

# NUMEROS UTILES

## A l'échelle du Sud Manche

### Pour une information, orientation vers les ressources du territoire, une coordination à domicile des personnes fragiles

MAIA Sud Manche : 02 33 48 27 01 // f.anfray.pilote@maiasudmanche.fr  
www.maia-manche.fr

PTA Sud Manche : 02 33 91 44 49

Lundi au vendredi 9h-17h

### Pour les personnes isolées, en difficulté en lien avec l'épidémie COVID 19

Équipe mobile sanitaire précarité Sud Manche : 06 27 81 72 58

pass.empe.montsaintmichel@ch-estran.fr

Lundi au vendredi 9h-17h

### Pour les bénéficiaires des Equipes Spécialisées Alzheimer

ESA La Haye Pesnel/St James : 02 33 91 23 26 / 06 81 61 74 03

Lundi 13h30-17h ; mardi et vendredi 9h-17h

ESA du CH Vire : 02 31 67 46 19 / 02 31 67 46 35

### Pour les victimes de violences à domicile dans le Sud Manche

CHRS Le CAP Avranches : 06 37 45 65 60 // Numéro national : 3919

Lundi au vendredi 9-12h30 et 14h-17h

arretonslesviolences.gouv.fr

### Pour des informations sur l'accès aux droits

Territoire de solidarité de la Baie du Mont Saint Michel (CMS) : 02 33 71 63 63

Lundi, mardi, mercredi, vendredi 9h30-12h et 13h30-16h30 ; jeudi 9h30-16h30

Territoire de solidarité du Granvillais (CMS) : 02 33 91 14 00

Lundi, mercredi, jeudi, vendredi 9h30-12h et 13h30-16h30 ; mardi 13h30-16h30

Territoire de solidarité du Mortainais (CMS) : 02 33 69 28 00

Lundi, mardi, mercredi, jeudi 9h30-12h et 13h30-16h30 ; vendredi 9h30-12h

En dehors des heures d'ouverture, pour toute urgence, vous pouvez contacter  
le 02 33 055 550 jusqu'à 18h30

J'ai des symptômes  
(toux, fièvre) qui  
me font penser au Covid-19 :

- je reste à domicile,
- j'évite les contacts,
- j'appelle

\* mon médecin traitant

ou

\* le 116 117

Si les symptômes s'aggravent  
avec

des difficultés respiratoires  
et

des signes d'étouffement,  
- j'appelle

\* le SAMU - Centre 15

# NUMEROS UTILES

## A l'échelle départementale

Pour une information, orientation vers les ressources du territoire  
[www.maia-manche.fr](http://www.maia-manche.fr)

Pour rompre la solitude des personnes les plus isolées  
Coopération MONALISA 50 : 02 33 17 40 75  
[www.monalisa50.fr](http://www.monalisa50.fr) // [monalisa.manche@gmail.com](mailto:monalisa.manche@gmail.com)

Pour le soutien aux aidants et à leur proche malade  
France Alzheimer Manche : 07 71 17 86 79 // Skype  
Lundi, mardi 14h-17h ; vendredi 10h-12h

Liens départementaux  
[www.manche.gouv.fr](http://www.manche.gouv.fr)  
[www.manche.fr](http://www.manche.fr) ; [www.manche.fr/handicap](http://www.manche.fr/handicap) ; [www.manche.fr/senior](http://www.manche.fr/senior)

## A l'échelle nationale

Informations et recommandations concernant le coronavirus COVID-19  
Plateforme téléphonique nationale gratuite : 0 800 130 000 - 24/24h 7/7j  
Page dédiée aux personnes sourdes, malentendantes ou aveugles :  
[www.gouvernement.fr/info-coronavirus/espace-handicap](http://www.gouvernement.fr/info-coronavirus/espace-handicap)

Pour les personnes diabétiques un accompagnement personnalisé  
[covidiab.fr](http://covidiab.fr)

Pour les personnes vulnérables confinées en situation d'isolement social  
Croix-Rouge chez vous : 09 70 28 30 00 - 7/7J 8h-20h

Pour le soutien, la prévention du mal-être lié à l'isolement  
Plateforme d'écoute psychologique Terra Psy : 0 805 383 922  
[www.terrappsy.org](http://www.terrappsy.org) (consultations gratuites en français, anglais et arabe)  
Lundi au vendredi 9h-12h30, 13h30-17h

Pour rompre l'isolement  
Solitude Écoute : 0 800 47 47 88 // [auboutdufil.org](http://auboutdufil.org)  
Tous les jours 15h-20h

Pour les personnes en situation de handicap  
Fédération Grandir Ensemble : 0 805 035 800 // [www.grandir-ensemble.com](http://www.grandir-ensemble.com)  
Lundi au samedi 9h-12h et de 14h-17h

Lien régional

[www.normandie.ars.sante.fr](http://www.normandie.ars.sante.fr)

# NUMEROS UTILES

## A l'échelle nationale

### Pour le soutien aux aidants

Malakoff Humanis et AGIRC ARRCO : 3996 // [orizea@malakoffhumanis.com](mailto:orizea@malakoffhumanis.com)  
[www.essentiel-autonomie.com](http://www.essentiel-autonomie.com)

### Soutien psychologique à la population et aux soignants

Dispositif national grand public de soutien psychologique : **0 800 130 000**

### Mise à disposition gratuite de logements « airbnb » pour certains professionnels

Plateforme « **Appartsolidaire** »

(Personnel soignant des hôpitaux, EHPAD, travailleurs sociaux, bénévoles mobilisés dans les centres d'hébergement)

### Liens nationaux

[www.gouvernement.fr/info-coronavirus](http://www.gouvernement.fr/info-coronavirus)  
[www.gouvernement.fr/info-coronavirus/francais-simplifie-falc](http://www.gouvernement.fr/info-coronavirus/francais-simplifie-falc)  
[www.santepubliquefrance.fr](http://www.santepubliquefrance.fr)  
[www.handicap.fr](http://www.handicap.fr)  
[informations.handicap.fr/a-handicap-coronavirus-contacts-utiles-12745.php](http://informations.handicap.fr/a-handicap-coronavirus-contacts-utiles-12745.php)  
[solidarites-sante.gouv.fr](http://solidarites-sante.gouv.fr)  
[Jeveuxaider.gouv.fr](http://Jeveuxaider.gouv.fr)  
[www.cnsa.fr](http://www.cnsa.fr)

