

STRUCTURES SPÉCIALISÉES ET PROFESSIONNELS DE SANTÉ

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.

Contacts :



> **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
www.mairie-laval.fr



> **EAAR Nord-Mayenne** : Cassandra LANGLAIS, Coordinatrice Sociale
☎ : 02 43 08 76 05
✉ : cbatteux@ch-mayenne.fr



> **EAAR du Sud-Mayenne** : Corinne MATIGNON :
✉ : cmatignon@ch-hautanjou.fr
☎ 02.43.09.34.00



> **Pour le Sud-Ouest Mayennais** : Ghislaine LEMOIGNE
☎ 06 01 01 56 04
✉ : ffc.med@hlsom.com

Pôle Accueil Aidants-Aidés CCAS de Laval



Les équipes du Pôle Accueil Aidants-Aidés du CCAS de Laval accompagnent les personnes souffrant de troubles cognitifs ou de maladies neuro dégénératives et leurs aidants dans les étapes de la maladie et permet la préservation d'activités sociales.

3 services : soutien aux aidants, équipe mobile d'accompagnement, accueil de jour.

Contact :
Danielle NICOLLE
☎ : 06.24.36.41.30
✉ : danielle.nicolle@laval.fr
www.p3a-ema.ccas@laval.fr

Education thérapeutique Mutualité Sociale Agricole



La Mutualité Sociale Agricole (MSA), 2ème régime de protection sociale en France, est un organisme qui gère de façon globale la protection de l'ensemble de la population agricole : salariés et non-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.

Elle propose des ateliers d'éducation thérapeutique cardiovasculaire ambulatoire, pour toute personne présentant une maladie cardiovasculaire et ce quel que soit son régime de protection sociale. Les ateliers d'ETP comportent une phase individuelle et trois ateliers collectifs et sont animés par des professionnels de santé formés.

Contact :

Elisabeth MASSEY :
☎ : 02 33 31 40 49
✉ : Prevention_sante@mayenne-orne-sarthe.msa.fr
www.msa-mayenne-orne-sarthe.fr

Unité de prévention cardiovasculaire CH de Laval



L'Unité de Prévention Cardiovasculaire, regroupe une équipe pluridisciplinaire, proposant au patient des séances collectives d'éducation thérapeutique pour l'informer des maladies cardiovasculaires, le sensibiliser aux facteurs de risque modifiables, le motiver et le soutenir dans les changements de comportements.

Les ateliers sont programmés après une analyse partagée de ses objectifs.

Contact :

☎ Secrétariat : 02.43.66.55.81
☎ Infirmière : 02.43.66.55.43
✉ : prevention.cardiovasculaire@chlaval.fr
www.chlaval.fr

Service de Médecine Physique et Réadaptation CH de Laval



Le Service de Médecine Physique et Réadaptation (MPR) se situe au Bâtiment Sud du Centre Hospitalier Laval. Il s'organise en 2 unités d'hospitalisation conventionnelle d'un total de 47 lits, d'une unité d'Hospitalisation de Jour (HDJ) d'une capacité de 25 places et d'un Plateau Technique de Rééducation.

Les missions et objectifs des Unités de Soins (MPR) :

> Accueillir des patients en perte d'autonomie avec un ou plusieurs déficits, suite à des pathologies invalidantes, à des interventions chirurgicales,

> Aider les patients hospitalisés après une altération de leurs capacités fonctionnelles, à recouvrer, maintenir, ou acquérir une meilleure autonomie.

Les missions sont déclinées sous 3 axes principaux :

> La rééducation dont l'objectif est d'aider la personne à récupérer le maximum de potentiel (physique, cognitif et psychologique),

> La réadaptation, soit l'ensemble des moyens mis en œuvre pour aider la personne à s'adapter aux limitations de ses capacités lorsqu'elles deviennent stabilisées et persistantes, et à pouvoir les contourner autant que possible. Elle est étroitement liée au processus de réinsertion.

> La préparation et l'accompagnement à la réinsertion sont la finalisation des objectifs de la réadaptation afin de mettre en place tous les éléments indispensables au retour de la personne dans son milieu de vie, après la stabilisation de son état de santé, et selon son projet de vie.

Suite aux prescriptions médicales, les soins des patients sont organisés et coordonnés avec les différents thérapeutes grâce à une planification commune sur informatique.

Le Plateau Technique de MPR comporte : 4 grandes salles de rééducation avec plans de Bobath, physiothérapie, réentraînement à l'effort..., des salles individuelles avec notamment la rééducation uro périnéale, une salle de stabilométrie, une balnéothérapie, une salle d'ergothérapie, une salle de psychomotricité, un gymnase pour les activités physiques adaptées (APA), un atelier pour la réalisation de moulage et la confection orthèse.

Une équipe pluridisciplinaire présente : Cadres de santé, Infirmiers, Aides-Soignants, Aide Médico-psychologique, Agents des Services Hospitaliers, Masseurs kinésithérapeutes, Ergothérapeutes, Educateurs sportifs, Psychomotricien, Orthophonistes, Neuropsychologues, Surveillant de baignade, Brancardier.

Contact :

☎ secrétariat consultations spécialisées : 02 43 66 50 10
☎ secrétariat hospitalisation : 02 43 66 55 68
☎ secrétariat hopital de jour : 02 43 66 50 64
www.chlaval.fr

Dispositif Lésion Cérébrale Acquis (Arceau-Anjou) Mutualité Française Anjou Mayenne



Le Dispositif Lésion Cérébrale Acquis ARCEAU géré par la Mutualité Française Anjou Mayenne, constitue une filière de services et d'établissements qui s'adressent aux personnes en situation de handicap suite à une lésion cérébrale acquise (traumatisme crânien, AVC, tumeur...) ou un handicap physique. Il est en mesure de proposer : des évaluations (UEROS...), du soutien à domicile (SAMSAH) de l'hébergement (FH- UPHV-FV-FAM-MAS), de l'accompagnement dans l'emploi (UCEO-ESAT-EA..), du soin ou de la coordination de parcours de soins via des prestations personnalisées.

Contact :

☎ : 02 41 31 86 02
✉ : accueil.ueros@mfam-53.fr
http://www.mfam.fr

Institut de Formation en Ergothérapie (IFE) CH de Laval



La formation dispensée à l'Institut de formation en Ergothérapie du Centre hospitalier de Laval vise à former des professionnels de santé :

> responsables et compétents au service de la santé de la population d'un territoire de santé

> capables de développer une culture de travail en interdisciplinarité et en pluri-professionnalité

> porteurs de valeurs telles que le respect, la responsabilité, l'autonomie, la rigueur...

L'ergothérapeute est un professionnel de santé qui fonde sa pratique sur le lien entre l'activité humaine et la santé. Il intervient en faveur d'une personne ou d'un groupe de personnes dans un environnement médical, professionnel, éducatif et social.

La durée de la formation est de 3 années, organisée en 2 semestres par année. L'organisation des études est construite par alternance entre des temps de formation et pratiques réalisés à l'institut de formation (Cours Magistraux et Travaux Dirigés) et des temps de stages clinique.

Contact :

Sandra AMY, Formatrice
☎ 02 43 91 65 10 ✉ : sandra.amy@chlaval.fr
www.chlaval.fr

LES ASSOCIATIONS

● France AVC 72553

Missions de sensibilisation et de prévention des AVC, aide aux familles, soutien des personnes victimes d'AVC et de leur entourage.

Lieu d'écoute, d'information, d'activités (groupe de paroles, atelier musique et détente)

Permanence à la Maison des usagers du CH de Laval :
> le deuxième lundi de chaque mois, de 14h à 16h.

Contact :

✉ : franceavc72-53@yahoo.fr



● Alma 53

Sous la tutelle du Ministère des Affaires Sociales et 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 et adultes handicapés.

Une équipe d'écouterants professionnels répond du lundi au vendredi, de 9h à 19h au 3977 (service gratuit + prix d'un appel). Elle assure la première écoute, l'analyse des appels reçus, l'information immédiate et l'orientation vers son réseau de proximité composé de 55 centres départementaux (78 départements couverts) qui offre, dans un second temps, un suivi individualisé aux appelants.

Le centre d'écoute ALMA 53 est votre centre de proximité pour les départements de la MAYENNE. Il assure une écoute téléphonique les lundis de 14h30 à 17h30 au 09 81 72 05 68

Il est animé par des écouterants et référents bénévoles issus de différents horizons professionnels formés par la fédération 3977, ils appliquent les règles d'éthiques définies par les statuts.

Contact :

Jean-Paul STEVENS, *Président*

☎ : 09 81 72 05 68

✉ : alma.mayenne@bbox.fr

ALMA 53 - BP 20306 - 53003 LAVAL CEDEX



● France Alzheimer 53

Buts : soutenir les personnes malades et leurs proches, informer l'opinion, les pouvoirs publics, contribuer à la recherche, former professionnels, aidants familiaux, bénévoles.

Actions:

- Personnes malades: Ateliers.
- Aidants: relaxation, formations, groupes de paroles et de pairs, conférences.
- Couple aidant-aidé: permanences, café mémoire, après-midi Halte relais, Action de convivialité, aide financière.
- Activités adaptées/Loisirs

Permanences à Laval :

> 15, Carrefour aux Toiles,
le Jeudi de 14h à 17h, et sur rendez-vous

☎ : 02 43 69 06 88

> à la Maison des Usagers dans le Hall du Centre Hospitalier de Laval, le mardi de 14h à 17h, Tél. 02 43 66 51 33

Contact :

Paul CHOISNET

☎ : 06 20 11 74 38,

✉ : francealzheimer.mayenne@yahoo.fr
www.france.alzheimer53.fr



● Bouchons d'Amour 53

L'association «Les Bouchons d'amour » collectent tous les bouchons et couvercles d'un diamètre inférieur à 12 cm de diamètre sauf bouchons de médicaments, produits dangereux et toxiques. Ces bouchons sont revendus à notre recycleur Cabka Belgium pour la somme de 235€ la tonne. Ceux-ci sont transformés en palettes plastiques. Avec ces ventes, nous venons en aide aux personnes en situation de handicap.

Contact :

Laurent LECOQ

21 impasse Vivaing - Laval

☎ : tél. 06 08 96 24 93

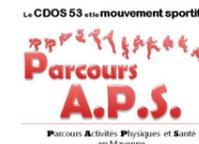
✉ : bouchons53damour@gmail.com
www.bouchonsdamour.com



ACTIVITÉS SPORTIVES / LOISIRS ADAPTÉS

● Comité Départemental Olympique et Sportif (CDOS)

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 la prescription du médecin, la personne contacte une éducatrice médico-sportive (06..22.69.82.13) pour participer à des ateliers de reprise en douceur d'activités physiques adaptées dans des séances identifiées, spécifiques, adaptées, progressive, avec un encadrant formé pendant 3 mois. Ensuite, elles ont la possibilité de pérenniser leur pratique physique dans une ou des associations sport santé indiquées et adaptées par rapport à un lieu, un choix, un coût,... en fonction de leur capacité, de leur motivation et de leur besoin.



Contact :

Anne YBARD

☎ : 02.43.67.10.30

✉ : mayenne@franceolympique.com

Maison départementale des sports - CDOS 53
109 bis avenue Pierre de Coubertin - 53000 LAVAL
www.mayenne.franceolympique.com

● Comité Départemental Handisport de la Mayenne



Le C.D.H 53, organe décentralisé de la Fédération Française Handisport, est une association de loi 1901. Fondée le 04/09/1998, elle a pour but de favoriser l'accès aux activités sportives pour les personnes en situation d'handicap physique et/ou sensoriel.

Contact :

Octavie LEPINE ou Alexia VIEL, chargées de missions

☎ 02 43 56 55 47 ou 06 69 06 53 53

✉ : handisport53@gmail.com

www.handisport53.org

● Siel Bleu

Le Groupe Associatif Siel Bleu : un parcours qui accompagne la fragilité tout au long de la vie.

Objectif : Améliorer l'autonomie et la qualité de vie en donnant le sourire à chaque étape de la vie pour éviter la sédentarité et l'isolement social. Mission : Accessibilité financière et géographique.

Siel Bleu a pour objectif de prévenir les effets néfastes de la sédentarité et du vieillissement chez les personnes âgées, malades et/ou en situation de handicap grâce à des programmes d'Activités Physiques Adaptées (APA). Ces programmes favorisent l'amélioration de l'autonomie et de la qualité de vie des participants par la pratique d'activités motrices régulières, prodiguées et accompagnées par des professionnels spécifiquement formés en APA.

Domisiel propose des programmes d'activités physiques adaptées (APA) à domicile pour les personnes âgées, pour les personnes en situation de handicap, et/ou pour les personnes atteintes de maladies chroniques ou lourdes. Ces programmes favorisent une meilleure autonomie des personnes dans leur vie quotidienne.

Contact :

Maxime ANDREAU

☎ : 06 69 77 27 14

✉ : maxime.andreau@sielbleu.org

www.sielbleu.org



VIE PROFESSIONNELLE

● Cap Emploi 53



CAP EMPLOI 53 est un spécialiste de l'adéquation handicap et emploi, pour faciliter l'embauche et l'insertion de personnes en situation de handicap.

> Accompagne les demandeurs d'emploi handicapés à l'élaboration de leur projet professionnel jusqu'à l'accès à l'emploi.

> Informe, conseille et appuie les employeurs, du recrutement au suivi dans l'emploi.

> Apporte une expertise dédiée sur la relation emploi et handicap, auprès des partenaires.

Contact :

CAP EMPLOI 53 - 40 rue Albert Einstein - 53000 LAVAL

☎ : 02 43 56 66 63

✉ : accueil@capemploi53.com
www.capemploi.com

● Service d'Appui au Maintien dans l'Emploi des Travailleurs Handicapés SAMETH 53



Spécialiste du maintien dans l'emploi et de la compensation du handicap. Quand une personne est confrontée à un problème de santé (apparition ou aggravation), qui menace son emploi, le Sameth53 accompagne l'employeur et l'employé dans la recherche de solutions adaptées pour le maintien dans l'emploi.

Ce service porté par la Santé Au Travail en Mayenne (SATM) est financé par l'AGEFIPH (Association de Gestion du Fonds pour l'Insertion Professionnelle des Personnes Handicapées) et le FIPHFP (Fonds pour l'Insertion des Personnes Handicapées des Fonctions Publiques).

Contact :

Nadège Rondeau

☎ : 02 43 59 75 20

✉ : contact@sameth53.fr
www.satm.fr

PRÉVENTION ET ACCOMPAGNEMENT

● Maison Départementale de l'Autonomie



La Maison départementale de l'autonomie accompagne les personnes en situation de perte d'autonomie liée à l'âge ou au handicap.

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

> Horaires :

Du lundi au jeudi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h. Le vendredi de 9h à 16h.

Contact :

Maison départementale de l'autonomie
Centre Jean Monnet 12 Quai de Bootz - CS 21429

☎ : 02 43 677 577

✉ : mda@lamayenne.fr
www.lamayenne.fr

● Service Prévention CPAM de la Mayenne



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

En se connectant, ils disposent d'un accès direct à des simulateurs de droits, peuvent consulter leurs remboursements, choisir un professionnel de santé, télécharger un formulaire... C'est également l'occasion de découvrir l'actualité santé et de s'informer sur les pathologies lourdes et les offres de prévention et d'accompagnement.

Contact :

CPAM de la Mayenne

☎ : 3646

www.ameli.fr

SOLUTIONS ADAPTÉES

● Handiplat



Handiplat, c'est la solution pour se restaurer avec un seul bras en toute autonomie. Le plateau est composé de picots courts et longs pour pouvoir éplucher, couper, trancher tous les aliments, de caler pour beurrer les biscottes, d'un rebord d'assiette incurvé amovible pour manger tout ce qui est petit aliments, d'une assiette amovible, de support pour verre et yaourt et d'une poignée de transport. Personnes concernées: âgées, handicapées, ayant eu un AVC, atteintes de maladies neurodégénératives, atteinte de maladie de Parkinson ou ayant un bras immobilisé temporairement.

Contact :

☎ : 06 50 77 71 34

✉ : contact@handiplat.fr
www.handiplat.fr

● Envie Autonomie



ENVIE AUTONOMIE propose du matériel médical à petits prix. Le matériel plus utilisé est récupéré chez les particuliers ou dans les établissements, après un tri, une partie est entièrement rénovée, aseptisée et proposée à la vente ou la location avec toutes les garanties. L'Association ENVIE est une entreprise d'insertion :

Contact :

Philippe ROBIN

☎ : 06 17 19 87 80

✉ : philippe.robin@envie.org
www.envieautonomie49.fr

● Podo Mayenne



Podo Mayenne est un spécialiste incontournable, à Laval, des semelles et chaussures orthopédiques. Nous fabriquons tout type d'appareillage sur mesure dans notre atelier. Nous travaillons en coordinations avec les professionnels de santé en alliant fonctionnalité et esthétique.

Contact :

Françoise JACOB ☎ : 02 43 68 31 28

✉ : podomayenne@podo-mayenne.fr
www.podo-mayenne-laval.fr

● Bertrand GABORIAU, Podo orthésiste

Nous sommes une entreprise de 4 personnes. Nos chaussures sont conçues et réalisées dans notre atelier de Laval. Tout est confectionné sur mesure selon les pathologies et morphologies des patients. Mr Gaboriau est titulaire d'un BTS en podo orthèse.

Contact :

Bertrand Gaboriau

☎ : 02 43 53 25 58

www.podo-orthesiste-laval.com
Facebook : Podo Orthésie Rabarot Coutard

● Protéor



Spécialistes de l'appareillage orthopédique sur mesure, nous définissons, fabriquons et appliquons aux patients des orthèses et prothèses d'après moulage ou scan 3D. Fort d'une équipe de 6 professionnels, nous sommes à l'écoute des besoins des personnes qui nous font confiance pour la réalisation de leurs appareils.

En veille permanente sur les progrès scientifiques et techniques et régulièrement formés aux dernières avancées nous cherchons à leur apporter la meilleure réponse possible.

Contact :

PROTEOR LAVAL

Mathieu GUEGUEN

☎ : 02 43 56 42 45

✉ : mathieu.gueguen@proteor.com

>Vêtements adaptés

● Maëlig Vêt



Confection et adaptation de vêtements pour personnes à mobilité réduite suivant les besoins et les goûts de chacun.

Contact :

Anne-Marie FRIN

☎ : 06 75 36 94 70

✉ : maeligvet@yahoo.fr
www.maeligvet.cmonsitesite.fr