



Offres de soutien aux mères et aux pères

Dans de nombreuses familles, le coronavirus a aggravé le double fardeau du travail et de la garde des enfants. Êtes-vous surchargé-e? Ou avez-vous des questions sur la naissance, l'éducation ou la garde des enfants? Vous trouverez de l'aide dans les offres énumérées.

! Pour des informations complémentaires cliquez sur le logo correspondant.

Appel d'urgence et conseil



Elternnotruf

Consultation 24h sur 24, 7 jours sur 7 en français, allemand, italien ou anglais



Consultations parents-enfants

Conseils gratuits pour les parents d'enfants de 0 à 4 ans dans toute la Suisse



Pro Juventute conseils aux parents

Consultation 24h sur 24, 7 jours sur 7 dans toutes les langues nationales, par téléphone, e-mail ou chat

Soutien dans les situations d'urgence



Croix-Rouge suisse

Soutien aux familles – par exemple par la garde d'enfants à domicile

Santé psychique



Santépsy

Campagne pour la promotion de la santé mentale
Thèmes et ressources spécifiques:

- [Santé mentale et parentalité](#)
- [Santé mentale et Covid-19](#)



Fondation Astrame

Soutien suite à un bouleversement de liens – comme un deuil, une maladie grave ou une séparation parentale



Comment vas-tu?

Conseils pour en parler et pour promouvoir la santé psychique

Offres destinées spécialement aux hommes



maenner.ch

Informations, rencontres, formations et conseils pour les hommes, les futurs pères et les pères

Autour de la naissance



Mamamundo

Cours de préparation à la naissance dans ta langue (à Bâle, Bienne, Soleure, Berne et Lucerne)



Association PanMilar

Accompagnement autour de la naissance spécialement destiné aux femmes et aux familles issues de la migration (à Yverdon, Moudon, Lausanne, Renens, Vevey et Aigle)



Swissmom

Plate-forme d'information sur la grossesse, la naissance et les enfants



Fédération suisse des sages-femmes

Informations actuelles sur Covid-19, la grossesse et la naissance



Association Dépression Postpartale Suisse

Information et aide pour des mères et pères concernés

Petite enfance



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Miapas

Recommandations sur l'alimentation, l'activité physique et la santé psychique pendant la grossesse et la petite enfance

Éducation – Cours – Informations



Kinderschutz Schweiz
Protection de l'enfance Suisse
Protezione dell'infanzia Svizzera

Protection de l'enfance Suisse

Parents Plus® – Cours et offres en ligne pour les parents



Formation des parents CH

Cours et offres en ligne pour les parents

École et adolescence



ciao.ch

Plate-forme d'information pour les jeunes



Pedibus

Système d'accompagnement des enfants à pied à l'école, sous la conduite des parents



Groupement des AEMO et pratiques éducatives en milieu ouvert de Suisse latine

Action éducative en milieu ouvert

Accompagnement et aides aux parents qui rencontrent des difficultés dans l'éducation de leurs enfants

Tables rondes en différentes langues



Femmes-Tische et Hommes-Tische

Tables rondes modérées en plus de 20 langues – Ouvert à toute personne intéressée, avec ou sans passé migratoire

Activité physique



hepa.ch

Exercices du réseau hepa.ch pour bouger chez soi – pour tous les âges et avec ou sans enfants

Familles monoparentales



Fédération suisse des familles monoparentales

Conseils et coachings gratuits pour les familles monoparentales

Soutien financier



Secours suisse d'hiver

Aide aux personnes touchées par la précarité souvent invisible en Suisse

D'autres informations actuelles sont disponibles ici: www.promotionsante.ch/offres-pour-parents