

PANDÉMIE DU COVID-19

FICHE D'INFORMATIONS UTILES POUR LES PARENTS

INFORMATIONS GÉNÉRALES



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



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 Ecoute : **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 THÉMATIQUES



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

Informations, ressources pour les parents

- Le site Internet monenfant.fr et son nouveau service « [mon centre de loisirs à la maison](#) »
- Pour les situations de handicap : le portail [ressources solidaires-handicaps.fr](http://ressources-solidaires-handicaps.fr)
- Le programme « [Pratiques Parentales Positives](#) » est un programme éducatif en ligne, gratuit, conçu pour renforcer les compétences des parents
- Le Ministère des solidarités et de la santé propose un recensement non exhaustif de ressources fiables et disponibles gratuitement en ligne : <https://solidarites-sante.gouv.fr/grands-dossiers/etre-parent-s-en-periode-d-epidemie-de-coronavirus/>

Je suis enceinte / je suis jeune maman

- Liste des [ressources et des soins disponibles](#) durant cette période de pandémie sur le territoire parisien

Je suis parent d'un enfant ou d'un adolescent porteur d'un handicap

- Délégation APF Paris : **01 53 80 92 97**
- L'hôpital Robert Debré met à disposition des parents d'enfants en situation de handicap des [fiches pratiques autour du coronavirus](#)

Mieux organiser le quotidien avec ses enfants pendant le confinement

- L'hôpital Robert Debré met à disposition des [fiches pratiques](#) sur l'organisation du quotidien avec ses enfants, le burn-out parental et plein d'autres choses
- [L'Espace Parents de la Caf de Paris](#) propose chaque jour des actualités et des informations sur la parentalité

Accompagner la scolarité de ses enfants

- Une mine d'informations pour [l'école à distance de la maternelle au CM2](#)
- [Lumni](#) (anciennement France tv éducation), un site qui propose aux enfants seuls ou accompagnés d'apprendre autrement, prolonger les cours et comprendre le monde qui nous entoure
- Les [bibliothèques de la Ville de Paris](#) mettent en ligne gratuitement des milliers de cours, vidéos et exercices interactifs de soutien scolaire pour les élèves de tous niveaux
- Le [centre social Solidarité Roquette](#) met à disposition un document recensant des activités pédagogiques et plein d'outils pour vous aider à accompagner scolairement votre enfant durant cette période
- La [Camillienne](#) propose un système de télé-soutien scolaire avec des horaires de «cours» en fonction de l'âge des enfants
- [AEPCR](#) propose un accompagnement à la scolarité dématérialisé. Une plateforme

en ligne permet des échanges entre les jeunes et les bénévoles sur les questions relatives au suivi scolaire. Contact : aepcr@yahoo.fr ou par Watsapp au **07 75 27 81 36**

- L'AFEV propose en ligne - pour les jeunes et les professionnels - [divers liens](#) vers les ressources existantes
- Le [Centre d'Information et de Documentation Jeunesse](#) (CIDJ) propose divers liens afin de s'occuper pendant le confinement : visites de musées virtuelles, livres en accès libre, cours de sport, jeux vidéo... et encourage les jeunes à développer leurs connaissances dans un domaine précis à partir de la plateforme [Fun MOOC](#). De plus un tchat a été mis en place sur le site du CIDJ pour répondre aux questions des jeunes et notamment celles liées à l'orientation

Des idées d'activités pour occuper ses enfants

- Activités proposées par le [ministère de la Culture](#)
- Plusieurs [musées](#) peuvent être visités gratuitement en ligne
- Podcasts de [France Inter](#) pour les enfants de 7 à 12 ans
- YAPAKA : [1001 idées pour occuper vos enfants à la maison](#)
- [Espace parents de la Caf de Paris](#)
- [Mairie de Paris](#)
- [Philharmonie de Paris](#)
- [Centre social Tanger](#) (Caf de Paris)
- [Centre socio culturel Archipelia](#)
- [Centre social 13 pour tous](#)
- [Association le Petit Ney](#)
- [Association Espace 19](#)
- [Les Petits Débrouillards](#)
- [Mom'artre](#)

Expliquer le coronavirus et le confinement aux enfants

- Un [ouvrage traduit en plusieurs langues et destiné aux enfants de 6 à 11 ans](#), pour aborder le coronavirus
- Une [BD pour expliquer le coronavirus et la situation aux enfants et aux parents](#) (en plusieurs langues)
- [Salut l'info](#) met l'actualité à la portée des enfants de 7 à 11 ans, avec des informations et un espace de parole pour les enfants
- Pour [comprendre facilement les gestes barrières](#), le confinement et avoir quelques idées d'activités

Concilier vie professionnelle et familiale pendant le confinement

- « [Guide des parents confinés : 50 astuces de pros](#) » (Secrétariat d'Etat chargé de l'égalité entre les femmes et les hommes et de la lutte contre les discriminations)

Solidarités, entraide entre parents

- La plateforme « [Je veux aider](#) » pour aider les personnes les plus vulnérables près de chez vous
- Des sites ressources dédiés aux « parents solo » : [parents-solos-compagnie](#), [moi-et-mes-enfants](#), [uniparent](#), [parent-solo](#)



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

Conseils et écoute téléphonique

- Service d'écoute de la Ville de Paris, tenu par des professionnels de la petite enfance et de la famille, ouvert du lundi au vendredi de 9h à 18h au : **3975** (prix d'un appel local + 0,05€/min)
 - Plateforme de soutien téléphonique parental (association Enfant présent) : **01 80 36 97 82**
- Numéros verts anonymes et gratuits :
- Covid 19 : **0 800 130 000**
 - Croix Rouge Ecoute : **0 800 858 858**
 - Allô, parents confinés (Ecole des parents et des éducateurs) : **0 805 382 300**
 - SOS Parentalité (Fondation pour l'enfance) : **0 974 763 963**
 - Allo Parents Bébé (Association Enfance et partage), pour les parents d'enfants de 0 à 3 ans : **0 800 00 3456**

Je suis parent séparé et en conflit avec mon ex-conjoint

Dans des situations conflictuelles de séparation ou pour d'autres conflits d'ordre familial, la médiation vous accompagne. Certains services parisiens de médiation familiale restent accessibles et vous accueillent en ligne, par téléphone ou par visioconférence :

- CERAF Médiation : **01 42 63 05 00**
- Espace Famille Médiation : **01 43 07 97 34**
- ESPEREM : **01 40 35 81 60**
- Ligue Française pour la Santé Mentale : **01 53 05 92 38**
- Maison des liens familiaux : **01 42 00 43 25**
- Parenthèse Médiation : **01 42 23 13 43**

Je suis un parent en difficulté économique

- Pour connaître les aides financières dont vous pourriez bénéficier, contactez les [services sociaux du territoire](#)
- Secours Catholique de Paris a mis en place une permanence téléphonique d'information sur les droits sociaux et les structures sociales ouvertes pendant la période de confinement : **01 48 07 58 21** ou par mail : paris@secours-catholique.org
- Le centre social et culturel Solidarité Roquette répertorie les [lieux de première nécessité sur son site](#)

Je suis un parent et/ou un enfant confronté au deuil

- [Mieux traverser le deuil](#)
- Empreintes : pour les personnes confrontées à tous les types de deuil, **01 42 38 08 08**

- Dialogue et solidarité : s'adresse aux personnes en situation de veuvage au **0 800 494 627**
- Naitre et vivre : pour les parents ayant perdu un enfant, disponibles 24H/24 et 7J/7 au **01 47 23 05 08** ; groupes de soutien par skype : <http://naitre-et-vivre.org/>

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](#)