PANDÉMIE DU COVID-19

FICHE D'INFORMATIONS UTILES POUR LES PARENTS

LA CAF DE L'ISÈRE

La Caf de l'Isère et ses partenaires, à travers ce livret souhaitent vous apporter un maximum de ressources pour vous aider à traverser cette période inédite. Plus que jamais, les collectivités, centres sociaux, espaces de vie sociale et associations restent mobilisés à vos côtés malgré la fermeture des accueils au public. Pour assurer une continuité de service, salariés et bénévoles ont adapté leurs actions et leurs services pour répondre à vos besoins.

De nombreux acteurs locaux proposent :

- un maintien des accueils : par des permanences téléphoniques, infos par SMS ;

- des contacts téléphoniques par l'intermédiaire des professionnels ou des bénévoles, les adhérents et habitants sont investis pour soutenir les plus fragiles ;

- un accompagnement à la scolarité, de l'aide aux devoirs, en facilitant les liens avec l'Éducation Nationale, en faisant des photocopies, en proposant un soutien matériel, des livres… ;

- des propositions d'activités à destination des familles et des enfants en visio et à travers les réseaux sociaux.

Ce recueil sur l'offre de service retrace l'essentiel des services, sites, associations… ressources pour les parents, les enfants et les jeunes. Les contraintes techniques qui s'imposent aujourd'hui à chacun d'entre nous, ne nous permet pas d'établir une liste exhaustive.
C'est pourquoi, en plus des éléments que vous trouverez dans ce livret interactif, n'hésitez pas à vous rapprocher des mairies, centres sociaux et des associations proches de chez vous.

PANDÉMIE DU COVID-19

FICHE D'INFORMATIONS UTILES POUR LES PARENTS

INFORMATIONS NATIONALES

Informations, ressources pour les parents

• Le site Internet monenfant.fr et son nouveau service « **mon centre de loisirs (accueil de loisirs) à la maison** »
• Pour les situations de handicap : le portail ressources solidaires-handicaps.fr
• Le site Internet www.caf.fr
• Émissions des Allocations familiales « **Vies de famille** ».

Solidarités, entraide entre parents

• La plateforme « **Je veux aider** » pour aider les personnes les plus vulnérables près de chez vous : covid19.reserve-civique.gouv.fr
• Le site Internet voisinssolidaires.fr pour des solidarités de voisinage.
• Le site d'entraide : parents-solos-compagnie.org pour les familles monoparentales.

Conseils et écoute téléphonique

Numéros verts anonymes et gratuits :
• Le numéro Covid 19 : **0 800 130 000**
• Le numéro Croix Rouge Écoute : **0 800 858 858**
• Le numéro de la Fédération nationale de l'école des parents et des éducateurs « **Allô, parents confinés** » : **0 805 382 300**

Signalement des violences intrafamiliales

• **Violences faites aux enfants : Le 119** : service national d'accueil téléphonique de l'enfance en danger reste accessible 24h sur 24 et 7j sur 7.
• Le site Internet allo119.gouv.fr permet également de faire des signalements en ligne.
• **Violences conjugales :** les victimes de violences conjugales peuvent appeler le **3919** ou signaler en ligne les violences sexuelles ou sexistes sur le site Internet arretonslesviolences.gouv.fr

SOMMAIRE

INFORMATIONS NATIONALES 1

LES CITÉS DES FAMILLES 4

Informations, ressources pour les parents 5

ÉDUCATION - SCOLARITÉ 5

Solidarités, entraide entre parents 8

Activités, jeux, loisirs 10

Les lieux d'accueils enfants parents 10

NUMÉRIQUE - ÉCRAN - ADOS 12

SANTE – HANDICAP 12

Conseils et écoute téléphonique 13

Signalement des violences intrafamiliales 18

CONFLITS CONJUGAUX / SÉPARATION / MÉDIATION FAMILIALE 19

LES CITÉS DES FAMILLES

La Caf de l'Isère à travers les Cités des familles à Grenoble et à Bourgoin-Jallieu, souhaite être au plus près des parents.

Pour se faire, elles ont développé de nouvelles actions, à distance, pour répondre aux besoins des petits et des grands durant la période de confinement.
Elles proposent des permanences psychologiques et juridiques, des groupes de parole à distance, et des activités ludiques aux familles.

Prenez soin de vous.

• **Retrouvez les Cités des familles sur caf.fr > Ma Caf (38000)**

Pendant la fermeture au public vous pouvez prendre contact par mail pour obtenir des informations sur les actions proposées par les Cités des familles :

guillaume.meyling@cafisere.cnafmail.fr

loic.lacroix@cafisere.cnafmail.fr

corinne.simon@cafisere.cnafmail.fr

EN ISÈRE

Informations, ressources pour les parents

En Isère, des médias locaux pour les parents :

Le journal **Minizou** et **Parents live** vous proposent des informations diverses sur le **quotidien de parents, des astuces, des vidéos, des témoignages, des post-cast radio** :

• **Minizou** – le journal gratuit des parents isérois ; www.minizou.fr et bien sur toutes les informations et articles sur sa page Facebook.

• **Parents live** – un média fait par les parents pour les parents
Dispositif de l'association la Petite Poussée parentslive.fr

ÉDUCATION - SCOLARITÉ

Les sites Internet du Ministère de l'Éducation Nationale et de la jeunesse :

• Le site Internet **Eduscol :** eduscol.education.fr

• CNED, ma classe à la maison www.cned.fr/maclassealamaison

• Onisep, ressources sur **l'orientation** www.onisep.fr

Pour les lycéens

• Lumni, **des visites virtuels, jeux, des ateliers...** www.lumni.fr/lycee/terminale

• **Contenus audiovisuels éducatifs** (liste non exhaustive proposée par le CSA) :
www.mediawan.fr
educ.arte.tv
www.lumni.fr

• **Canopé : vidéos dans différents domaines disciplinaires**
lesfondamentaux.reseau-canope.fr/accueil.html

Et près de chez vous en Isère, des acteurs mobilisés à vos côtés que les questions de scolarité, pour répondre à vos questions, vous conseiller et vous orienter.
La liste n'est pas exhaustive, pour toutes informations complémentaires vous pouvez vous rapprocher de vos mairies.

Grenoble Alpes Métropoles

AFEV, au 06 29 48 36 09 | ai.afev.org/tag/Ongardelelien-malgre-le-confinement

EN ISÈRE

• Saint-Martin-d'Hères

Maison de Quartier Louis Aragon, 04 76 60 73 73
www.saintmartindheres.fr/solidarite/proximite/les-maisons-de-quartier

• Claix

Service petite enfance, mail ccas@ville-claix.fr et site internet www.ville-claix.fr

• Grenoble

Toutes l'informations sur les services proposés par les MDH
www.grenoble.fr

MDH Anatole France, 06 76 67 01 13 ou 06 35 56 41 72 , par mail : mdh.anatole-france@grenoble.fr

MDH Capuche-Grenoble; 07 84 52 21 68 les mardis et jeudis de 14 h 00 à 18 h 00

MDH Le Patio, 06 31 70 67 82

MDH Les Baladins, agnes.belmont@grenoble.fr

• Saint Egrève

Maison des Solidarités et des Familles, 04 76 56 05 40 du mercredi de 9 h 00 à 12 h 00 et de 13 h 30 à 16 h 30.

• Jarrie

Centre social André Malraux, 06 66 50 54 81

• Varces

Centre socioculturel Emile Romanet, accueil téléphonique au 04 76 72 80 14 le jeudi de 14 h 00 à 17 h 00, mail c.socioculturel@varces.fr et site internet cscvarces.fr

Pays Voironnais

• Tullins

MJC du Pays de Tullins, mjctullins@orange.fr
et site internet www.facebook.com/mjc.tullins

Programme de réussite éducative, 04 76 65 36 37 | pre@paysvoironnais.com

Dans le nord Isère

• Saint-Quentin-Fallavier

Maison des habitants : 06 32 94 93 25 et site internet www.st-quentin-fallavier.fr

EN ISÈRE

• La Verpillière

Centre social Porte dauphine 04 74 94 00 03
contact mail : famille.centresocial@laverpilliere.eu

• Villefontaine

Centre social de Saint Bonnet 06 86 48 01 64 **ou** 06 98 25 31 69
contact mail : mqsb@mairie-villefontaine.fr

• Beaurepaire et ses environs

Centre social de l'île du Battoir, 04 74 79 07 20 ou 07 85 50 69 02 du lundi au vendredi de 8 h 30 à 12 h 00 et de 13 h 30 à 15 h 30
Permanences téléphonique de **soutien aux parents** les lundis et jeudis de 8 h 30 à 12 h 00 et les mardis et vendredis de 13 h 30 à 17 h 00.

• La Tour-du-Pin et ses environs

MJC-EVS de la Tour-du-Pin propose un accompagnement à distance pour les familles résidant sur le Bassin de Vie autour de la Tour-du-Pin.
contact mail : mjc.tourdupin@orange.fr
site internet : www.mjc-latourdupin.com

• Vernioz et ses environs :

CS OVIV propose un accompagnement à distance pour les familles de Vernioz, Auberives-Sur-Varèze, Cheyssieu, Vernioz, Chalon, Monsteroux-Milieu, Montseveroux et Cour-et-Buis.
0474541437, lundi, mercredi et vendredi de 9 h 00 à 17 h 00
Contact mail : famille@cs-oviv.fr ou accueil@cs-oviv.fr
site internet : www.cs-oviv.fr

• Rives et ses environs

Le centre social municipal propose un accompagnement à distance pour les familles de Rives, Renage, Réaumont, Charnècle.
Contact téléphonique : 04 76 91 46 44 **puis taper 5**
www.mairie-rives.fr ou Facebook Centre-social-Municipal-de-Rives

• Pays Viennois :

Centre Social Vallée de Gère pour les quartiers Vallée-de-Gère, Charlemagne, Cancanne.
04 74 85 48 55 | vgere.cs.centresocial@alfa3a.org

EN ISÈRE

Solidarités, entraide entre parents

• La plateforme « **Je veux aider** » pour aider les personnes les plus vulnérables près de chez vous : covid19.reserve-civique.gouv.fr

• Le site Internet voisinssolidaires.fr pour des solidarités de voisinage

• Le site d'entraide : parents-solos-compagnie.org pour les **familles monoparentales**

• A **Grenoble** Voisins-Voisines : www.grenoble.fr/1700-voisins-voisines.htm

• A **Bourgoin-Jallieu** « Voisins bienveillants » **:** voisinsbienveillants.bourgoinjallieu.fr/

Besoin d'un coup de pousse à la maison ?

Vous rencontrez des **difficultés temporaires** (liées à une grossesse pathologique, à une hospitalisation, à une naissance...) qui fragilisent votre cellule familiale ?
La Caf de l'Isère vous soutient en tant que parents, en conventionnant des s**ervices d'aide à domicile**, avec ces partenaires.

En fonction de la difficulté rencontrée au sein de votre famille, des professionnels qualifiés peuvent vous aider dans **les activités quotidiennes** ou pour vous apporter un soutien ponctuel dans l'organisation familiale à la suite d'un changement de situation (ménage, entretien de la maison, aide à la préparation des repas, gestion du quotidien, soutien et activité auprès des enfants, accompagnement dans les démarches...).

Pour bénéficier de l'aide, les conditions suivantes doivent être réunies :
• être allocataire de la Caf ;
• avoir au moins un enfant à charge ou attendre votre premier enfant.

• Pour plus d'informations :

www.monenfant.fr/l-arrivee-d-un-nouvel-enfant-ou-plus

www.adf-38.com

www.admr38.org

Les centres sociaux et espaces de vie sociale restent mobilisés à vos côtés, ci-après quelques contacts via les sites internet et/ou mails.

• Grenoble et ses environs :

www.saintmartindheres.fr/solidarite/proximite/les-maisons-de-quartier

www.grenoble.fr

pdc.animation@alfa3a.org

EN ISÈRE

pdc.direction@alfa3a.org
c.socioculturel@varces.fr
c.socioculturel@varces.fr
famille.cscmalraux@gmail.com (Jarrie)
ccas@ville-claix.fr
accueilmdh@eybens.fr
www.eybens.fr
www.echirolles.fr/vie-quotidienne/maisons-des-habitant-es
ville-fontaine.fr

• Voiron et ses environs

mjctullins@orange.fr
espace.rosa-parks@ville-voreppe.fr
www.voiron.fr/voiron-solidaire/les-structures-a-voiron/le-centre-social-charles-beraudier

• Nord Isère

maisondeshabitants@st-quentin-fallavier.fr
mqsb@mairie-villefontaine.fr
centresocialchampfleuri@bourgoinjallieu.fr**• La Côte-Saint-André**
lessources@lacotesaintandre.fr

• Les territoires de montagne

Tdparents@laposte.net
accueil.mixages@cdctrieves.fr
johanna.cousin@agopop.fr et/ou accueil@agopop.fr

• Colline Nord Dauphiné

contact@cscheyrieux.fr

• Entre Bièvre et Rhône :

www.centresocial@territoiredebeaurepaire.fr
afdl@orange.fr ou afdl.dir@orange.fr ou www.facebook.com/AuFildeLambre/
famille@cs-oviv.fr ou accueil@cs-oviv.fr ou www.cs-oviv.fr
sylvie.pitton@csles4vents.fr ou www.csles4vents.fr

• Pays du Guiers :

info@cspg.fr

EN ISÈRE

• **Vienne et ses environs :**

vienne.fr/education-jeunesse/inscriptions-periscolaires-et-extrascolaires/accueils-de-loisirs/centres-sociaux

www.facebook.com/pages/Centre-Social-de-Pont-Eveque

• **Roussillons et ses environs :**

centresocialduroussillonnais.fr

Activités, jeux, loisirs

• **Le centre de loisirs à la maison :** monenfant.fr

Ce centre de loisirs virtuel propose chaque jour aux parents des activités ludiques et éducatives (artistiques, musicales, scientifiques et techniques, sportives etc.) à faire avec leur(s) enfant(s) et adolescent(s).

Ces activités sont adaptées aux différentes tranches d'âges des enfants et à leurs besoins (notamment pour les enfants en situation de handicap).

Sur le site, les familles trouveront également à disposition le « Guide des parents confinés » qui compile 50 conseils de professionnels et de personnalités pour passer le plus sereinement possible cette période qui trouble les quotidiens.

Des livres filmés et racontés : https://vimeo.com/399169376

Comment occuper ses enfants à la maison grâce aux contenus géniaux que l'on peut trouver sur le Net ?

Le Musée de Grenoble vous propose activités et visites, plus d'infos sur leur site internet : www.museedegrenoble.fr/2001-le-musee-a-hauteur-d-enfant.htm

• **Pour les créations avec les enfants**

Couleurmoka : couleurmoka.over-blog.com

Momes.net : www.momes.net

Têtes à Modelet : www.teteamodeler.com

La cour des petits : www.lacourdespetits.com

Pousse de sciences : www.facebook.com/poussesdescience

Les lieux d'accueils enfants parents

Ce sont des lieux d'accueils, de parole, d'écoute. Futurs parents, parents et enfants se rencontrent pour échanger, jouer. Leur accueil sans inscription et ouvert à toutes les familles.

Les équipes des LAEP restent mobilisés et à disposition des parents malgré la crise sanitaire et la fermeture des structures. La plupart proposent des

EN ISÈRE

permanences téléphoniques.
Pour plus d'information vous pouvez consulter le site du réseau LAEP38, pour obtenir les coordonnées d'un LAEP près de chez vous : laep38.fr

• **Sur Grenoble et ses environs :**

LAEP « La Capucine » Pont-de-Claix
04 76 68 41 52, mardi de 8 h 30 à 11 h 30 www.pontdeclaix.fr

LAEP Saint-Martin-d'Hères
04 76 60 72 17
petite.enfance@saintmartindheres.fr | facebook.com/VilleDeSaintMartindHeres

LAEP Bleu Citron SICCE
04 76 78 33 61 le lundi 13 h 30 à 16 h 30, mercredi 9 h 00 à 12 h 00, jeudi 13 h 30 à 16 h 30.
Pour les communes : Champagnier, Champ-sur-Drac, Brié, Herbeys, Jarrie, Montchaboud, Notre-Dame-de-Commiers, Saint-George-de-Commiers, Notre Dame de Mésage, Saint-Pierre-de-Mésage, Séchilienne, Saint-Barthélémy-de-Séchilienne, Vaulnaveys-le-Bas, Vaulnaveys-le-Haut et Vizille.
www.ville-jarrie.fr

La Marelle LAEP
Grenoble, Saint-Martin-d'hères : lamarelle@laep38.fr

Lieux d'Accueil Enfant Parent CCAS - ville d'Eybens
04 76 33 08 13 les lundi et vendredi de 9 h 00 à 12 h 00 ; les mardi, mercredi, jeudi et vendredi de 15 h 00 à 18 h 00
accueilmdh@eybens.fr | www.eybens.fr

LAEP Bonne Mine, La Mure, La Motte d'Aveillans
07 81 48 45 09

LAEP L'Envol, Crolles - Saint Ismier
laep.crolles@le-gresivaudan.fr

LAEP le Cerf-Volant, Pontcharra
laep.pontcharra@le-gresivaudan.fr

LAEP Le Tipi, Villard-Bonnot, Brignoud
laep.brignoud@le-gresivaudan.fr

LAEP Le Tacot, Le pays d'Allevard (Allevard, Crêts en Belledonne)
laep.paysdallevard@le-gresivaudan.fr

LAEP Galipettes, Salaise-sur-Sanne, communauté de communes EBER
06 80 05 42 15, permanences les mercredis de 9 h 30 à 11 h 30 période de vacances scolaires incluses.

EN ISÈRE

LAEP centres socioculturels Ambroise Croizat et Lucie Aubrac, Renage, Izeaux, Beaucroissant, Colombe, Apprieu, Grands Lemps, Bénenais, Oyeu, Burcin, Flachères, Bizonnes, Chabons, Eydoche, Saint Didier-de-Bizonnes.
06 71 90 41 82, le mardi de 14 h 00 à 15 h 00
www.bievre-est.fr ou **www.cs-bievre-est.fr**

LAEP Jardin Bleu – Espace enfants parents - Échirolles
06 23 53 63 70 du lundi au vendredi de 13 h 00 à 14 h 30

LAEP – l'arche - Seyssinet-Pariset
04 38 12 00 50 du lundi au vendredi de 10 h 00 à 12 h 00
www.facebook.com et **fr.padlet.com/selenespinosa**

LAEP La Cabane aux Loustics - association intercommunale autour de pont de chéruy, Tignieu-Jameyzieu, Saint Romain de Jalionas
cabane-aux-loustics@orange.fr

LAEP Le Petit Pré - Moirans et Rives et alentours de Saint-Etienne de Saint-Geoirs
ass.lepetitpre@orange.fr | www.lepetitpre38.frNUMÉRIQUE - ÉCRAN - ADOS

Parmi les nombreuses ressources proposées par le **CLEMI** : **www.clemi.fr**

La « Famille tout-écran : le guide et la série Web Télé »

Affiches « Maîtrisons les écrans, la règle 3-6-9-12 » - Yapaka.be

Le site Internet de **La souris grise**, soutien à la parentalité numérique

• **Pour les ados :**

Les Promeneurs du Net
promeneursdunet.fr | isere.info-jeunes.fr/promeneurs-du-net

SANTÉ – HANDICAP

Vous avez des questions, des besoins relatifs à la santé ? Retrouvez quelques ressources téléphones et sites internet.

• **Fil santé jeunes :** accueil, écoute, information et orientation des jeunes de 12 à 25 ans **www.filsantejeunes.com**

• **Sexualité, contraception, IVG**
Planning Familial : écoute, information, conseil pour toute personne se posant des questions sur l'IVG, la contraception.
08 00 08 11 11 du lundi au vendredi de 9 h 00 à 12 h 00 et de 14 h 00 à 18 h 00
ivg.gouv.fr

EN ISÈRE

• **Toutes les informations sur les centres de planification en l'Isère**
www.isere.fr/sites/default/files/liste-des-cpef-isere.pdf

• **Hépatites info service :** information, prévention, orientation, soutien sur les hépatites pour les personnes concernées et leur entourage.
0 800 845 800, www.hepatites-info-service.org

• **Sida info service : 0 800 840 800**

• **Autisme info service : www.autismeinfoservice.fr**

• **Pour les personnes malentendantes et leurs familles,** Surdi info est joignable par SMS **06 13 70 49 77** et sur leur site internet **www.surdi.info**

• **Plateforme « Tous mobilisés, Familles & Handicap »**, un numéro **0 805 035 800** du lundi au samedi de 9 h 00 à 12 h 00 et de 14 h 00 à 17 h 00
www.grandir-ensemble.com

• Des problèmes d'addiction au sein de votre cellule familiale ou votre entourage, ne restez pas seul. Des services sont à votre disposition pour vous apporter des informations, du soutien, des conseils.
Les personnes en en difficulté avec l'alcool, la drogue, le jeu, le tabac, ainsi que leurs proches peuvent être accompagnés et orientés, tous les jours de 8 h 00 à 2 h 00.

Alcool info service 0 980 980 930 | www.alcool-info-service.fr

Drogues info service 0 800 23 13 13 | www.drogues-info-service.fr

Écoute cannabis 0 980 980 940 | www.drogues-info-service.fr

Joueurs info service 09 74 75 13 13 | www.joueurs-info-service.fr

INFORMATIONS NATIONALES

Conseils et écoute téléphonique

Vous avez besoin de parler, de rompre l'isolement ? Des associations se mobilisent.

• **Sos Amitié** : des écoutants bénévoles sont à votre écoute 24/24 si vous avez besoin de parler pour rompre l'isolement au **09 72 39 40 50**

• **Association Terrapsy** : accompagnement psychologique par téléphone et en urgence. Entretiens avec un psychologue proposés en français, anglais et arabe 7/7 au **0 805 383 922**

• **Psysolidaires.org : plateforme de prise de rendez-vous en ligne (téléphone ou visioconférence) avec un psychologue bénévole.

Accueil, soutien, information, orientation des jeunes LGBT victimes d'homophobie ou de transphobie et en situation de rupture familiale.

• **Ligne d'écoute du Refuge :** 06 31 59 69 50 et site internet **www.le-refuge.org**

• **Ligne d'écoute pour les personnes LGBT+**
ENIPSE: **06 24 10 63 10** du lundi au vendredi de 12 h 00 à 20 h 00
site internet **www.enipse.fr**

Accueil et écoute des parents confrontés au mal-être des jeunes.

• **Phare Enfants** - **www.phare.org**
mail : **parentscavaoupas@phare.org** ou **vivre@phare.org**

Numéros et sites internet pour les parents spécifiques pour les parents qui ont besoin d'une oreille attentive.

• Le numéro de la Fédération nationale de l'école des parents et des éducateurs
Allô, parents confinés : 0 805 382 300

• **Allô parents bébé : 0800 00 3456** du lundi au vendredi de 10 h 00 à 18 h 00
enfance-et-partage.org/la-prevention/allo-parents-bebe

• **Allô Parlons d'enfants : 02 99 55 22 22** du lundi au vendredi de 10 h 00 à 17 h 00
www.parlonsdenfants.fr

• **Allô Écoute Parents : 06 01 18 40 36** du lundi au samedi de 14 h 00 à 17 h 00
www.alloecouteparents.org

• **Les pâtes au beurre :** « confinés mais pas seuls »
www.lespatesaubeurre.fr

EN ISÈRE

Et plus près de chez vous, en Isère :

Parents ou futurs parents de jumeaux, triplés...
L'association **Jumeaux et plus 38** reste joignable pour vous apporter conseils et soutien pendant toute la durée du confinement et jusqu'à la réouverture de l'association.
Par téléphone au **06 52 10 48 48**
Par mail : **secretaire@jumeauxetplus38.fr**
et pour plus d'informations le site : **www.jumeauxetplus38.fr**

Et de nombreux acteurs se mobilisent près de chez vous pour vous proposer une écoute bienveillante par téléphone et/ou une prise de rendez-vous.
La liste n'est pas exhaustive, pour toutes informations complémentaires vous pouvez vous rapprocher de vos mairies.

Morestel

• **Centre social de Morestel** au **07 68 83 67 03**, pour les familles résidant sur les communes de Morestel, Sermérieu, Vasselin, Saint-Sorlin-de-Morestel, Vézéronce-Curtin, Le Bouchage, Brangues, Saint-Victor-de-Morestel, Creys-Mépieu, Courtenay, Arandon-Passins.

Pays Voironnais

• **Centre social Charles Béraudier** au **04 76 65 03 78** les lundi, mercredi, vendredi de 10 h 00 à 12 h 30 et de 14 h 00 à 19 h 00 pour les familles résidant sur les communes du Pays Voironnais.

• **Parol Ecoute Jeunes,** la prise de rendez-vous est possible à partir du mail suivant : **parolecoutejeunes@paysvoironnais.com** pour les jeunes et leurs parents résidants sur le pays voironnais.

• **Centre social municipal des communes** de Rives, Renage, Réaumont, Charnècle au **04 76 91 46 44 puis taper 5**

Dans le Nord Isère

• **Dispositif de Réussite Educative de Saint-Quentin-Fallavier**
au **06 32 94 93 25** ou par mail **celine.sibarita@sqf38.fr**

• **Centre social Porte Dauphiné de La Verpillière**
au **04 74 94 00 03** ou par mail **famille.centresocial@laverpilliere.eu**

EN ISÈRE

• **Centre social de Saint-Bonnet**
Ghyslaine Meyer-Badet (directrice du centre social) au **06 86 48 01 64**
Jessica Nicoletti (animatrice ados et membre de promeneurs du net)
au **06 98 25 31 71** et par mail **mqsb@mairie-villefontaine.fr**

Grésivaudan

• **Centre socioculturel de Brignoud** pour les communes Froges et Villard-Bonnot
07 02 54 48 47 - direction @csc-brignoud.com | ref-famille@csc-brignoud.com

Saint-Marcellin et ses environs

• **Cellule d'écoute du Service Enfance Jeunesse Famille et Maison Intercommunale des Familles** au **04 76 64 09 50** du lundi au vendredi

Dans les territoires montagneux

• **AGOPOP -** Maison des habitants pour les familles de Villard-de-Lans
contact par mail **: johanna.cousin@agopop.fr | accueil@agopop.fr**

• **Espace de vie sociale Mixages familles** des secteurs des cantons Celles et Mens
04 76 34 27 02 | accueil.mixages@cdctrieves.fetrieves-solidarité

• **Association Temps d'parents,** pour les parents du Trièves
04 56 55 23 11 du lundi au vendredi
dparents@laposte.net et site internet **www.tempsdparents.org**

• **Relais petite enfance,** ateliers parentalité en visioconférence
04 76 79 65 64 | www.ccoisans.com

Beaurepaire et ses environs

• **Centre social de l'Île du Battoir** au **04 74 79 07 20**
centresocial@territoiredebeaurepaire.fr

Grenoble Alpes Métropoles

• **Saint-Martin-d'Hères :**

Les maisons de quartier de Saint-Martin-d'Hères : **04 76 60 73 73**

Service Petite enfance Ville de Saint-Martin-d'Hères : **04 76 60 72 17**

Page Facebook de la ville de Saint-Martin-d'Hères

EN ISÈRE

• **Grenoble**

La maison de l'enfance Prémol **mepremol@yahoo.fr**

Maison des Habitants Chorier Berriat : **06 52 90 07 73**
mail : **mdh.chorier-berriat@grenoble.fr** | **chorierberriat@gmail.com**

MDH Le Patio : **06 31 70 67 82**

MDH les Balladins : 06 35 24 94 16 | **warda.38@hotmail.fr**

• **Jarrie**

Centre socio-culturel Malraux : pour les familles de Jarrie, Champ-sur-Drac, Herbeys, Brié et Angonnes, Champagnier et Vizille.
06 66 50 54 81

• **Pays Viennois**

Centre social Vallée de Gère, pour les quartiers de Vallée de Gère, Charlemagne et Cancanne.
04 74 85 48 55 | **vgere.cs.centresocial@alfa3a.org**

EN ISÈRE

Signalement des violences intrafamiliales

• **Violences faites aux enfants :** Le 119 : service national d'accueil téléphonique de l'enfance en danger reste accessible 24h sur 24 et 7j sur 7
• Le site Internet allo119.gouv.fr permet également de faire des signalements en ligne
• **Violences conjugales :** les victimes de violences conjugales peuvent appeler le 3919 ou signaler en ligne les violences sexuelles ou sexistes sur le site Internet arretonslesviolences.gouv.fr

• **Le numéro SOS Viols Femmes Informations** 0 800 05 95 95
Écoute, soutien, information, accompagnement, aide et orientation adaptée des femmes victimes de viol ou d'agression sexuelle, leur entourage et les professionnels concernés. **Un site internet dédié :** https://cfcv.asso.fr

• **Le numéro national d'Aide aux Victimes** 116 006
En cas d'urgence, appelez la police ou la gendarmerie, en composant le 17 ou le 112 d'un portable (appel gratuit) ou un **SMS au** 114.

En Isère

Des services et des associations vous accompagnent en Isère, si vous (ou l'un de vos proches) est confronté à **une situation de violences.**
La référente départementale est joignable par
mail : referenteviolenceconjugale38@gmail.com et par téléphone : 07 88 18 40 98

Les associations Le Rialto Issue de Secours, Solidarité Femmes Miléna, le planning Familial, et Couples et Familles sont à votre disposition, n'hésitez pas à les contacter en cas de besoin :

• **Rialto Issue de Secours**
04 76 70 02 05 | rialtososfemmes38@gmail.com

• **Solidarité femmes Milena**
04 76 40 50 10 | contact@sfm.fondation-boissel.fr

• **Planning Familial**
09 52 12 76 97 du lundi au vendredi de 9 h 00 à 17 h 00
secretariat@leplanningfamilial38.org

• **Couples et Familles**
www.couplesetfamilles38.fr

Pour toutes informations juridiques liés aux **violences, le Centre d'information du droit des femmes et des familles** propose des permanences juridiques par téléphone tous les matins de 10 h 00 à 13 h 00.
Mail : lyon.contact@cidffrhone.fr **et téléphone :** 04 78 39 32 25

EN ISÈRE

Et plus localement

• **Le Centre social Odette Brachet**, a mis en place un service spécifique pour les familles résidants sur Morestel , Sermérieu, Vasselin, Saint-Sorlin-de-Morestel, Vézéronce-Curtin, Le Bouchage, Brangues, Saint Victor de Morestel, Creys-Mépieu, Courtenay et Arandon-Passins.

Un accueil téléphonique est organisé les samedi, dimanche, lundi de 16 h 00 à 22 h 00 et les mardi, mercredi, vendredi de 6 h 00 à 12 h 00 au **04 74 80 44 85.**
Vous pouvez également laisser un message sur **csob.familles@gmail.com**

CONFLITS CONJUGAUX / SÉPARATION / MÉDIATION FAMILIALE

Vous êtes séparés, en instance de séparation, vous recherchez des informations, vous avez besoin d'aide, vous rencontrez un problème pour le paiement de votre **pension alimentaire**, des services et des associations sont à vos côtés.

Les services de **Médiation familiale** conventionnées, restent disponibles pendant le confinement pour l'ensemble des familles iséroises.

Vous êtes en couple ou parents en situation de rupture, séparation, divorce.
Vous êtes jeune adulte en rupture de liens avec votre famille.
Vous êtes grands-parents et souhaitez garder des liens avec vos petits-enfants.
Vous devez régler une succession conflictuelle...

La Médiation Familiale est un temps d'écoute, d'échanges et de négociation qui vous permet d'aborder les problèmes liés à un conflit familial ; de prendre en compte de manière concrète les besoins de chacun, notamment ceux des enfants et des adolescents ; avec un tiers, diplômé d'Etat : le médiateur familial.

Son rôle est de rétablir la communication et de créer un climat de confiance propice à la recherche d'accords entre les personnes.

Pour la **pension alimentaire : pension-alimentaire.caf.fr**

• Pour le secteur de Grenoble et son agglomération

La Maison des familles
violaine.vaillant@maisondesfamilles.fr

Le service de la Sauvegarde de l'Isère
04 38 02 08 00

• Pour le secteur de Bourgoin-Jailleu et Villefontaine

L'association Rencontre Information Médiation ARIM
04 37 03 19 23 ou **06 15 50 98 63**

EN ISÈRE

• Pour les secteurs de Vienne, Roussillon, Beaurepaire, La-Côte-Saint-André, Villefontaine et Pont-de-Chéruy

L'association OSJ - Trait d'union a mis une cellule d'écoute en place :
06 76 06 35 17 | traitdunion@osj.asso.fr

• Pour le secteur de Voiron

Association Pacifique Airline 04 76 67 96 10 | mediation.voiron@gmail.com

• Pour le secteur de Pontcharra

Association Pacifique Airline 07 69 45 46 15 | mediation.pontcharra@gmail.com

• Vous êtes en train de vous séparer ? Des informations sont disponibles sur le site de la caisse d'Allocations familiales.

• Vous êtes séparés, votre ex-conjoint(e) est incarcéré, le relais enfant peut vous aider à maintenir les liens entre votre ex- et vos enfants.

La fédération nationale du relais enfant parent (parents incarcérés) 08 00 30 00 28

Et plus proche de chez vous le Relais enfant parents de l'Isère : **rep-isere.org**