIRATOIRES)

Notre association s'adresse aux personnes suivies et appareillées pour l'apnée du sommeil, la BPCO et autres maladies respiratoires.

Elle permet des échanges entre patients sur l'utilisation du matériel (masque respiratoire). Elle organise des réunions d'information des adhérents et non adhérents, pour mieux faire connaître l'Apnée du Sommeil, maladie trop méconnue, qui a des conséquences sur la santé en général et sur les accidents de la route ou de la vie quotidienne.

CONTACT Président : Marc-Etienne FAGUER
02 43 02 61 74
assoair53@gmail.com

PERMANENCES Maison des usagers
Rue du haut rocher, Centre Hospitalier de Laval
De 16H à 17H les 2^e et 4^e mercredi de chaque mois.



MAISON DÉPARTEMENTALE DE L'AUTONOMIE

La Maison départementale de l'autonomie accompagne les personnes âgées en perte d'autonomie, les personnes en situation de handicap ou leur proche dans les démarches de la vie quotidienne : aménagement du logement, aide à domicile, ouverture de droits, entrée en établissement, insertion professionnelle, scolarisation.

Ses missions : accueil, information, accompagnement, évaluation et suivi personnalisé et adapté à chaque situation individuelle, coordination des actions des partenaires institutionnels et des professionnels en charge des politiques publiques relatives aux personnes âgées et handicapées.



MAIA - MÉTHODE D'ACTION POUR L'INTÉGRATION DES SERVICES D'AIDE ET DE SOINS DANS LE CHAMP DE L'AUTONOMIE

Le dispositif MAIA (Méthode d'Action pour l'Intégration des services d'aide et de soins dans le champ de l'Autonomie) vise essentiellement à l'articulation de l'action des professionnels et à la simplification du parcours des personnes en perte d'autonomie.

Il a pour objectif :

- La mise en réseau des partenaires de l'accompagnement de la perte d'autonomie (Conseil départemental, Agence régionale de santé, partenaires libéraux, centres communaux d'action sociale, services de soins infirmiers à domicile, établissements d'hébergements, services à domicile, etc. ...) pour renforcer la coordination existante, créer et utiliser des outils communs et des méthodes de travail communes.
- L'accompagnement des situations complexes au domicile, à travers la gestion de situations complexes. La situation doit présenter des critères d'instabilité compromettant le projet de maintien à domicile, l'aide et les soins insuffisants ou inadaptés, l'absence d'entourage proche.

CONTACT 02 43 677 577 mda@lamayenne.fr
MAIA : Florine DUCLOS 02.43.59.46.42 / Blandine Benoist 02 43 67 75 97
<http://www.lamayenne.fr/fr/Au-quotidien/Autonomie-Pers.-agees-et-pers.-handicapees>

PERMANENCES Accueil sans rendez-vous :
Laval : 12 quai de Bootz
du lundi au jeudi de 9h à 12h et de 14h à 17h, le vendredi de 9h à 16 h
Château-Gontier et Mayenne



CENTRE COMMUNAL
ACTION SOCIALE

P3A PÔLE ACCUEIL AIDANTS AIDÉS

Le P3A propose un accompagnement adapté et personnalisé pour les personnes fragilisées par une maladie neurodégénérative et leurs aidants.

Pôle d'accueil aidants – aidés : une équipe de professionnels formés pour soutenir le maintien à domicile, préserver l'autonomie et promouvoir les activités sociales :

- La plateforme d'accompagnement et de répit organise des activités dédiées aux aidants et/ou aux aidés (groupes d'expression, de formation, activités physiques, culturelles, de loisirs ou de bien être, soutien psychologique, séjours...)
- une équipe mobile d'accompagnement des personnes présentant des troubles cognitifs ou atteints de maladies neurodégénératives intervient à domicile sur prescription médicale pour des séances de stimulation et rééducation cognitive
- un accueil de jour reçoit les aidés de Laval Agglomération du lundi au vendredi

CONTACT P3A Pôle Accueil Aidants Aidés
10 place de Hercé 53000 Laval
02 43 49 47 68 soutienauxaidants@laval.fr
www.laval.fr



FRANCE ALZHEIMER MAYENNE

MISSIONS : Soutenir **les personnes malades et leurs proches**, Informer l'opinion et **les pouvoirs publics**, Contribuer à la **recherche**, **Former** les professionnels, les aidants proches et les bénévoles
ACTIONS :

Personnes malades : Ateliers cognition, art, musique et chant.

Aidants : relaxation, formations, groupes de paroles, de pairs, conférences.

Couple aidant-aidé : permanences, café mémoire, Halte relais, Action de convivialité, marche adaptée, aides financières.

CONTACT Paul CHOISNET, Tél : 06 20 11 74 38
francealzheimer.mayenne@yahoo.fr
www.france.alzheimer53.fr

PERMANENCES A LAVAL, espace associatif Noël Meslier, 17 rue de Rastatt Tél. 02 43 69 06 88
Le jeudi de 14h à 17h et sur rendez-vous.
Le mardi à la Maison des Usagers dans le Hall du Centre Hospitalier de Laval de 14h à 17h Tél. 02 43 66 51 33



L'action de France Parkinson s'articule autour de :

- soutenir, accueillir, écouter et assister les malades et leurs aidants,
- informer sur la maladie, les traitements et les aides,
- sensibiliser l'opinion et les pouvoirs publics.

CONTACT Laure ETHEVE - 06 26 90 15 09 - franceparkinson53.com
www.franceparkinson.fr

PERMANENCES LAVAL - Hôpital, 33 rue du Haut-Rocher 1er lundi du mois.
 Maison des Associations, Espace Noël Meslier, 17 rue de Rastatt sur rendez-vous 14h à 17h
 MAYENNE – Hôpital, 186 rue de la Baudrairie, 2^e mardi du mois.
 CHÂTEAU-GONTIER – sur rendez-vous 14h30 à 16h30



Mayenn'SEP : Association mayennaise contre la sclérose en plaques, Apporte soutien aux personnes atteintes de sclérose en plaques, aux aidants et à leurs proches. Ses objectifs : faciliter la vie quotidienne des malades, permettre les échanges entre les personnes vivant avec cette maladie, organiser des activités adaptées comme les séances de sophrologie et l'exercice physique adapté. Diffuser l'information.

CONTACT Georges HÉRIVAUX - 06 07 60 23 39 - Mayennsep@gmail.com

PERMANENCES Maison des usagers, Hôpital de Laval : 1^{er} et 3^e lundi du mois de 10h à 12h
 Hôpital de Mayenne : 3^e vendredi du mois de 14h à 16h



AMIR - ASSOCIATION MAYENNAISE DES INSUFFISANTS RÉNAUX

L'association a pour mission de :

- DÉFENDRE les intérêts collectifs des malades, la qualité des soins et faire connaître les droits.
- APPORTER l'appui matériel et moral à tous les insuffisants rénaux dialysés et greffés.
- CREER des liens d'amitié et de solidarité
- DEVELOPPER des relations étroites au niveau local avec les institutions sanitaires et les acteurs de santé
- PROMOUVOIR le don d'organes en lien avec France Adot 53

CONTACT Serge GUAIS - 07 89 99 12 63 - sp.guais@hotmail.fr

PERMANENCES Maison des usagers Centre Hospitalier de Laval
 De 9h à 12h le 1^{er} mercredi de chaque mois



LES ÉQUIPES D'APPUI EN ADAPTATION ET RÉADAPTATION (EAAR) DE LA MAYENNE

Dispositif de prévention de la perte d'autonomie et d'aide au maintien à domicile des personnes âgées.

Sur demande d'un professionnel (santé, social, médico-social), des ergothérapeutes, psychologues, diététiciens et assistants de service social interviennent gratuitement à domicile (financés par l'ARS). Les EAAR apportent des conseils et soutien aux personnes et aux aidants.

CONTACT

L'EAAR Centre Mayenne est portée par le CCAS de Laval, en partenariat avec le CH de Laval et l'hôpital local d'Evron : Morgane LE BRECH
 02 43 49 86 78 eaar53@laval.fr

EAAR Nord Mayenne :

Cassandra LANGLAIS, Coordinatrice Sociale
 02 43 08 76 05 cbatteux@ch-mayenne.fr

EAAR du Sud-Mayenne :

Corinne MATIGNON :
 02 43 09 34 00 cmatignon@ch-hautanjou.fr

Pour le Sud-ouest Mayennais :

Ghislaine LEMOIGNE
 06 01 01 56 04 ffc.med@hlsom.com



PALEX, Plateforme d'Appui Libérale à l'EXercice coordonné, s'adresse aux **professionnels du département** de la Mayenne qui ont besoin d'un soutien dans la prise en charge d'un **patient relevant d'un parcours de santé complexe**, quel que soit son âge, sa pathologie ou son handicap.

PALEX a vocation à aider les professionnels à **trouver des solutions concrètes** pour faciliter la prise en charge des patients en situation complexe

PALEX n'intervient pas directement auprès des patients mais agit auprès des professionnels, et en fonction de leurs besoins, pour **éviter toute rupture dans les parcours de santé** ! **PALEX** se veut être un dispositif **complémentaire**, qui n'agit pas en lieu et place des professionnels, mais qui vise à offrir un service polyvalent de coordination.

CONTACT Technopolis IV – Bât J, rue Louis de Broglie, 53810 CHANGÉ
 02 43 56 12 12
www.palex.fr



LES P'TITS SOLEILS

L'association des P'tits Soleils créée en 2003, est composée d'une quarantaine de bénévoles qui visitent chaque jour, les enfants hospitalisés afin de les distraire.

En accord avec le service Pédiatrie de l'Hôpital, elle participe également à l'achat de matériel pour améliorer les conditions d'hospitalisation des enfants (lecteurs DVD, mobiles pour les bébés, table à dessin pour enfants alités ...) et tout équipement jugé nécessaire.

Pour les enfants atteints d'une pathologie de longue durée, nous leur remettons un questionnaire qui nous permet de savoir ce qui leur ferait plaisir ; nous leur offrons des tickets cinéma, nous organisons des après-midis récréatifs avec les parents (bowling, karting, ...) et nous réalisons des rêves beaucoup plus précis et personnels. Nous permettons aux familles de partager de grands moments de bonheur et d'évasion pour oublier temporairement la maladie.

CONTACT Béatrice CELERIER : 06 33 27 89 02
les.ptits.soleils.53@gmail.com
les-ptits-soleils.com

PERMANENCES Centre hospitalier de Laval, service pédiatrie
9h30-12h (hôpital de jour) / 14h30- 18h (hospitalisation)



L'EFFET PAPILLON

L'Effet Papillon, entreprise sociale, propose un panel d'activités allant de l'action culturelle (spectacles à l'hôpital), aux soins mieux-être (socio-esthétique, sophrologie, art thérapie...), à la recherche (évaluation de soins courants) et Bliss, une application de réalité virtuelle à visée thérapeutique. La mission de l'Effet Papillon est d'améliorer la qualité de vie des personnes, qu'elles soient fragilisées (maladie, dépendance, handicap), aidants familiaux ou particuliers en recherche de mieux-être. Depuis 2011, plus de 2000 personnes ont bénéficié de spectacles et à des séances individuelles et collectives de loisirs / mieux-être.

CONTACT Mélanie PERON
06 38 81 77 42
contact@leffetpapillon.net
www.leffetpapillon.net

PERMANENCES Du lundi au vendredi
9h – 18h



UNION DÉPARTEMENTALE FÉDÉRÉE
DES ASSOCIATIONS DE LA MAYENNE
POUR LE DON DE SANG BÉNÉVOLE

Affiliée à la Fédération Française pour le don de sang bénévole - Reconnue d'Utilité Publique.



DON DE SANG

L'Établissement français du sang, l'Association pour le don de sang bénévole de Laval et l'Union départementale pour le don de sang bénévole de la Mayenne travaillent en partenariat étroit pour assurer la promotion du don de sang et l'organisation des collectes de sang. Avec le soutien de la Ville de Laval, notre objectif est d'encourager et permettre aux Lavallois qui le souhaitent de donner leur sang tout au long de l'année à la Maison du don ou à la collecte mensuelle de Laval.

CONTACT Association pour le Don de Sang Bénévole de LAVAL,
Union départementale pour le don de sang bénévole de la Mayenne,
Établissement français du sang
Alain LEGAY
02 43 69 18 75 ou 06 72 29 94 41 / alain-marie.legay@orange.fr
Marie Claude Rouzière
02 43 05 25 69 / crouziere@wanadoo.fr
Christelle GUIRAL
02 40 13 57 83 / christelle.guiral@efs.sante.fr
www.ffdsb.org
dondesang.efs.sante.fr
www.facebook.com/adsblaval/



FRANCE
ADOT⁵³

FRANCE ADOT 53 / ASSOCIATION POUR LE DON D'ORGANES,
DE TISSUS HUMAINS ET DE MOELLE OSSEUSE EN MAYENNE

« Donneur ou pas, c'est important de le dire à ses proches et de savoir pour eux »

Notre mission en Mayenne:

- sensibiliser sur l'éthique du don : anonymat - volontariat - gratuité
- promouvoir le don d'organes et de tissus post-mortem
- promouvoir le don du vivant
- délivrer une carte d'ambassadeur de don d'organes
- promouvoir le don de moelle osseuse et enrichir le fichier national des donneurs volontaires

CONTACT Jean-Marie PLOURDEAU
02 43 90 68 10
franceadot53@orange.fr
www.france-adot.org

PERMANENCES Maison des usagers Centre Hospitalier Laval
Le 1^{er} mercredi du mois de 15h à 18h

LAVAJ CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE DE LAVAL

Le service Aide sociale vient en aide aux familles lavalloises les plus en difficultés, en s'appuyant sur son règlement d'aide facultative.

CONTACT Stéphanie BENOIT 02 43 49 47 24
stephanie.benoit@laval.fr

PERMANENCES Horaires du CCAS du lundi au vendredi 8h00-12h 13h30-17h30

L'épicerie sociale "Coup de Pouce", un outil pour l'aide alimentaire et l'insertion socioprofessionnelle.

CONTACT Virginie LÉPINE 02 43 74 15 20
epicerie.sociale@laval.fr

PERMANENCES Du lundi au vendredi 8h30-12h 13h30-17h30



PROGRAMME DE RÉUSSITE ÉDUCATIVE LAVAJ CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Le programme de réussite éducative, vise à donner leur chance aux enfants et aux adolescents issus des quartiers prioritaires ne bénéficiant pas d'un environnement social, familial ou culturel favorable à leur réussite.

Des familles peuvent rencontrer des difficultés d'accès aux soins le PRE peut assurer l'**Accompagnement vers des démarches de soins**

Socialisation et ouverture culturelle

le PRE peut alors : accompagner vers des activités (sportives ou culturelles)

Soutien à la parentalité Certains enfants vivent dans un environnement familial complexe.

Le PRE peut alors : offrir un lieu de rencontre et de soutien aux parents.

Accompagnement scolaire

Lorsqu'un enfant ou un jeune présente des besoins d'accompagnement scolaire auquel l'entourage familial ne peut contribuer...

CONTACT Sandrine FOURREAU
sandrine.fourreau@laval.fr 02 53 74 15 87
www.laval.fr

PERMANENCES Maison de quartiers des pommeraies
43 rues des grands carrés 53000 Laval 02 53 74 15 87
du lundi au vendredi de 8h30-12h - 13h30-17h30



SOLIHA MAYENNE, ESPACE INFO ENERGIE LAVAL AGGLOMÉRATION

L'Espace Info Energie (EIE) est un service GRATUIT porté par l'association SoliHa Mayenne en partenariat avec l'ADEME, le Conseil Régional, le Conseil Départemental et Laval Agglomération. Le conseiller EIE vous apporte des conseils personnalisés, neutres et gratuits sur tous les aspects en lien avec l'énergie et la qualité de l'air dans l'habitat, ainsi que les aides financières. Vous pouvez y emprunter également différents instruments de mesures pour diagnostiquer votre logement.

CONTACT Olivier HERISSON
olivier.herisson@eiepd.fr 02 43 91 47 66
<http://www.info-energie-paysdelaloire.fr/pages/qui-sommes-nous/les-eie-de-la-region/laval.php>

PERMANENCES Permanences téléphoniques ou sans rendez-vous
du lundi au vendredi de 9h à 12h, sur rendez-vous les après-midi



ESPACE 'ECO

Afin de permettre à tous les Mayennais d'habiter mieux, Espace'éco a pour objectif de **sensibiliser les habitants sur la gestion de leur consommation d'eau et d'électricité** (> thématiques prioritaires).

Les thématiques « qualités de l'air intérieur » et « petit bricolage : appropriation et entretien de son logement » sont en cours de développement.

Le projet est axé autour de deux logements pédagogiques :

- **un logement fixe** qui se situe au 29 rue Lannes à Laval dans le quartier de Saint Nicolas
- **un appartement itinérant** qui se déplace dans toute la Mayenne en fonction des demandes et ce projet est issu d'une réflexion partenariale.

Nous proposons des animations dédiées aux professionnels (assistants sociaux, animateurs, mairies etc...) ainsi qu'aux particuliers et notamment les locataires Mayenne et Méduane habitat.

CONTACT Laureline LE PAGE : animation@gleam53.fr
06 95 35 53 68
Animatrice coordinatrice du projet
<http://www.departements.fr/espaceco-53-astuces-mieux-habiter/>

PERMANENCES Au logement Espace'éco au cœur du quartier Saint Nicolas 29 rue Lannes à Laval
Visites libres les mercredis de 10h à 12h et de 14h à 17h et les vendredis de 14h à 17h
L'appartement itinérant se déplace dans toute la Mayenne sur RDV



LAVAL AGGLO - SERVICE ENVIRONNEMENT NATURE - CIN

Situé dans le Bois de l'Huisserie, le Centre d'Initiation à la Nature (C.I.N.) propose des activités en lien avec la nature. Des animations sur la faune et la flore du territoire sont programmées sous forme d'activités de découverte de notre environnement naturel : balades nature, ateliers, expositions... Les thématiques tri et prévention des déchets (gaspillage alimentaire, compostage, ...) sont également proposées depuis 2018.

CONTACT Isabelle THIERY
Responsable du service Environnement Nature
02 43 49 44 66
isabelle.thiery@agglo-laval.fr
<http://www.agglo-laval.fr>



AIR PAYS DE LA LOIRE

Air Pays de la Loire, agréé par le Ministère de l'Environnement, assure la surveillance de la qualité de l'air de la région des Pays de la Loire.

Cet organisme regroupe quatre collèges de partenaires : services de l'État et établissements publics, collectivités territoriales, entreprises industrielles, associations de protection de l'environnement, de consommateurs et personnalités qualifiées.

Ses missions sont la surveillance de la qualité de l'air (mesures, systèmes de modélisation et prévision) et l'information du public et des autorités compétentes (newsletter gratuite en cas de pollution, pollens, site internet...).

CONTACT Marion GUIER - 02 28 22 02 10
guier@airpl.org
www.airpl.org

PERMANENCES Air Pays de la Loire peut être contacté au 02 28 22 02 02 ou par mail à l'adresse contact@airpl.org



ASSOCIATION DES POLLINARIUMS SENTINELLES DE FRANCE (APSF)

L'APSF est l'association qui regroupe les Pollinariums sentinelles de France : des jardins où sont rassemblées les principales espèces allergisantes de plantes et arbres sauvages de la région. L'objectif est de les observer afin de déterminer le début et la fin d'émission de pollens, et permettre aux allergiques de commencer leur traitement avant même l'apparition des premiers symptômes.

CONTACT Bruno SABLÉ
bruno.sable@laval.fr
www.alertepollens.org



CMEI CONSEILLER EN ENVIRONNEMENT INTÉRIEUR



Nous passons environ 80% de notre temps à l'intérieur de bâtiments (logement, lieux de travail, écoles, transports, espaces de loisirs).

Les sources d'allergènes et de composés irritants y sont multiples.

Afin d'aider les médecins spécialistes (pneumologues, allergologues, pédiatres...) et généralistes ainsi que leurs patients à identifier les sources de polluants et de connaître les mesures d'éviction adaptées, l'intervention d'un Conseiller médical en environnement intérieur (CMEI) peut être prescrite.

Le CMEI est un professionnel formé à la réalisation d'audits environnementaux et à la recherche de polluants biologiques et chimiques dans l'habitat. Il enquête au domicile des personnes pour lesquelles un médecin (allergologue, pneumologue, pédiatre, généraliste...) en a fait la demande.

Ce service est gratuit. Il est pris en charge avec le soutien financier de l'Agence Régionale de Santé des Pays de la Loire.

CONTACT Aurélien RIODEL, Conseiller médical en environnement intérieur
Service de pneumologie CHU d'Angers
07 60 92 13 52 aurelien.riodel@chu-angers.fr
<http://www.ars.paysdelaloire.sante.fr/Conseiller-medical-en-environn.184822.0.html>
<https://www.chu-angers.fr/mr-aurelien-riodel--48464.kjsp>

PERMANENCES Renseignements téléphoniques
Intervention sur prescription médicale

LAVA ATELIERS VILLE SPORTS SANTÉ

Dans le cadre de sa politique sport santé, la ville de Laval propose :

- dans chaque grand quartier, du sport de proximité – un éducateur sportif référent, propose des activités sportives accessibles à tous, à tous les âges et pour les personnes éloignées de la pratique sportive.
- au Centre multi-activités, Sports santé femmes et Sport insertion – des ateliers Sport santé, dédiés au bien-être et au plaisir, dans une ambiance conviviale, pour retrouver le goût de l'activité physique, la motivation et la confiance en soi en lien avec d'autres.

CONTACT Direction des sports
Espace associatif Noël Meslier, 17 rue de Rastatt 53000 Laval
02 43 49 43 96
Ateliers CMA : Youssef Wahid 06 34 41 26 00
youssef.wahid@laval.fr
www.laval.fr

USL - UNION SPORTIVE LAVALLOISE à chacun sa performance

Depuis quelques années, l'US Laval s'investit dans le Sport Santé. L'association a obtenu plusieurs labels dont celui du Sport Santé Prévention 1 et le Parcours d'Activité Physique et Santé (PAPS). Dans notre association, le sport santé a sa place dans la quasi-totalité des activités que ce soit du tir à l'arc, en passant par la gymnastique, la marche ou les sports collectifs.

CONTACT Xavier DURAND
02 43 66 07 38 - secretariat@uslaval.fr

PERMANENCES Secrétariat, 51 rue d'Hilard - 53000 LAVAL,
ouvert du Lundi au vendredi
de 9h15 à 12h30 et de 14h à 18h (vendredi 17h30)



CDOS53 / Comité Départemental Olympique et Sportif de la Mayenne

Le CDOS 53 propose un Parcours Activités Physiques et Santé sur le département qui permet à des personnes éloignées de l'activité physique d'y revenir progressivement. Après orientation du médecin, ces personnes peuvent participer à des ateliers de réentraînement aux activités physiques adaptées avec des éducateurs médico-sportifs formés. Il est ensuite proposé aux participants d'intégrer des clubs labellisés (avec aide du CDOS). Cette labellisation assure une sécurité de la pratique, adaptée aux capacités, à l'état de santé et aux niveaux. Création d'un nouveau PAPS (Parcours d'Activités Physiques et de Santé) à Changé.

CONTACT Comité Départemental Olympique et Sportif de la Mayenne
02 43 67 10 30
mayenne@franceolympique.com
<http://mayenne.franceolympique.com/>

PERMANENCES Lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h (16h30 le vendredi)
Maison des sports, CDOS53, 109 avenue Pierre de Coubertin 53000 LAVAL
- Les Mairies et gendarmeries de Château-Gontier, Evron et Mayenne



COMITÉ MAYENNE ÉDUCATION PHYSIQUE ET GYMNASTIQUE VOLONTAIRE

Le CD53EPGV, affilié à la FFEPGV, a pour objet la pratique éducative de l'activité physique. Le CD53GV c'est 60 associations, 2730 adhérents, 28 éducatrices sportives et éducateurs sportifs répartis sur tout le département.

Les adhérents des associations pratiquent des activités bien-être, préventives, ludiques et conviviales. On progresse à l'écoute de son corps, avec un éducateur formé à cette démarche éducative. Nous proposons la pratique de l'activité physique à la carte en entreprise, en EHPAD et auprès des collectivités.

Nouveau : séances de Gym Après Cancer à Château-Gontier en partenariat avec la Ligue Contre le Cancer de la Mayenne.

CONTACT Mathilde BÉZILLE, Conseillère de Développement EPGV 53
02 43 53 35 47 - codep-gv53@epgv.fr
www.sport-sante.fr

PERMANENCES Lundi : 13h-16h30 / Mardi : 9h-12h30 14h-17h30
Jeudi : 9h-12h30 / Vendredi : 9h-12h30 13h-16h30

DES ENVIRONNEMENTS FAVORABLES À LA SANTÉ



STADE LAVALLOIS ATHLÉTISME

STADE LAVALLOIS ATHLETISME : activités découverte, compétition, loisir en athlétisme (toutes les disciplines).

Activités Coach Athlé Santé : marche nordique et remise en forme (renforcement musculaire avec et sans matériel). Séances pour tous les niveaux de pratique.

Créneaux spécifiques adaptés pour les personnes ayant des pathologies.

Séances encadrées par coach diplômée et bénévoles formés à la marche nordique.

CONTACT SLA : Eva STIVER
06 78 61 71 18 / coachathle.sla@sfr.fr
coachathle.sla@gmail.com

PERMANENCES Horaires secrétariat du Stade Lavallois Omnisports :
9h-12h30 / 13h30-17h
16 place Henri Bisson – 53000 LAVAL



SIEL BLEU

Le Groupe Associatif Siel Bleu propose des programmes utilisant l'Activité Physique Adaptée (APA) comme outil de prévention santé et de bien-être. Les différents pôles de Siel Bleu ont développé des programmes destinés à différents publics comme les jeunes retraités, les personnes âgées à domicile ou en établissement, les personnes en situation de handicap et les personnes atteintes de maladies chroniques ou de pathologies lourdes.

Les professionnels travaillant au sein de structures médico-sociales ou en entreprise, mais aussi les aidants proches, peuvent également profiter de nos programmes afin de prévenir les maux liés à leurs tâches quotidiennes.

CONTACT Maxime ANDREAU
06 69 77 27 14
maxime.andreau@sielbleu.org
<http://www.sielbleu.org/>

PERMANENCES Du lundi au vendredi, de 9h à 12h et de 13h30 à 18h.

DES ENVIRONNEMENTS FAVORABLES À LA SANTÉ



CLUB L'EL'HAN

Le club de l'el'han est une association multisports qui vise à proposer sur le département de la Mayenne des programmes réguliers et adaptés pour les personnes écartées des activités physiques traditionnelles, pour quelque raison que ce soit : handicap, précarité, isolement, maladies chroniques, addictions...

CONTACT Emmanuel DAVOST 06 84 89 22 85 asso.elhan@gmail.com
<http://cl.sportspourtous.org/club-de-lelhan-53>

PERMANENCES Lundi - mardi au bureau (8h30-17h30), COSEC, rue des mirettes, à Ernée (53500) et le reste de la semaine dans les salles de sports des communes de la Mayenne



RETRAITE SPORTIVE

En dehors de toute compétition, notre association vise à proposer aux personnes de 50 ans et plus, une activité physique, dans un esprit de convivialité, où chacun a sa place et peut exercer une activité adaptée à ses besoins et ses envies. Chaque licencié(e) a la possibilité de pratiquer chaque semaine une, deux, trois activités différentes, voire plus, encadrées par des animateurs formés au sein même de la fédération nationale. En 2018 nous avons obtenu le label « SPORT/SANTÉ ».

CONTACT Loic BEDOUE
06 70 08 96 65
loic.bedouet@wanadoo.fr
Retraite-sport-laval.com

PERMANENCES Maison des associations – espace Noël Meslier - 17 rue de Rastatt – Laval
Permanence : vendredi de 10h à 12h



ESPACE SENIORS - VILLE AMIE DES ÂNÉS



L'espace seniors est un lieu d'information dédié aux plus de 60 ans et à leur famille. Situé en centre-ville et facilement accessible, ce nouveau service de la ville de Laval a pour mission de vous accueillir, vous informer et vous orienter en fonction de vos besoins. Doté d'une base documentaire, on y trouve toutes les informations utiles : santé, loisirs, transport, logement, conseil... S'y développent également des actions de prévention collectives : notaire, santé, prévention routière...

CONTACT Espace Seniors
90 rue de Rennes
09 67 51 83 87
espace.seniors@laval.fr

PERMANENCES Du lundi au vendredi de 9h à 12h/13h30 à 17h
90 rue de Rennes



ORPAL – L'ARTISAN DE VOS LOISIRS

L'Orpal est une association d'animation à destination de tout public et plus particulièrement des seniors de Laval et ses environs. L'association propose des activités sportives, culturelles, ludiques, des voyages, des promenades, des excursions... Les activités se déroulent exclusivement en journée. Elles ont lieu dans différentes salles de la ville de Laval. Toutes nos activités sont encadrées par des professionnels ou des bénévoles très dynamiques.

CONTACT Anne DUVAL
02 43 56 42 60
orpal.coordination@orange.fr
www.orpal.fr

PERMANENCES Orpal – 73 bd Frédéric Chaplet – 53000 Laval
Du lundi au jeudi 8h30-12h et 13h30-17h
Vendredi matin 8h30-12h



BIEN VIEILLIR EN MAYENNE

Bien-vieillir en Mayenne est une association engagée dans la promotion de l'amélioration de la qualité de vie des aînés.

Ses objectifs sont de :

- permettre au un public mayennais de s'informer, de comprendre, de mieux appréhender les questions liées au vieillissement pour lui ou pour un proche.
- mettre au service des acteurs du médico-social concernés par l'avancée en âge un moyen de communication auprès du public, par le biais d'un partenariat.

Pour cela, l'association organise chaque année deux cycles de conférences gratuites et ouvertes à tous, autour de thèmes en lien avec le bien-vieillir.

CONTACT Nicolas de MONTEVILLE
lesconferencesdubienvieillir@gmail.com / nicolas.demonteville@korian.fr
02 43 91 59 30
www.lesconferencesdubienvieillir.fr



GÉNÉRATIONS MOUVEMENT 53

Généralités Mouvement 53 regroupe plus de 200 clubs, et fédère 15 000 adhérents en Mayenne. GM 53 :

- représente les retraités auprès des Elus et des Pouvoirs Publics.
- organise de nombreuses journées festives, séjours ANCV, voyages, spectacles
- propose des formations (sécurité routière, informatique, secourisme)
- s'investit pour des avantages (mutuelle, remises commerçants et artisans, téléassistance) et actions caritatives (Madagascar).

CONTACT Bernard LECLERC - 06 85 41 24 55
fede53@gmouv.org
mayenne.generations-mouvement.org

PERMANENCES Siège de Généralités Mouvement 53 dans les locaux de la MSA, au 76 boulevard Lucien Daniel à Laval.
lundi : 8h-12h ; 13h-17h / mardi : 13h-17h / mercredi : 8h-12h
jeudi : 13h-17h / vendredi : 8h-12h ; 13h-16h

DES ENVIRONNEMENTS FAVORABLES À LA SANTÉ



CPAM / CAISSE PRIMAIRE D'ASSURANCE MALADIE

La CPAM propose des services en ligne pour faciliter les démarches des assurés :

- simulateurs de droits
- consultation des remboursements
- téléchargement de formulaires

C'est également de l'actualité santé et des offres de prévention et d'accompagnement.

En 2018, le Dossier Médical Partagé (DMP) se généralise France entière. Véritable outil de coordination entre les professionnels de santé, il permet une meilleure prise en charge des patients.

CONTACT Service Offres Assurance Maladie - 02 43 53 63 60
prevention.cpam-laval@assurance-maladie.fr
www.ameli.fr

PERMANENCES Du lundi au vendredi de 8h30 à 17h



SERVICE SOCIAL CARSAT

Le Service social de la Carsat Pays de la Loire, avec ses partenaires, accompagne les assurés du régime général dont la santé pose ou peut poser des difficultés dans la vie quotidienne et/ou professionnelle.

Les assistants de service social de la Carsat sont spécialisés en santé.

Accès aux soins : Lorsque la personne se trouve en difficulté dans ses démarches liées à sa santé

Travail : Dès que l'arrêt de travail se prolonge et que la reprise du travail pose question

Perte d'autonomie : Lorsque la sortie d'hospitalisation ou la maladie chronique nécessite des aides à la vie quotidienne

CONTACT Service social de la Carsat 02 43 67 84 50 - ssrmayenne@carsat-pl.fr - Carsat-pl.fr

PERMANENCES Réception uniquement sur rendez-vous

- Château-Gontier - Cpm - 3 place de la mairie annexe Bazouges - 53200
- Craon - Antenne Solidarité - 7 rue de l'éperon - 53400
- Ernée - Antenne Solidarité - 1 av. du Gal de Gaulle - 53500
- Evron - MSaP - 6 rue Hertford - 53600
- Gorron - Antenne Solidarité - 3 rue de la cour des forges - 53120
- Laval - 37 boulevard Montmorency - 53000
- Loiron Ruillé - Maison de Pays - Espace Tertiaire - 53320
- Mayenne - 12 Bd Lucien de Montigny - Résidence Hémaris - 53100
- Pré-en-Pail - St-Samson MSaP - 1 rue de la Corniche de Pail - 53140
- Villaines-la-Juhel - Centre de Ressources - 17 Bd Général de Gaulle - 53700

DES ENVIRONNEMENTS FAVORABLES À LA SANTÉ



MUTUALITÉ FRANÇAISE



Représentant la Mutualité Française en région, la Mutualité Française Pays de la Loire fédère 210 mutuelles santé qui protègent 1,9 million d'adhérents ligériens. Elle agit en faveur d'un meilleur accès aux soins aux côtés notamment de la Mutualité Française Anjou-Mayenne qui gère plus de 100 services de soins et d'accompagnement mutualistes en Maine-et-Loire et en Mayenne.

CONTACT Marion REVOLLON
Marion.revollon@mfpl.fr / 02 41 68 89 62
www.mfam.fr
www.paysdelaloire.mutualite.fr

PERMANENCES 13h30/20h00



UDAF DE LA MAYENNE - UNION DÉPARTEMENTALE DES ASSOCIATIONS FAMILIALES

L'UDAF, Maison pour les Familles est chargée de promouvoir, défendre et représenter les intérêts des familles mayennaises. Elle informe, oriente, soutient et accompagne les familles. Services : défense du consommateur, parentalité, Lire et faire lire, médiation familiale, micro-crédit, aide éducative budgétaire, médiation locative, conseil aux tuteurs familiaux, services de curatelles et de tutelles.

CONTACT UDAF de la Mayenne - 26 rue des Dr Calmette et Guérin - Laval - 02 43 49 52 52
udaf53@udaf53.unaf.fr - www.udaf53.fr, www.facebook.fr/udaf.mayenne

PERMANENCES **Accueil des familles & défense du consommateur**

- Le mercredi et jeudi matin de 9h à 12h, sur rendez-vous les autres jours siège de l'UDAF (02 43 49 52 50)
- Le mardi, maison des usagers de l'hôpital de Laval, 10h à 12h (02 43 66 51 33)
- 1^{er} lundi de chaque mois, à la mairie d'Evron, 9h30 à 11h30 (02 43 01 78 03 – sur RDV uniquement)

Service des mesures de protection :

- 1^{er} lundi du mois à la mairie annexe de Château-Gontier / Bazouges, 14h - 16h
- 3^{ème} lundi du mois à la mairie de Mayenne, 14h-16h



ADAVIP 53- ASSOCIATION DÉPARTEMENTALE D'AIDE AUX VICTIMES D'INFRACTIONS PÉNALES DE LA MAYENNE

L'Association Départementale d'Aide aux Victimes d'Infractions Pénales de la Mayenne a pour objet d'accueillir, d'informer, d'accompagner et d'orienter les personnes se présentant comme victimes d'infractions pénales (atteintes aux biens, atteintes aux personnes, accidents de la circulation) tant juridiquement que psychologiquement.

Les missions d'aide aux victimes s'exercent à titre gratuit dans un respect d'indépendance, de confidentialité et de secret professionnel, dans la limite des obligations légales.

L'association assure également des permanences d'information sur les conduites addictives en partenariat avec l'association Alcool Assistance. Ces permanences ont pour objectif de proposer aux personnes reçues un bilan de leurs consommations, de leur apporter une information et un conseil personnalisé, de leur proposer un accompagnement facilitant l'arrêt ou la réduction de leur consommation et de les orienter vers d'autres services ou professionnels spécialisés lorsque nécessaire.

CONTACT ADAVIP 53 Résidence « Les Remparts » Porte C, 14 Rue des Curés 53000 Laval
02 43 56 40 57
adavip53@wanadoo.fr
<http://adavip-53.org/>

PERMANENCES La prise de rendez-vous s'effectue auprès de l'association dont le standard est ouvert de 9h00 à 12h00 et de 14h00 à 18h00
Les lieux de permanences sont : Les locaux de l'association / Le Bureau d'aide aux victimes du Tribunal de Grande Instance de Laval / L'Hôtel de police de Laval



CÉAS DE LA MAYENNE

Le CÉAS de la Mayenne est une association indépendante dont le premier objet est de mettre l'information départementale à la disposition des acteurs locaux : information démographique, sociale, sanitaire, etc.

Il met également à disposition de nombreuses publications et tout un fonds documentaire. Enfin, l'association traite de nombreuses données et publie ses analyses dans un mensuel, La Lettre du CÉAS, un hebdomadaire CÉAS-point-com et sur son site Internet.

CONTACT CÉAS de la Mayenne - 29 rue de la Rouillère - 53000 Laval
02 43 66 94 34 - ceas53@orange.fr
www.ceas53.org

PERMANENCES Du lundi au jeudi, de 8h à 12h et de 13h30 à 17h - Le vendredi, de 8h à 12h
De préférence, prendre rendez-vous.



FRANCE BENEVOLAT 53

Association ressource dont la mission couvre l'ensemble du département de la Mayenne, France Bénévolat 53 :

Aide les candidats au bénévolat à s'orienter
Accompagne les associations dans leurs recherches de bénévoles
Assure des relations de partenariat avec les collectivités locales
Présente les enjeux du bénévolat auprès du grand public.

CONTACT Alain OLIVIER Président
06 13 80 85 69
mayenne@francebenevolat.org
www.francebenevolat.org

PERMANENCES Jeudi matin de 9H30 à 12H et sur rendez-vous
Espace Associatif Quartier Ferrié 17 rue de Rastatt - LAVAL 53000



IREPS / INSTANCE RÉGIONALE D'ÉDUCATION ET DE PROMOTION DE LA SANTÉ

L'IREPS est une association qui a pour mission de soutenir les acteurs du territoire (professionnels, étudiants ou bénévoles, du social, de la santé, du médico-social, de l'éducation ou de l'entreprise mais aussi les élus locaux, agents et responsables de politique de santé) en proposant :

Un centre de ressources documentaires spécialisé

Un appui aux acteurs de proximité avec du conseil méthodologique et de l'accompagnement de projet, des formations, de l'échange de pratiques.

CONTACT IREPS Pays de la Loire (Instance Régionale d'Éducation et de Promotion de la Santé)
Pôle 53
Christel FOUACHE
02 43 53 46 73.
ireps53@irepspd.org
www.irepspd.org



ARS AGENCE RÉGIONALE DE SANTÉ

L'Agence régionale de santé définit et met en œuvre la politique régionale de santé, en coordination avec ses partenaires, en tenant compte des spécificités de la région et de ses territoires. Ses actions visent à améliorer la santé de la population et à accroître l'efficacité du système de santé.

L'ARS agit sur tous les domaines de la santé: prévention et promotion de la santé, veille et sécurité sanitaire, organisation de l'offre de soins ambulatoire, hospitalière et médico-sociale.

CONTACT Agence Régionale de Santé
02 49 10 48 00
ARS-DT53-CONTACT@ars.sante.fr
www.pays-de-la-loire.ars.sante.fr

PERMANENCES 60, rue Mac Donald, 53000 Laval
9h-17h du lundi au vendredi



CONTRAT LOCAL DE SANTÉ DE LAVAL

Le Contrat local de santé a été signé en 2014 par la Ville de Laval, l'Agence régionale de santé et le Préfet de la Mayenne, dans l'objectif de réduire les inégalités sociales, environnementales et territoriales de santé.

Cet outil souple et pluriannuel, s'adapte aux besoins et aux évolutions nécessaires.

Le contrat décline 25 à 30 actions avec une soixantaine de partenaires pour :

- encourager une dynamique locale de santé publique, de prévention et de promotion de la santé
- développer une approche santé dans les autres politiques publiques (éducation, environnement, action sociale ...)
- faciliter le maillage des intervenants et la coordination des parcours au service de tous.

Le Village des partenaires santé est une action phare du contrat qui favorise la rencontre de tous les acteurs de la prévention.

CONTACT Ville de Laval - Pôle santé
Joëlle vannier - 02 43 49 47 84 ou 07 78 57 78 26
joelle.vannier@laval.fr
Françoise Paillard - 02 43 49 43 49



VIE NOCTURNE

du **RESPECT** & pas d'**EXCÈS** !

CHARTRE DE LA VIE NOCTURNE

La vie nocturne est un élément important du dynamisme de la ville. Elle contribue au lien social et à la vie culturelle. Dans le cadre du Conseil local de sécurité et de prévention de la délinquance, une démarche collective est engagée pour concilier les intérêts de tous et favoriser la prévention des conduites à risques. Cette chartre réunit la Ville, des commerçants, des étudiants, des associations et la Préfecture.





LAVAJ 

LAVAL.FR