

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 accueil de loisirs à la maison** »
- La page internet de la Fédération Léo Lagrange « **Léo confiné mobilisé** »
- Les ressources pour les parents du site internet de la **Fédération des Écoles des Parents et des Éducateurs**
- Pour les situations de handicap : le portail ressources solidaires-handicaps.fr
- Pour la gestion des écrans : la page Facebook du [Clemi.fr](https://www.clemi.fr) et celle de l'Unaf « **Mon enfant et les écrans** »
- **Le Guide des parents confinés** diffusé par le Secrétariat d'État chargé de l'Égalité entre les femmes et les hommes et de la lutte contre les discriminations
- Pour l'école à la maison : le site internet lumni.fr et « Les fondamentaux » du site internet [Canope.fr](https://www.canope.fr)
- Le programme de soutien à la parentalité Triple P gratuit jusqu'au 11 mai : <https://www.triplep-parentalite.fr>



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

INFORMATIONS LOCALES



J'ai besoin d'informations et je souhaite connaître les actions mises en place près de chez moi

Échanges à distance avec d'autres parents

L'association Animenfance pour les parents d'enfants de la crèche de 0 à 3 ans propose de laisser des mots entre enfants sur le site Anim-enfance.org

L'association Les Ballons Rouges propose un groupe Whatsapp pour les parents d'enfants de la crèche de 0 à 3 ans pour en savoir plus au 05-65-40-11-96 ou par mail au ballonsrouges.asso@gmail.com

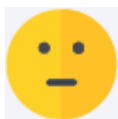
L'association Cocon d'Eveil propose un groupe Whatsapp pour les mères allaitantes pour en savoir plus au 06 63 64 51 36 ou par mail à cocondeveilasso@gmail.com

Activités parents-enfants et ressources

L'association Francas du Lot pour les parents d'adolescents et adolescents a mis en place un blog avec activités, défis, énigmes, défis, recettes, partage de photos sur le : <https://zluggy.wordpress.com/>

L'association Cocon d'Eveil propose des ateliers thématiques en visio-conférence pour accompagner les jeunes parents sur :

- Des outils pour détendre bébé,
- Diversification alimentaire,
- Portage bébé,
- Allaitement



J'ai besoin d'écoute et de soutien pour moi-même ou mes enfants, je souhaite parler à quelqu'un

Périnatalité/naissance :

L'association Cocon d'Eveil soutient les pères et les mères au cours de la grossesse et après la naissance jusqu'à 2 ans par téléphone au 06 63 64 51 36 ou par mail à cocondeveilasso@gmail.com

Plus d'infos : www.cocondeveil.com

Accompagnement à la scolarité

L'association Pause aux Filaos accompagne les familles pour le bon déroulement du suivi scolaire à distance de leurs enfants pour en savoir plus au 09-72-50-59-30 ou par mail pauseauxfilaos@yahoo.fr

Soutien psychologique

L'association Pause aux Filaos accompagne les familles dans un soutien psychologique pour les mères victimes de violences conjugales pour en savoir plus au 09-72-50-59-30 ou par mail pauseauxfilaos@yahoo.fr

Relations parents-enfants

L'association Les Ballons Rouges pour les parents d'enfants de la crèche de 0 à 3 ans : du lundi au vendredi au 05-65-40-11-96 ou par mail au ballonsrouges.asso@gmail.com

L'association Animenfance pour les parents d'enfants de la crèche de 0 à 3 ans : du lundi au vendredi au 05-65-32-25-67 ou par mail au animenfancecrecheal@orange.fr

Le Relais Assistantes Maternelles de Labastide Murat pour les parents d'enfants de la crèche de 0 à 3 ans au 05-65-20-39-68 ou par mail gdm@cc-labastide.fr

Séparation, autorité parentale

Le service de médiation familiale « **Médiation enfance famille** » assure un accueil téléphonique du lundi au vendredi pour répondre aux questions relatives à la séparation et à l'exercice de l'autorité parentale au 05-65-20-55-90 ou par mail à maisondesfamilles@udaf46.org . Vous pouvez également prendre rendez-vous pour un entretien téléphonique individuel d'information à la médiation.

L'association Pause aux Filaos accompagne les mères victimes de violences pour le bon déroulement des modalités de résidence alternée et d'exercice des droits de visite et d'hébergement pour en savoir plus au 09-72-50-59-30 ou par mail pauseauxfilaos@yahoo.fr

Le Centre d'Information et de Documentation sur le Droit des Femmes et Des Familles propose des permanences d'information juridique du lundi au jeudi de 9h à 12h et de 14h à 17h et le vendredi de 9h à 12h au 05-65-30-07-34 ou par mail cidfflot@wanadoo.fr

Violences conjugales

L'association Pause aux Filaos assure un accueil téléphonique du lundi au vendredi au 09-72-50-59-30 ou par mail pauseauxfilaos@yahoo.fr

Le Centre d'Information et de Documentation sur le Droit des Femmes et Des Familles propose des permanences d'information juridique et psychologique aux victimes de violences conjugales du lundi au jeudi de 9h à 12h et de 14h à 17h et le vendredi de 9h à 12h au 05-65-30-07-34 ou par mail cidfflot@wanadoo.fr

Accompagnement des familles

L'association Pause aux Filaos accompagne les familles pour en savoir plus au 09-72-50-59-30 ou par mail pauseauxfilaos@yahoo.fr

La Maison Départementale des familles accompagne les familles dans certaines situations pour en savoir plus au 05-65-20-55-90 ou par mail à maisondesfamilles@udaf46.org .

L'association Cocon d'Eveil accompagne les jeunes parents sur la diversification alimentaire, allaitement et portage ou toute autre question pour en savoir plus au 06 63 64 51 36 ou par mail à cocondeveilasso@gmail.com

Les Espaces Social et Citoyens de Cahors accompagnent les familles et proposent des boîtes aux lettres solidaires pour les familles n'ayant pas accès aux outils numériques pour les enseignants et les familles pour en savoir plus :

- Espace social et citoyen Terre-Rouge : 05-65-53-13-95
- Espace social et citoyen Sainte Valérie : 05-65-20-00-43
- Espace Social et citoyen du Vieux Cahors : 05-65-23-95-30
- Maison du citoyen de la Croix-de-Fer : 05-65-22-26-06