

PARCE QU'IL Y A BEAUCOUP DE CHOSES À PENSER À L'ARRIVÉE D'UN NOUVEAU NÉ, NOUS VOUS AVONS TOUT RASSEMBLÉ ICI !

P'TIT MÉMO POUR LES NOUVEAUX PARENTS

(DE PLOUIGNEAU)



RÉALISÉ PAR LUSKA' ET LE SERVICE ENFANCE-JEUNESSE DE PLOUIGNEAU
ILLUSTRÉ PAR L'ATELIER DES NOMBRES PREMIERS



Ce livret est né d'une soirée "parcours de parents", animée par le collectif itinérant Luska Liamm, dans le cadre d'une demande du "service enfance jeunesse" de la commune de Plouigneau et soutenu par la CAF.

Les parents ont été invités à un temps de partage d'expériences, témoignant de ce qu'ils ont aimé, de ce qu'ils ont fait et de ce qui leur a manqué pendant ce chemin menant de la grossesse à l'entrée à l'école de leur enfant. De ces discussions très riches a émergé une demande consensuelle de réaliser un livret d'informations à destination des futurs ou jeunes parents.



Nous tenons à les remercier chaleureusement pour leurs témoignages et leur engagement dans cette réflexion. Un grand merci également à la commune de Plouigneau, la CAF, la PMI, le RPE, pour leur participation à la construction de ce livret.





SOMMAIRE

1) À LA SORTIE DE LA MATERNITÉ, PRENEZ SOIN DE VOUS ET DE VOTRE ENFANT.	1
1.1) Les services et professionnel.le.s de santé	2
1.2) Les structures soutenant la parentalité	3
1.3) Les services d'aide financière et familiale	5
1.4) La prévention et les aides du secteur médico-social	7
2) À LA MAISON OU DEHORS, S'ÉVEILLER, JOUER, BOUGER !	7
2.1) Sortir à la rencontre des autres dans des lieux d'accueil bienveillants pour bébé et ses parents	7
2.2) Sortir pour s'éveiller, jouer, bouger !	9
2.3) Autres sorties : parcs, restaurants	10
3) QUAND VIENT LE MOMENT DE FAIRE GARDER BÉBÉ	10
3.1) Le confier à un.e assistant.e maternel.le	11
3.2) Le confier à la halte garderie	12
3.3) La garde à domicile	13
4) LES FORMALITÉS ADMINISTRATIVES	13
5) QUI FAIT QUOI ?	14
6) POUR ALLER PLUS LOIN	19
7) DES RESSOURCES	19
7.1) Sites internet	19
7.2) Bibliographie	19

L'arrivée d'un nouveau-né entraîne ses parents dans une merveilleuse aventure pleine d'imprévus, de doutes, de questions. Ce petit mémo a été conçu avec votre commune, la CAF et l'équipe préventive itinérante Luska Liamm pour vous guider et vivre avec sérénité les premiers mois avec votre bébé.



1) À LA SORTIE DE LA MATERNITÉ, PRENEZ SOIN DE VOUS ET DE VOTRE ENFANT.

Et voilà, il est là, ce petit être tant attendu. Vous êtes sortis de la maternité, où vous étiez entourés de professionnel.le.s. Vous retrouvez votre logement, mais les choses ont changé. Une nouvelle vie va se construire petit à petit dans laquelle chacun va trouver sa place. Pour cela, il est important de prendre le temps, de prendre soin de soi, de son enfant et de sa famille. N'hésitez pas à vous entourer et solliciter de l'aide si besoin.

“ Parfois on ne sait pas comment faire, mais ce n'est pas grave, on peut essayer, se tromper, faire autrement. On peut aussi demander à une personne de confiance ! On peut construire petit à petit et aller vers un fonctionnement qui convient non seulement au bébé, mais aux parents également. Du repos, de la bienveillance et du relais.”

MAMAN DE 2 FILLES DE 5 ET 8 ANS



1.1) LES SERVICES ET PROFESSIONNELLES DE SANTÉ

Pour la maman :

Une visite post-natale pour la mère est à réaliser environ 6 à 8 semaines après l'accouchement. Elle peut se faire auprès de la sage-femme, du gynécologue ou du généraliste qui a suivi la grossesse au libre choix de la patiente. Après l'accouchement, la rééducation du périnée et/ou des muscles du ventre sont des soins très importants, ils se font sur prescription médicale auprès d'une sage-femme, ou d'un kinésithérapeute formé à cette spécialité. Même si on a surtout envie de se reposer, cette rééducation est nécessaire afin de se re-muscler en douceur mais aussi d'éviter des fuites urinaires ou des désagréments plus graves comme une descente d'organes.

Pour votre bébé :

Deux visites médicales sont obligatoires à 15 jours et au premier mois de votre enfant, pour faire le point sur sa santé. Elles peuvent être réalisées par un médecin généraliste, un pédiatre ou un médecin de PMI.

En dehors de ces visites, un rdv avec une puéricultrice de PMI peut aussi être pris. Vous pouvez aussi consulter un.e ostéopathe pour les troubles du sommeil, strabismes ou malformations crâniennes. Cela est pris en charge par certaines mutuelles, renseignez-vous.

Pour bébé et ses parents :


A la sortie de maternité, une visite à domicile est proposée systématiquement par une sage-femme libérale, n'hésitez pas à en profiter. D'autres professionnels de la santé peuvent également vous accompagner comme les sages-femmes de l'hôpital ou en libéral.

" Si on peut prévoir une période de congés la plus longue possible c'est mieux. C'est important de se reposer dès que possible si on a repris le boulot, faire la sieste au travail et garder des forces pour le soir et la nuit, votre patron s'en remettra...." PAPA DE 2 FILLES DE 7 ET 4 ANS




L'allaitement maternel n'est pas toujours facile à mettre en place. Si vous avez des questions, n'hésitez pas à vous rapprocher d'une conseillère en lactation à la maternité, de la PMI ou d'une sage-femme libérale.

À LA PMI (PROTECTION MATERNELLE INFANTILE), vous pourrez rencontrer un médecin ou des puéricultrices pour vous accompagner tout au long de ces premières années avec bébé. Des ateliers d'éveil par le toucher sont parfois organisés.



"j'ai choisi de faire ma rééducation avec une sage-femme, plus spécialisée dans les soins post-accouchement, je pouvais venir avec mon bébé et en profiter pour poser toutes les questions que j'avais, notamment sur l'allaitement." MAMAN D'UNE PETITE FILLE DE 2 ANS



"À mon retour à la maison j'ai pleuré pendant 4 mois, sans que mon compagnon puisse me consoler. J'ai fini par en parler à mon médecin traitant qui m'a parlé de la dépression du post-partum, puis j'ai eu un suivi avec la PMI."

MAMAN D'UN PETIT GARÇON DE 9 MOIS

1.2) LES SERVICES SOUTENANT LA PARENTALITÉ

L'arrivée d'un enfant est un grand bouleversement : pour vous, votre couple et votre famille. Si vous en ressentez le besoin, n'hésitez pas à demander de l'aide !

LE SERVICE DE PMI propose un accompagnement autour de la vie quotidienne avec votre enfant, des conseils autour de l'alimentation, le sommeil, le développement de l'enfant, la parentalité ou les relations parents-enfants.

Vous pouvez rencontrer un.e psychologue dans différents lieux :

- La psychologue du RÉSEAU PÉRINATALITÉ de Bretagne, le contact se fait par la maternité. Parlez-en avec votre sage-femme.
- L'association Parentel propose le SERVICE ECOUTE PARENTS avec la ligne d'appel – 02 98 43 21 21 – (gratuit) et des entretiens en face à face - Parentel Morlaix 14 allée du Poan Ben.
- Si la relation avec votre bébé vous semble compliquée, le CMPP (Centre Médico Psycho Pédagogique) de Morlaix propose des consultations parents-bébé non payantes.
- L'association LUSKA', pourra réfléchir avec vous autour des questions et difficultés rencontrées. LUSKA' LIAMM, propose des temps d'accueil collectif (parents- enfants de 0 à 6 ans), et des temps individuels pour répondre à vos questions.
- Enfin, les espaces parents-enfants proposés par certains CENTRES SOCIAUX, PÔLE ENFANCE OU ASSOCIATIONS permettent aussi de partager dans un endroit bienveillant ses doutes et ses questionnements. (Cf. partie sortir de la maison).
- Sur Morlaix communauté, le REAAP (RÉSEAU ECOUTE APPUI ACCOMPAGNEMENT PARENTALITÉ) réunit les acteurs de soutien à la parentalité et les parents pour construire des actions communes. Il rassemble notamment les centres sociaux qui proposent des ateliers ou groupes de parole.

1.3) LES SERVICES D'AIDE FINANCIÈRE ET FAMILIALE

- LE CDAS (Centre Départemental d'Action Sociale) peut être sollicité pour des aides financières, mais aussi pour du conseil ou de l'accompagnement éducatif.

Pour les aides aux familles, pensez à la CAF !

- LA CAISSE DES ALLOCATIONS FAMILIALES propose aux familles des aides sous forme de prestations, de suivis et de conseils. A la naissance, vous bénéficiez peut-être d'une **PRIME À LA NAISSANCE**, puis d'une **ALLOCATION DE BASE** totale ou partielle en fonction de vos revenus. Cela se fait automatiquement à la déclaration de naissance si votre dossier CAF ou MSA est complet (normalement réalisé pendant la grossesse).

Pour la garde de votre enfant, vous pouvez demander un **COMPLÉMENT LIBRE CHOIX DE MODE DE GARDE (CMG)** pour les frais de garde auprès d'une assistant.e maternel.le ou d'une garde à domicile. Si vous êtes dans une situation particulière prenez directement rendez-vous avec la CAF avant la mise en place du mode de garde.

Pour la halte garderie, l'aide est directement versée à la structure qui vous propose un tarif en fonction de vos revenus. Vous pouvez aussi demander la **PRESTATION PARTAGÉE D'ÉDUCATION DE L'ENFANT** si vous travaillez ou envisagez de travailler à temps partiel ou pour les personnes sans revenus ni travail.

Enfin, la CAF a des conventions avec des services **D'AIDE À DOMICILE** (ménage ou prise en charge des enfants), afin de permettre des soutiens temporaires, environ 100h pendant 6 mois, renouvelables une fois pour aider à la maison lors de l'arrivée d'un premier enfant, d'un troisième, en cas d'accident de la vie (séparation, maladie, décès). Il suffit de contacter une des structures agréées comme l'ADMR, Archipel ou AS Domicile, avec votre numéro CAF pour avoir un tarif adapté..

Il existe également d'autres aides comme **L'ALLOCATION DE SOUTIEN FAMILIAL** si vous élevez seul.e votre enfant ou que l'aide financière apportée par son autre parent est faible, **L'ALLOCATION JOURNALIÈRE DE PRÉSENCE PARENTALE** si vous vous occupez de votre enfant malade, accidenté ou porteur de handicap, ainsi que d'autres allocations familiales ou complément familial en fonction des ressources.

C'est aussi à la CAF que vous pouvez demander **DES AIDES AU LOGEMENT, LA PRIME D'ACTIVITÉ OU ENCORE UNE PRIME DE DÉMÉNAGEMENT** (à partir du 3ème enfant) ou un **PETIT PRÊT POUR L'AMÉLIORATION DE VOTRE HABITAT**.

Pour information, le RSA peut être versé exceptionnellement dès 18 ans pour des mères isolées.

N'hésitez pas vous renseigner sur monenfant.fr ou à prendre un rendez-vous pour faire le point sur les aides dont vous pouvez bénéficier.

“ C'est une période de bouleversement, où on est très fatigué. Il faut l'accepter et adapter son quotidien, faire juste l'essentiel. Je regrette de ne pas avoir pris un congé paternité pour pouvoir soutenir ma compagne. Elle me confiait notre fille dès que je rentrais du travail. N'hésitez pas à dire à votre employeur que c'est une période complexe et que vous serez moins performant. S'organiser pour tenter de trouver des bouffées d'oxygène pour chacun. ”

PAPA DE 2 ENFANTS, UNE FILLE DE 5 ANS ET UN GARÇON DE 8 ANS.



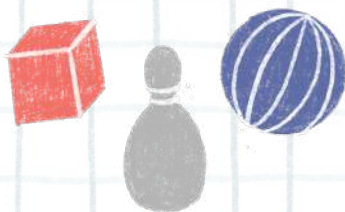
Le **Centre Communal d'Action Sociale (CCAS)** est un lieu où vous pouvez rencontrer un.e professionnel.le pour faire des demandes d'aide sociale, notamment la constitution de dossiers d'aide à l'hébergement ou l'octroi d'aides d'urgence. Pour toute demande, vous pouvez prendre contact en mairie (*coordonnées en fin de livret*).

1.4) LA PRÉVENTION ET LES AIDES DU SECTEUR MÉDICO-SOCIAL

En cas de doute, de question sur le développement de votre bébé, vous pouvez demander à rencontrer un médecin ou des auxiliaires de la PMI.

Le collectif **LUSKA LIAMM** peut vous accompagner dans votre réflexion, vous guider vers ces professionnels si nécessaire ou bien vous aider à dépasser certaines difficultés avec vos enfants. Il s'agit d'un collectif de professionnels de la petite enfance (orthophoniste, psychologue, psychomotricienne...) réunis en association.

En cas de problèmes plus conséquents ou durables, vous pouvez contacter le **CAMSP** (0-6 ans), le **CMPP** (0-20 ans), ou encore le **CMPI** (0-18 ans). Ces équipes de professionnels sont non payantes et coordonnées par un médecin (*coordonnées en fin de livret*).



2) À LA MAISON OU DEHORS, S'ÉVEILLER, JOUER, BOUGER!

Petit à petit, vous trouvez votre rythme avec bébé, le sommeil, les repas, les soins et ensuite vient l'envie de sortir avec lui, de lui faire découvrir le monde qui l'entoure.

2.1) SORTIR À LA RENCONTRE DES AUTRES DANS DES LIEUX D'ACCUEIL BIENVUEILLANTS POUR BÉBÉ ET SES PARENTS.

Plusieurs associations ou services proposent des temps parents-enfants, dans des espaces spécialement aménagés. Ils vous permettent de changer d'air, de rencontrer d'autres parents, d'échanger avec des professionnels, et pour votre enfant, de vivre ses premières expériences collectives sous votre regard bienveillant.

● À Plouigneau :

LE RELAIS PETITE ENFANCE (R.P.E.) propose des **temps d'éveil** environ une fois par mois le mercredi dans les locaux de la maison des enfants, gratuits sur inscription. Il propose également des ateliers à thème, des sorties, des spectacles...

L'ASSOCIATION LUSKA' propose elle aussi des **temps d'accueil** "Ti Li-amm" en itinérance sur les communes du canton de Plouigneau, pour les enfants de 0 à 6 ans accompagnés d'un adulte. Les dates et lieux d'accueil sont consultables sur internet.

● À Morlaix:

"LES COCCINELLES" est un **lieu d'accueil enfants / parents** (L.A.E.P.) situé dans les locaux du Pôle Petite Enfance de Morlaix. Cet espace gratuit, sans inscription préalable, est ouvert aux enfants de 0 à 6 ans, accompagnés de leurs parents ou de la personne en ayant la garde. Ouvert deux demi-journées par semaine par 2 accueillantes, professionnelles de l'enfance.

LE CENTRE SOCIAL CARRÉ D'AS anime des **ateliers parent-enfant** de 0 à 5 ans les mercredis de 10h30 à 12h (1€/pers) : éveil musical, éveil sensoriel, cabane à livres...



● À Plourin-les-Morlaix

"LA GALIPETTE" un espace de jeux et de socialisation ouvert aux enfants âgés de 0 à 3 ans, accompagnés d'un parent ou d'un grand-parent. L'accueil est assuré par la référente famille du centre social Ti An Oll et se déroule le vendredi matin de 9h15 à 11h15, en dehors des vacances scolaires.

2.2) SORTIR POUR S'ÉVEILLER, JOUER, BOUGER

La médiathèque propose des **SÉANCES DE BÉBÉS LECTEURS**, pour les enfants âgés de quelques mois à 3 ans, c'est gratuit mais sur inscription au 02 98 67 79 18. La **ludothèque buissonnière** propose quant à elle des **PERMANENCES** certains mardis de 16h30 à 19h dans les locaux de la médiathèque.

Et un peu plus loin à Morlaix, le **cinéma la Salamandre**, organise des **SÉANCES SPÉCIALEMENT POUR LES PARENTS** qui peuvent venir avec leurs bébés. La sonorisation est adaptée et une lumière tamisée reste allumée. Une table à langer est à disposition dans la salle et les bruits de votre bébé ne gêneront personne. <http://cinemalasalandre.blogspot.com/p/au-cine.html>

Dès l'âge de 6 mois et jusqu'à 3 ans, il est possible de faire découvrir le milieu aquatique en participant à **DES SÉANCES DE BÉBÉ-NAGEUR** à **l'espace aquatique du pays de Morlaix**.

Mais aussi...des **ATELIERS MASSAGES BÉBÉS** à la maternité, à la PMI ou au centre social Carré d'as.des **ATELIERS PORTAGES** à la maternité.... des **ATELIERS BÉBÉS SIGNEURS** ponctuellement à Carré d'As...etc

“ Les premiers mois demandent tellement d'énergie que l'on ne trouve pas forcément la force de sortir, tout semble compliqué, penser à tout ce que l'on doit prendre, l'organisation avec la poussette ou le siège auto, etc. Et pourtant lorsque j'ai enfin réussi à le faire, quel bonheur de sortir de chez soi, encore plus pour aller dans un espace où rencontrer d'autres parents de jeunes enfants et pouvoir échanger autour de toutes nos questions et nos doutes, surtout se rendre compte qu'on a souvent les mêmes et que c'était normal en tant que nouveau parent.”

MAMAN D'UN PETITE FILLE DE 1 AN.



2.3) AUTRES SORTIES : PARCS, RESTAURANTS.

Il y a de nombreux **restaurants** à Plouigneau dont certains possèdent des **ESPACES AMÉNAGÉS** pour les enfants.

Les **plans d'eau** à Plouigneau et au Ponthou sont facilement accessibles en poussette et proposent des **JEUx D'EXTÉRIEURS**.

Vous trouverez également des **AIREs DE JEUx** à côté de **la piscine, au plan d'eau et à St-Didy**.

N'hésitez pas à aller vous promener du côté des **ÉCO-PATURAGES** **rue de Bedernau, au plan d'eau et à Kerbriant**.



Nous vous laissons le plaisir de découvrir toutes les autres magnifiques balades à pied ou en poussette, **vous trouverez des itinéraires en mairie...**

3) QUAND VIENT LE MOMENT DE FAIRE GARDER BÉBÉ.

Qu'il soit maternel ou parental, la fin de votre congé peut signifier qu'il vous faut trouver un mode de garde pour votre enfant. Cela peut être vécu différemment suivant les personnes mais que l'on ait hâte ou pas, cela s'avère souvent complexe. Il vous faut d'abord trouver le mode de garde correspondant à vos besoins, puis décider de ce qui est important pour vous, pour votre enfant au regard du fonctionnement du mode de garde. Dans tous les cas, n'hésitez pas à prendre contact avec le relais petite enfance qui sera à même de vous guider.

Le relais petite enfance est un service gratuit qui se déplace pour des permanences à la mairie, les lundis de 13h30 à 17h en semaine paire.

Vous y trouverez des **RENSEIGNEMENTS** sur les différents modes d'accueil existants sur le territoire : crèche, halte-garderie, assistant maternel, accueil à domicile... ; la liste et les disponibilités des assistants maternels.

Les professionnelles du Relais vous accompagnent dans vos **DÉMARCHES ADMINISTRATIVES** ; vous guident en fonction de vos attentes, de vos besoins et de vos capacités financières ; vous proposent des **TEMPS D'INFORMATION ET D'ÉCHANGES** sur des thèmes liés à la petite enfance et à la parentalité.

Le Relais propose aussi **DES TEMPS D'ÉVEIL** en semaine sur plusieurs communes du territoire de Morlaix communauté.

3.1) LE CONFIER À UNE ASSISTANT.E MATERNELLE

Les assistantes maternelles proposent un accueil à leur domicile ou en **Maison d'assistant.e maternel.le (M.A.M.)** où elles sont regroupées. Dans les deux cas, le parent est employeur.



*Pour avoir des contacts, vous pouvez vous adresser à la mairie. Mais pour bien faire son choix et avoir toutes les informations sur le **STATUT DE PARENTS-EMPLOYEUR**, prenez rdv avec le **Relais Petite Enfance de Morlaix communauté**. Des permanences sont proposées en mairie les lundis de 14h à 17h les semaines impaires.*

“Devenir employeur en même temps que parents c’est souvent trop, ça ajoute de la charge mentale, il faut s’appuyer sur les Relais petite enfance le plus possible pour les démarches administratives, légales notamment. Et puis quand on est pas à l’aise avec un professionnel, il ne faut pas hésiter à changer.” MAMAN DE 2 ENFANTS DE 5 ET 8 ANS.



3.2) LE CONFIER À LA HALTE GARDERIE.

À Plouigneau pour un **ACCUEIL EN TEMPS PARTIEL**, vous pouvez vous adresser à la halte garderie “**Les oursons**”. La halte garderie est un **LIEU D’ACCUEIL** pour 12 enfants le matin et 10 à partir de midi. Des professionnelles diplômées de la petite enfance accueillent les petits de 3 mois jusqu’à leur entrée à l’école.

Le tarif varie selon les ressources et la composition de la famille (entre 0.22€ et 2.53€), un crédit d’impôt de 50% des sommes versées est reversé aux familles suite à leur déclaration.

L’enfant après une **PÉRIODE DE DÉCOUVERTE** y vient ensuite entre une demi-journée et trois journées par semaine maximum. La halte garderie est ouverte exclusivement en périodes scolaires, de 9h à 17h les mardis, jeudis et vendredis.

Les parents dont les enfants sont accueillis peuvent y trouver **des conseils** auprès des professionnelles de la structure.

Sur le territoire de Morlaix communauté, vous pouvez également bénéficier d’accueil à temps partiel avec la **Halte Garderie itinérante “Loustic Bian”**. Elle se déplace sur différentes communes (Cf. site pour savoir lesquelles et quels jours). Pour un accueil régulier (toutes les semaines) ou occasionnel (une fois de temps en temps), à temps partiel uniquement ; pour une heure, une demi journée ou une journée, avec un tarif adapté en fonction des ressources.

3.3) LA GARDE À DOMICILE

Certaines structures comme **ADMR, Archipel ou AS Domicile**, proposent de la garde à domicile, c'est plus cher mais vous pouvez tout de même bénéficier **D'AIDE DE LA CAF**.

Et parce que parfois on a besoin de souffler ou de se retrouver, vous pouvez demander à la mairie la liste des **babysitters** de la commune. Certain.e.s ont bénéficié d'une formation avec le service enfance jeunesse.

4) LES FORMALITÉS ADMINISTRATIVES

Qui dit nouveau membre dans la famille, dit démarches administratives, voici un petit récapitulatif des plus importantes :

- Lorsque le **LIVRET DE FAMILLE** n'a pas été délivré à la maternité, vous pouvez le demander à la mairie de la commune dans laquelle le bébé est né, tout comme les extraits d'acte naissance.
- Vous devez envoyer un **EXTRAIT D'ACTE DE NAISSANCE** à la sécurité sociale pour le rattachement aux deux cartes vitales après son premier mois de vie où il a été automatiquement rattaché à celle de sa mère.
- Il faut aussi en envoyer un à votre mutuelle qui verse parfois des primes ou encore à vos employeurs pour des compléments familiaux.
- Pour la CAF, vous pouvez **DÉCLARER LA NAISSANCE EN LIGNE** sur votre compte personnel.



5) QUI FAIT QUOI ?

QUI	QUOI	OÙ	CONTACT
MATERNITÉ	Urgence gynécologique pour la mère et prise en charge médicale du bébé (alimentation, pleurs, etc.), consultation allaitement. Gratuit.	Centre Hospitalier du Pays de Morlaix	Urgence : 02.98.62.64.89 Maternité : 02.98.62.68.37
PÉDIATRIE	Allaitement, massage et portage. Gratuit.	Centre Hospitalier du Pays de Morlaix	Pédiatrie : 02.98.62.60.50
SAGES - FEMMES LIBÉRALES	Urgence gynécologique pour la mère et prise en charge médicale du bébé (alimentation, pleurs, etc.). Remboursé.		
PMI PROTECTION MATERNELLE INFANTILE	Accompagnement, écoute, soutien sur les questions de santé, développement, éducation. Gratuit.	21 rue de Poulfanc à Morlaix	Tél. 02.98.88.99.90
CAF CAISSE DES ALLOCATIONS FAMILIALES	Soutien à la parentalité sous forme de prestations directement versées aux parents mais aussi de conseil et soutien par le service social dans le cas de situations particulières.	16 Rampe St Nicolas (accueil sans rdv le lundi, mardi, jeudi AM et vendredi, à vérifier en cas de changement..)	Accueil renseignement classique au 32.30 Rdv spécialisé sur demande de rappel

QUI	QUOI	OÙ	CONTACT
MAIRIE	Service Enfance Jeunesse (ALSH, Services périscolaires...)	Mairie de Plouigneau	Tél. 02.98.67.70.09 www.plouigneau.fr
HALTE GARDERIE LES OURSONS	Accueil à temps partiel Tarifs en fonction des revenus.	Plouigneau	Tél. 02.98.72.10.63 sur les temps d'ouverture ou par mail : hg.lesoursons@lycee-sainte-marie.fr
HALTE GARDERIE ITINÉRANTE LOUSTIC BIAN	Accueil à temps partiel Tarif en fonction des revenus.	Morlaix communauté	Tél. 02.98.63.51.23 - 06.76.28.12.73 loustic.bian@agglo.morlaix.fr
RPE RELAIS PETITE ENFANCE	Accueil, informations en lien avec les modes de gardes, animations, soutien et orientation. Gratuit.	Plouigneau et Morlaix communauté. Permanences d'accueil en mairie le lundi après-midi des semaines impaires de 13h30 à 17H	Permanences téléphoniques au 02 98 88 17 34 les lundis, mardis et jeudis le matin de 9h à 12h et les mercredis et vendredi après-midi de 13h30 à 17h. rpe@agglo.morlaix.fr

QUI	QUOI	OÙ	CONTACT
CENTRE SOCIAL CARRÉ D'AS	Ateliers parents enfants Groupe de parole de parents. Tarifs adaptés.	Morlaix	Rue Camille Langevin, 02.98.63.83.90
CENTRE SOCIAL TIANOLL	Espace parents enfants La Galipette. Groupe de parole de parents. Gratuit.	Dans les locaux de l'Espace de Vie Sociale La Courte Echelle Place Onésime Krebel 29600 Morlaix	Tél. 02.98.72.54.27 site internet : https://tianoll.com
ULAMIR-CPIE - PAYS DE MORLAIX-TRÉGOR (UNION LOCALE D'ANIMATION EN MILIEU RURAL /CENTRE PERMANENT D'INITIATIVES POUR L'ENVIRONNEMENT)	Groupe de parole de parents. Ateliers/sorties parents enfants. Gratuit.	Salle Steredenn 29620 LANMEUR	Tél. 02.98.67.51.54 ulamir@ulamir.com
LES COCCINELLES	Lieu d'accueil enfants parents Gratuit	Morlaix	Pôle petite enfance de Morlaix Rue Camille Langevin. Tél. 02.98.15.27.89
LUSKA' LIAMM	Accueil, écoute, soutien, information, orientation. Gratuit et tarifs adaptés.	Morlaix communauté	Tél. 07.49.11.70.01 https://www.facebook.com/Luska29 www.luska.org

Qui	Quoi	Où	CONTACT
PARENTEL	Service Ecoute Parents ligne d'appel (gratuit) et des entretiens en face à face (tarifs adaptés).	Morlaix	Tél. 02.98.43.21.21 Parentel Morlaix 14 allée du Poan Ben.
CAMSP CENTRE D'ACTION MÉ- DICO SOCIALE PRÉCOCE PEP29	Centre de consultations et de soins ambulatoires pour : - les enfants de 0 à 6 ans qui présentent des difficultés dans leur développement - le suivi des bébés vulnérables (conditions de naissance compliquées ou prématurité). Non payant (pris en charge par la CPAM).	Zone de Saint-Fiacre 3, rue Louis Bodélio 29600 Plourin-les-Morlaix	Tél. 02.98.88.15.15 camsp-morlaix@pep29.org
CMPP CENTRE MÉDICO PSYCHO PÉDA- GOGIQUE PEP29	Sur demande de la famille, le CMPP accompagne des enfants et des adolescents de 0 à 20 ans présentant : - des difficultés psycho-affectives et troubles psychiques - des difficultés d'apprentissage scolaire - des retards ou troubles du développement - des troubles relationnels et de la communication. Non payant (pris en charge par la CPAM).	14, rue du Poulfanc 29600 Morlaix	Tél. 02.98.88.18.62 cmpp-morlaix@pep29.org

Qui	Quoi	Où	CONTACT
<p>CMPI CENTRE MÉDICO PSYCHOLOGIQUE INFANTILE DE L'HÔPITAL DE MORLAIX</p>	<p>Le CMPI est une unité de coordination et d'accueil en milieu ouvert qui organise des actions de prévention, de diagnostic, de soins ambulatoires et d'interventions à domicile, pour des enfants de 0 à 16 ans. Une équipe pluri professionnelle met en oeuvre : accueil, consultations médicales, bilans, rééducations, psychothérapies et orientations. Non payant (pris en charge par la CPAM).</p>	<p>Hôpital de Morlaix Rue Kersaint Gilly Morlaix</p>	<p>Tél. 02.98.62.61.83 ou 02.98.62.28.39</p>
<p>KAIROS</p>	<p>Accompagnement systémique, thérapie familiale et conjugale. Tarifs adaptés.</p>	<p>39 Rue de Brest 29600 Morlaix</p>	<p>Tél. 06.51.39.13.21</p>
<p>CONSULTATION FAMILIALE CHPM</p>	<p>Thérapie familiale (approche systémique). Non payant (pris en charge par la CPAM).</p>	<p>Centre hospitalier du pays de Morlaix Bâtiment les Charbonnerets - Secteur 5 (Entrée par le Rue de Brest)</p>	<p>Tél. 02.98.62.64.18</p>

6) QUAND VOTRE ENFANT IRA PLUS LOIN...



Pour l'inscrire À L'ÉCOLE ET À L'ALSH cela se fait via le [portail familles plovigneau.portail-defi.net](https://plovigneau.portail-defi.net) ou en contactant la responsable enfance jeunesse en mairie.

Pour les **ACTIVITÉS PÉRI-SCOLAIRES**, vous trouverez la liste des associations ignaciennes en mairie et sur le site www.plovigneau.fr.

N'hésitez pas à reprendre contact avec la **CAF** qui propose des **AIDES SPÉCIALES** pour la rentrée scolaire...

7) DES RESSOURCES

7.1) SITES INTERNETS

<https://www.morlaix-communaute.bzh/Grandir/Petite-enfance-0-6-ans>
<https://cartofamillesmorlaixco.gogocarto.fr/>
monenfant.fr
infoparent29.fr
www.1000-premiers-jours.fr/fr
[/www.luska.org](http://www.luska.org)

7.2) BIBLIOGRAPHIE.

Dr Balzamo, 2010, Guide de santé pour les enfants de 0 à 14 ans, Broché

Dr Philippe Grandsenne, 2019. Bébé dis moi qui tu es: Vivre avec sérénité les premiers mois avec votre bébé, Poche.

H. Junier, 2019 Le manuel de survie des parents: pour affronter toutes les situations de 0 à 4 ans, Interédition, Broché

MEs P'TITES NOTES

UN LIVRET FINANCÉ PAR :

