

QUI CONTACTER DANS LES PYRÉNÉES-ORIENTALES POUR ÊTRE SOUTENU EN TANT QUE PARENT ?

(Flashez les QR code ou clic dessus pour accéder aux informations en ligne)

RV sur
parents66.fr pour
en savoir plus sur les
actions de soutien
aux parents

Vous êtes séparés depuis moins de 24 mois ou en projet de séparation : un accompagnement vous est proposé que votre enfant soit à votre charge ou non



Un parcours « séparation » est proposé par la Caf afin de faciliter l'accès aux droits et aux services pour éviter que cet événement perturbe l'équilibre familial : information, appui aux démarches, au versement et au recouvrement des pensions alimentaires, orientation vers des partenaires et accompagnement social si besoin.

Prise de rendez-vous en ligne -->



Les services de médiation familiale : une plateforme départementale



Temps d'écoute et d'échanges en présence d'un professionnel tiers neutre et impartial, pour mieux comprendre la situation et prendre de la distance, apaiser le conflit, rétablir la communication, identifier les besoins de chacun et les différences de valeurs, élaborer des accords et prévenir des conflits futurs.

Médiation entre parents dans une situation de séparation/divorce et médiation parent/adolescent lors de rupture de lien.

Sur rendez-vous après une décision de justice ou spontanément à la demande d'un (des) parent(s).

Entretien individuel d'information gratuit ; séances communes de médiation payantes selon un barème national établi en fonction des revenus (à partir de 2 euros/personne).

43 rue Paul Rubens - PERPIGNAN - ☎ 04 68 50 84 99 - mediation-familiale@orange.fr

Le Point rencontre

Le Point rencontre s'adresse à toute situation où l'exercice d'un droit de visite est interrompu, difficile ou trop conflictuel. Il permet de maintenir le lien entre l'enfant et le parent avec lequel il ne vit pas, ou avec tout autre membre de son entourage familial. Des enfants, des adolescents et leur père, leur mère, leurs grands-parents viennent s'y rencontrer.

Ce service gratuit est animé par une équipe de professionnels et accessible soit spontanément par le parent qui en formule la demande, soit, à la suite d'une ordonnance de jugement.

Les rencontres sont préparées et programmées lors d'un rendez-vous avec le coordonnateur.

52 rue du Maréchal Foch - PERPIGNAN (centre ville) - ☎ 04 68 34 21 93 - pointrencontre66@orange.fr

Les services d'aide et d'accompagnement à domicile



Votre quotidien est bousculé par un changement, dans votre organisation familiale et vous ne savez plus où donner de la tête? Un conseil : ne laissez pas la situation empirer. Un professionnel de l'aide à domicile peut vous accompagner dans votre rôle de parent.

La Caf et la MSA financent une grande partie de l'intervention ; une participation financière est demandée à la famille, calculée en fonction de son quotient familial (26 centimes à 11,88 de l'heure).



Maintenir le lien parent-enfant et son rôle de parent en cas de séparation

Quand le couple se sépare, il n'est pas toujours simple de maintenir une relation apaisée avec celui ou celle qui a partagé notre vie. Toutefois, lorsque chacun.e se positionne en tant que parent et non comme « ex-conjoint.e » il est possible de rechercher ensemble ce qui conviendra le mieux aux enfants.

Les préserver de la rancœur et du conflit parfois qui opposent leurs parents, trouver un appui dans l'organisation familiale ou pour restaurer la communication, permettra aux enfants de maintenir des liens avec chacun de leurs parents et de se développer dans un cadre sécurisant.

Divers services proposés dans le département des Pyrénées-Orientales peuvent vous aider à traverser cette période.

« La séparation a été très dure avec beaucoup de violence dans les paroles.

Ça transformait la moindre discussion autour des enfants en règlement de compte.

Je n'avais plus envie de faire des concessions. Peu à peu le dialogue s'est rompu et nos enfants passaient d'une maison à l'autre sans savoir ce qu'ils avaient le droit de dire.

Là on s'est dit qu'on avait besoin de soutien pour trouver la juste mesure des choses. »

« Quand ma femme m'a annoncé qu'elle voulait qu'on se sépare, je suis tombé des nues. J'ai été dévasté, perdu, en colère. Il m'a fallu un peu de temps pour retrouver un peu de sérénité et me rendre compte que notre fille avait besoin que je redonne la priorité à ma place de Papa.

J'ai vraiment apprécié d'être soutenu par un réseau de professionnel pour passer cette période difficile. »

« Nos enfants réagissaient différemment à la séparation. Emma, 12 ans, n'en parlait pas.

D'ailleurs elle parlait de moins en moins.

Luc était agressif avec nous et à l'école il avait du mal à se concentrer.

On a trouvé de l'aide pour les accompagner et ça nous a ouvert les yeux sur l'importance de trouver le moyen de fonctionner en tant que parents séparés »



DES RESSOURCES EN LIGNE POUR LES PARENTS EN VOIE DE SEPARATION OU SEPRES...

(Flashez les QR code ou clic dessus pour accéder aux informations en ligne)

La séparation : les enfants, les aides, les sentiments, les personnes à contacter (4 courtes vidéos)



Épargner les enfants face à la séparation (vidéo - 2min54)



On se sépare, comment préserver nos enfants ? On se dit tout ! - La Maison des parents (vidéo - 1h27)



Médiation familiale : Qu'est-ce que c'est ? (L'instant médiation ! #1 - vidéo - 3min14)



La place des enfants en médiation familiale (vidéo - 4min)



Livrets destinés aux parents sur les besoins des enfants et leurs réactions face à la séparation



Livrets apportant des informations précises sur l'autorité parentale, les responsabilités parentales, la coparentalité



Des livres pour aborder la séparation avec ses enfants



Ligne d'écoute, gratuite accessible du lundi au vendredi de 10h à 18h

 **enfance & partage**
stopconflit

0 800 05 12 34 Service & appel gratuits

