

VIVRE le CONFINEMENT dans le contexte de COVID

PARENTS : Les ressources pour être aidés (à distance)

- **Association Enfance et COVID**

La **plateforme Enfance et Covid** a mis en place un numéro vert de soutien à la parentalité afin de permettre aux parents d'être pleinement écoutés, conseillés et accompagnés durant le confinement par 200 écoutants formés.

- Numéro vert gratuit : **0805 827 827** (entre 10h et 18h)
- Ou : contact@enfance-et-covid.org

[La plateforme Enfance et Covid](#) propose des ressources concrètes et efficaces pour les parents, futurs parents et les professionnels de la petite enfance pour que les enfants traversent cette période dans les meilleures conditions. Enfance et Covid est un espace d'écoute, d'accompagnement et de soutien pour les adultes en charge d'enfants durant cette période difficile.

- **Cellule d'aide/d'écoute psychologique nationale**

Numéro vert gratuit : **0800 130 000** (+ pour toutes les questions à caractère non-médicales liées au coronavirus)

- **Ecoute du CLER** (conseillers conjugaux et familiaux)

Lien vers l'annuaire de nos conseillers à votre écoute :

[https://2013.cler.net/cler/conseillers_liste/\(type\)/CCF](https://2013.cler.net/cler/conseillers_liste/(type)/CCF)

<https://www.facebook.com/CLERAmourEtFamille/videos/204546860645945/>

Dans la région d'Aix

- **Dispositif d'accueil psychologique COVID 19** – Hôpital Montperrin

Permanence téléphonique de 9h à 17h (accueil écoute, soutien psychologique, orientation médico-sociale) : 04 42 13 13 92

- **Association La Passerelle**

ecoute.parents13@gmail.com - Site internet : lapasserelle.org

Pour les parents, et futur parents, qui rencontrent des difficultés avec leurs enfants de 0 à 11 ans, pendant le confinement, des psychologues bénévoles, membres de l'association de La Passerelle d'Aix en Provence, sont à **votre écoute du lundi au samedi**.

Avec la fermeture des écoles, des crèches, des centres sociaux etc. être en relation duelle constante avec son ou ses enfants peut être compliqué.

Contactez-nous à l'adresse : ecoute.parents13@gmail.com en précisant vos coordonnées téléphoniques.

Vous serez rappelés au plus tôt dans **l'anonymat, la gratuité et le non-jugement**.

- **Cogito'z** : le 0 805 822 810 Site internet : <https://cogitoz.com>

HOTLINE PSYCHOLOGIQUE GRATUITE

Pour tous 0 805 822 810

La période est trouble, déconcertante !

Pour être au plus près de chacun de vous et répondre à vos questions, inquiétudes, préoccupations, les équipes de Cogito'Z se mobilisent.

Une HOTLINE psychologique gratuite ouverte à tous : 0 805 822 810

Un rendez-vous quotidien en direct sur Facebook, sur la page de Cogito'Z, avec Jeanne Siaud-Facchin pour partager de 14 heures 30 à 15 heures 30.

Une séance de méditation de Pleine Conscience tous les soirs à 18 heures 30, en direct, avec Jeanne Siaud-Facchin. Pour s'apaiser, se poser, se ressourcer. Sur la page Facebook de Jeanne Siaud-Facchin (page publique)

Vous pouvez nous joindre aussi par mail, en précisant, Covid19, dans l'objet de votre mail : cogitoz@cogitoz.com