



Guide de la parentalité

evrycourcouronnes.fr   


Ville d'évry
courcouronnes

Édito

Évry-Courcouronnes est un territoire riche de ressources dont les parents peuvent se saisir au quotidien.

Les services proposés par la municipalité, l'important tissu associatif et les institutions présentes sur notre territoire attestent du volontarisme collectif en matière éducative et de parentalité, en offrant une diversité d'activités, d'accompagnement et de soutien.

La création récente du guichet expert famille ou le déploiement d'un nouveau Bus des parents numérique illustrent l'adaptation continue du service public local rendu aux familles et l'innovation comme levier pour aller au-devant de leurs besoins.

Un outil pratique, pour le quotidien des familles

Ce guide a pour ambition d'être un outil pratique dans votre quotidien avec vos enfants. En plus de recenser de nombreux contacts de structures, il aborde des sujets variés qui vous concernent et vous apporte un premier niveau de réponse. Il s'efforce par ailleurs de vous donner des idées, des pistes qui peuvent nourrir votre rôle de parents.

La conception de ce guide est le résultat d'un travail collaboratif avec les acteurs associatifs et institutionnels du territoire ainsi que les acteurs municipaux et des parents, tous investis au quotidien à vos côtés.

À ce titre, le guide parentalité d'Évry-Courcouronnes est le fruit d'un partage réel de connaissances entre professionnels et parents. Bonne lecture

Stéphane BEAUDET
Maire d'Évry-Courcouronnes
Président délégué de la Communauté
d'agglomération Grand Paris Sud

Christian PIGAGLIO
Maire adjoint en charge du handicap,
de l'inclusion et de la parentalité

Publication de la Ville d'Évry-Courcouronnes (juin 2022). Direction de publication : Stéphane Beudet. Rédaction et coordination éditoriale : Catherine Lengellé. Maquette : service communication Ville d'Évry-Courcouronnes avec Alinea. Impression : Print Price.

Le Guichet famille

Créé en 2021, le Guichet famille est votre porte d'entrée unique vers l'ensemble des services concernant votre famille et l'accueil de vos enfants, de la crèche à l'école et la cantine aux activités périscolaires et extrascolaires.

Les missions du Guichet famille :

- Calcul du quotient familial
- Accueil petite enfance (inscriptions en crèche)
- Inscription scolaire (maternelle et élémentaire)
- Inscription aux activités sportives (mercredis et stages sportifs)
- Inscription à l'École des arts
- Inscription « Dimanche à la mer »
- Encaissement de certaines factures (restauration, périscolaire...)
- Renseignements sur tous les sujets « famille » et si nécessaire orientation vers les services concernés
- Accompagnement à l'utilisation des services aux familles sur Internet

Adresse

Clos de la Cathédrale - place des Droits de l'Homme et du Citoyen

Le Guichet famille reçoit sur place aux horaires suivants :

Lundi : 9h-12h / 13h30-16h30

Mardi : 13h-16h30

Mercredi : 9h-12h / 13h30-16h30

Jeudi : 9h-12h / 13h30-18h30

Vendredi : 9h-12h / 13h30-16h30

Le Guichet famille assure une permanence téléphonique aux horaires suivants :

Lundi : 9h-12h30 / 13h30-17h

Mardi : 13h-17h

Mercredi : 9h-12h30 / 13h30-17h

Jeudi : 9h-12h30 / 13h30-17h

Vendredi : 9h-12h30 / 13h30-17h

Contactez le Guichet famille par téléphone : 01 60 91 07 00

Tous vos services en ligne sur : evrycourcouronnes.fr



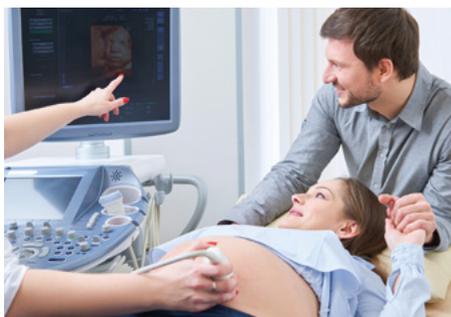
1. Vous attendez un enfant 6

Vous êtes enceinte 8

- Vos démarches
- Vos droits
- Le suivi de votre grossesse
- Si vous rencontrez des difficultés
- Votre accouchement

Vous adoptez 11

- Vos démarches



2. Votre enfant arrive 12

Vos démarches 14

- Déclarer la naissance de votre enfant

Vos aides financières et vos congés 15

- Vos congés
- Vos aides financières

Les modes de garde 18

- Vous gardez votre enfant
- Vous faites garder votre enfant
- Mon enfant est malade : mes droits de salarié-e



3. Vous êtes parent 22

I. Les droits et les devoirs 24

Les droits et les devoirs d'un parent

- L'autorité parentale et ses limites
- Violence : ce que dit la loi
- La responsabilité juridique des parents

Les droits de l'enfant 26

II. Santé et bien-être 28

Le développement de votre enfant, du bébé à l'adolescent 28

- Son alimentation
- Son sommeil
- Son langage

Vie affective et sexuelle 34

Le bilan de santé	36	Loisirs et culture : pour tous les goûts	58
<ul style="list-style-type: none"> • Le carnet de santé, les vaccinations obligatoires • Le bilan de santé à l'école 		<ul style="list-style-type: none"> • Les Accueils de loisirs pour les 3-11 ans • Les structures « jeunesse » à partir de 11 ans • Les Maisons de quartier-Centres sociaux : culture, loisirs, sports 	
La santé mentale et psychique	38	L'enseignement artistique et culturel	61
<ul style="list-style-type: none"> • Se faire aider • Addictions et conduites à risques • Le harcèlement à l'école 		Les compétences psychosociales	65
Les principaux professionnels de santé	42	Les outils numériques : bien les utiliser	67
III. Scolarité	45	<ul style="list-style-type: none"> • Les écrans : un risque de surexposition • Le téléphone portable : le moins possible 	
Mon enfant va à l'école	46	VI. La parentalité positive	67
<ul style="list-style-type: none"> • Mon enfant entre à l'école maternelle • Mon enfant entre en primaire • Mon enfant entre au collège, au lycée • Parents d'élèves : leur rôle • Quelle orientation scolaire et/ou professionnelle pour mon enfant ? 		<ul style="list-style-type: none"> • Les lieux d'accueil enfants-parents (LAEP) • Les ateliers parents-enfants des Maisons de quartier-Centres sociaux • Les médiathèques pour partager le plaisir de lire • Les ludothèques pour jouer ensemble • Le sport en famille 	
Accompagnement à la scolarité	51	VII. Les difficultés	71
<ul style="list-style-type: none"> • En primaire : une aide aux devoirs au sein de l'école • Au collège : le dispositif « Devoirs faits » • Au lycée : un accompagnement pendant le temps scolaire • Du primaire au collège : une aide aux devoirs dans les Maisons de quartier-Centres sociaux 		Éducation, scolarité...	
Persévérance scolaire	52	<ul style="list-style-type: none"> • Les dispositifs d'aide aux parents 	
<ul style="list-style-type: none"> • L'École, J'y Tiens (EJT) 		Les difficultés financières	72
IV. Éduquer à la citoyenneté	53	<ul style="list-style-type: none"> • Le Guichet solidarité de la Ville 	
Fille ou garçon : la même éducation	54	Les violences	75
La laïcité : c'est quoi ?	56	<ul style="list-style-type: none"> • La médiation familiale • Le Réseau de prévention des violences sexistes et intrafamiliales 	
V. L'épanouissement de mon enfant	58	Vivre une séparation, un divorce	76
Sport : des pistes pour bouger	58	<ul style="list-style-type: none"> • Le Point d'Accès au Droit 	
<ul style="list-style-type: none"> • Initiation sportive spéciale « enfants » • Les parcs de la Ville : pour jouer et bouger 		Vivre un deuil	79
		<ul style="list-style-type: none"> • Deuil d'un enfant : être soutenu 	
		Vos adresses essentielles	82



**Vous
attendez
un enfant**



Vous êtes enceinte

VOS DÉMARCHES

Dès la confirmation de votre grossesse, votre médecin vous remettra un formulaire de déclaration de grossesse que vous devrez adresser à votre centre de sécurité sociale et à la Caisse d'Allocations Familiales (déclaration à effectuer impérativement avant la fin du 3^e mois – lire page 16 « Aides financières »). Votre centre de sécurité sociale vous informera alors par courrier des examens obligatoires à réaliser au cours de votre grossesse et vous adressera le guide de surveillance médicale de votre futur enfant.

Si vous avez un employeur, vous pouvez l'informer de votre état mais rien ne vous y oblige avant votre départ en congé de maternité. Toutefois, le fait de l'avertir vous permet de bénéficier des avantages prévus par la loi (lire ci-dessous). Cette information peut être orale ou écrite.

VOS DROITS

Votre grossesse vous ouvre des droits :

- un congé maternité rémunéré de plusieurs semaines : les salariées et les travailleuses indépendantes bénéficient d'un congé indemnisé d'au moins 16 semaines majoré en fonction des situations (grossesse multiple, arrivée d'un 3^e enfant, grossesse difficile)
- la réduction de vos horaires de travail en fonction de votre convention collective ou en accord avec votre employeur
- des autorisations d'absence pour vous rendre aux rendez-vous médicaux obligatoires.
- une protection contre le licenciement jusqu'à dix semaines après la fin de votre congé maternité, sauf en cas de faute grave non liée à votre grossesse ou pour des raisons économiques
- dans les transports en commun, les femmes enceintes font partie des usagers bénéficiaires des places prioritaires
- une carte de priorité délivrée par la caisse d'allocations familiales donne un accès prioritaire aux femmes enceintes dans les lieux publics (transports, musées, administrations... et dans les files d'attente. Cette « carte de priorité d'accès aux lieux publics » est à demander à la Caf de l'Essonne via le site internet (onglet « contacter ma Caf ») ou par courrier postal à : CAF de l'Essonne – TSA 21131 - 91013 Évry Cedex.

Retrouvez en détail vos démarches et vos droits en matière de grossesse

Caisse d'allocations familiales

www.caf.fr



Sécurité sociale

www.ameli.fr



LE SUIVI DE VOTRE GROSSESSE

Le suivi de la grossesse sous tous ses aspects peut être assuré par différent-es professionnel-les : gynécologue-obstétricien-ne, sage-femme, médecin anesthésiste... Vous pourrez les consulter à leur cabinet, dans une maternité, à la Protection Maternelle et Infantile (PMI) ou au Centre départemental de santé.



Les consultations et les examens liés à la grossesse sont tous pris en charge à 100 % par l'assurance maladie dès le 6^e mois de celle-ci et jusqu'à 12 jours après l'accouchement.

SI VOUS RENCONTREZ DES DIFFICULTÉS

Certaines situations peuvent nécessiter un accompagnement particulier : grossesses rapprochées ou grossesses gémellaires, difficultés dans la vie du couple... Un médecin ou un psychologue s'avèrent parfois nécessaires pour surmonter ces difficultés. Vous pourrez les consulter à leur cabinet, dans l'une des maternités de la ville, à la PMI et au centre médico-psychologique.

Centres de Protection Maternelle et Infantile (PMI)

Agora : immeuble Alpha,
11 boulevard de l'Europe
Pyramides : 110, place Salvador Allende
Canal : 22 allée de l'Orme Martin

Centre médico-psychologique Les Passages

34, allée Jean-Renoir – Tél. : 01 60 78 55 75



La préparation à l'accouchement

Les séances de préparation à la naissance permettent de se préparer physiquement et mentalement à l'accouchement. Les plus répandues sont disponibles dans notre commune. La préparation à la naissance et à la parentalité (appelée autrefois « préparation à l'accouchement sans douleur ») combine des informations sur l'accouchement et les soins aux bébés avec des exercices. Elle se déroule en petits groupes auxquels peuvent participer les deux parents. L'haptonomie apprend aux parents à entrer en contact avec le bébé par des caresses et des petites pressions sur le ventre de la mère qui permettent aussi de détendre les muscles lors de l'accouchement. La sophrologie vise la relaxation grâce à des techniques d'hypnose conduisant à un état de détente corporelle et à la confiance en soi.

L'assurance maladie prend en charge sept séances de préparations réalisées par un médecin ou une sage-femme à leur cabinet, dans une maternité ou à la PMI. D'autres méthodes, non remboursées dans ce cadre, peuvent vous être proposées pour compléter votre préparation : balnéothérapie, acupuncture, homéopathie... Par ailleurs, la PMI propose des ateliers de préparation à l'arrivée de bébé en petit groupe en complément de la préparation individuelle.



www.ameli.fr

VOTRE ACCOUCHEMENT

Les maternités sont classées selon trois niveaux de soins. Celles de niveau 1 sont adaptées au suivi des grossesses normales et celles de niveau 2 à celui des grossesses à risque. Les maternités de niveau 3 assurent quant à elles la surveillance et l'encadrement des grossesses à haut risque. Inscrivez-vous dans la maternité de votre choix dès 3 mois de grossesse révolus.

3 maternités à Évry-Courcouronnes

Le centre périnatal du Centre hospitalier sud-francilien (maternité de niveau 3, lire ci-dessous)

Tél. : 01 61 69 52 00 (choix 1)

Lundi au vendredi : 9h-17h. Inscription au bureau des rendez-vous avec une pièce d'identité et l'échographie du premier trimestre.

La maternité de la Clinique de l'Essonne (maternité de niveau 1)

Tél. : 01 60 87 86 81 et 01 60 87 87 87 10

lundi au vendredi : 9h30-12h30/13h30-16h
et samedi 9h-12h.

La maternité de la Clinique du Mousseau (maternité de niveau 1)

Tél. : 01 60 90 10 10.

Inscription en ligne
sur clinique-du-mousseau-evry.ramsaysante.fr



Une maternité de niveau 3 au Centre hospitalier sud-francilien

Le centre périnatal du Centre hospitalier sud francilien est une maternité de niveau 3. Cela signifie qu'il accueille les patientes dont la grossesse nécessite un environnement médical spécialisé pour la mère et l'enfant et leur prodigue un suivi spécifique précoce. Son service de néonatalogie comporte 27 lits répartis entre la réanimation néonatale, les soins intensifs et la médecine néonatale. À noter qu'un lit est mis à la disposition des parents 24h/24. Les grossesses ne présentant pas de risque particulier peuvent aussi être suivies à la maternité du CHSF, dont les sages-femmes sont formées aux différentes postures d'accouchement.

Vous adoptez

VOS DÉMARCHES

La procédure d'adoption est longue et complexe. Sauf cas particuliers comme l'adoption de l'enfant de votre conjoint-e ou d'un membre de votre famille, vous devrez obtenir un agrément délivré par le Conseil départemental. Vous devez en faire la demande au Service des adoptions et de l'accès aux origines du Conseil départemental. Vous recevrez une brochure d'information détaillée sur l'adoption accompagnée d'un questionnaire et serez convoqué-e à une réunion d'information collective. Votre demande d'agrément sera soumise à des évaluations par des travailleurs sociaux et des psychologues du service des adoptions et d'une des Maisons départementales des solidarités.

L'objectif est de s'assurer que les besoins des enfants seront respectés et que leur adoption sera pérenne. L'agrément, délivré par une commission d'agrément, est valable pendant cinq ans. Il vous permettra de poser votre candidature auprès de tous les départements français ainsi que des organismes agréés pour l'adoption internationale.



Plus d'informations : www.essonne.fr

Service des adoptions et de l'accès aux origines

Tél. : 01 60 91 98 17 – adoptions@essonne.fr

Maison départementale des solidarités

1 bd de l'Écoute s'il Pleut – Tél. : 01 60 87 76 20

VOS DROITS

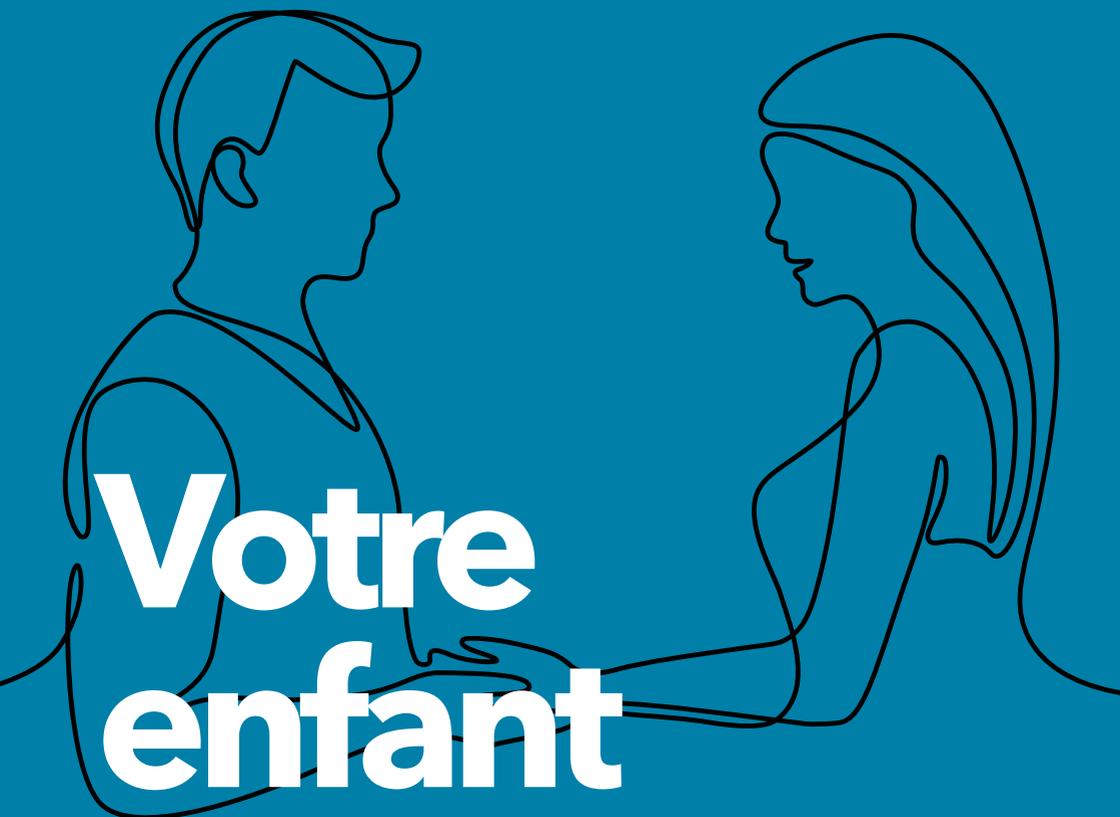
L'adoption d'un enfant en France ou à l'étranger permet à son ou ses parents adoptifs de bénéficier d'un congé de plusieurs semaines indemnisé par la sécurité sociale pour passer du temps avec lui. Sa durée varie selon la situation professionnelle du ou des parents et le nombre d'enfants déjà à leur charge.



Plus d'informations : www.ameli.fr







Votre enfant arrive



Vos démarches

DÉCLARER LA NAISSANCE DE VOTRE ENFANT

Quand ?

La naissance de votre enfant est à déclarer dans les 5 jours suivant celle-ci (à partir du lendemain). Si le 5^e jour tombe un samedi, un dimanche, un jour férié ou chômé, le délai est prolongé jusqu'au 1^{er} jour ouvrable (tous les jours de la semaine, à l'exception du dimanche et des jours fériés). Au-delà, seule une régularisation par voie judiciaire (jugement déclaratif de naissance établi par le tribunal de grande instance), avec l'aide d'un avocat, permet d'inscrire un enfant sur les registres d'état civil. À noter qu'une déclaration hors délai légal est passible de sanctions judiciaires (amende de 3 750 € et peine d'emprisonnement de six mois).

Par qui ?

La déclaration est à faire par une personne ayant assisté à l'accouchement : l'autre parent (le père ou la 2^e mère), le médecin, la sage-femme...

Où ?

La déclaration est à faire à la mairie du lieu de naissance. Dans certains établissements hospitaliers, un officier d'état civil assure une permanence au sein du service de maternité pour enregistrer les déclarations de naissance. L'acte de naissance est rédigé aussitôt par un officier d'état civil et si le foyer n'en possède pas déjà un, un livret de famille est créé immédiatement.

Comment ?

Certaines pièces sont à fournir : attestation du médecin ou de la sage-femme, déclaration du choix de nom, justificatif de domicile ou de résidence de moins de 3 mois si l'enfant n'a pas encore été reconnu, carte d'identité du ou des parent(s), livret de famille pour y inscrire l'enfant s'il en existe déjà un, acte de reconnaissance de l'enfant si celui-ci a été établi avant la naissance, acte de reconnaissance conjointe anticipée établie devant notaire dans le cas de deux mères. À noter que si les parents ne sont pas mariés, la déclaration de naissance ne vaut pas reconnaissance, sauf pour la mère si elle est désignée dans l'acte de naissance. Pour le père, une démarche de reconnaissance volontaire doit être effectuée.

Plus d'informations :



• evrycourcouronnes.fr



• www.service-public.fr



La reconnaissance conjointe d'un enfant ayant deux mères

Un couple de femmes qui désire s'engager dans un projet d'assistance médicale à la procréation avec don de gamètes doit effectuer devant notaire, avant la conception de l'enfant, une reconnaissance anticipée.



Informations : www.service-public.fr

Vos aides financières et vos congés

Pour vous permettre d'accueillir votre ou vos enfants dans les meilleures conditions, vous bénéficiez de certains avantages : du temps pour vous en occuper plus ou moins longtemps, des aides financières pour vous équiper.

VOS CONGÉS

Le congé maternité de la mère se poursuit après la naissance pour la durée restant après déduction du nombre de jours déjà pris avant la naissance.

Le père de l'enfant, la personne marié-e à la mère ou lié-e à la mère par un Pacs ainsi que la personne vivant en concubinage avec la mère bénéficie de son côté de deux types de congés :

- un « **congé de naissance** » de 3 jours payés par l'employeur comme si la personne avait travaillé
- un « **congé de paternité et d'accueil de l'enfant** » de 25 jours (samedi, dimanche et jour férié compris) et 32 jours en cas de naissance multiple. Ce congé doit débuter immédiatement après le congé de naissance mais il peut être pris en une fois ou de manière fractionnée dans un délai de six mois après la naissance (sauf situation particulière). Un employeur ne peut pas refuser de l'accorder mais il doit être averti au moins un mois à l'avance. Les jours d'absence peuvent être indemnisés par l'assurance maladie.

Plus d'informations :



• www.ameli.fr



• www.service-public.fr



VOS AIDES FINANCIÈRES

La Caisse d'Allocations Familiales verse aux parents dans certaines conditions une « prestation d'accueil du jeune enfant » comprenant plusieurs allocations.

- **La prime de naissance** : elle est versée aux futurs parents dont le dossier à l'égard de la Caf est à jour et dont les ressources ne dépassent pas un certain plafond. Cette prime (948,27 € jusqu'au 31 mars 2022) permet de faire face aux premières dépenses nécessaires pour acquérir l'équipement utile au bien-être de l'enfant. Elle est versée en une seule fois au cours du 8e mois de grossesse. En cas de naissances multiples chaque enfant bénéficie d'une prime de naissance.



Plus d'informations : www.caf.fr

- **La prime à l'adoption** : elle est versée aux parents adoptants dont le dossier à l'égard de la Caf est à jour et dont les ressources ne dépassent pas un certain plafond. Cette prime (1 896,52 € jusqu'au 31 mars 2022) permet de faire face aux premières dépenses nécessaires pour acquérir l'équipement utile au bien-être de l'enfant. Elle est versée pour chaque enfant adopté au moment de son arrivée au foyer. Elle doit être demandée à la Caisse d'Allocations Familiales par courrier accompagné des justificatifs nécessaires.



Plus d'informations : www.caf.fr

- **L'allocation de base** : elle aide les parents à assurer les dépenses liées à l'entretien et à l'éducation de l'enfant. Elle est attribuée aux foyers remplissant les conditions générales pour bénéficier des prestations familiales et dont les ressources ne dépassent pas un certain plafond. Son montant est de 171,91 € par mois à taux plein pour chaque enfant en cas de naissance ou d'adoption multiple. Elle est versée jusqu'au mois précédent le troisième anniversaire de l'enfant en cas de naissance et pendant 12 mois dans le cas d'une adoption d'un enfant de moins de 20 ans.



Plus d'informations : www.caf.fr



La Caf facile

Pour obtenir de l'aide pour remplir votre dossier Caf ou vous connecter à son site, rendez-vous dans l'un de ses points relais :

- Point relais Caf - PIMMS (Point information médiation multi-services)
- Point relais Caf - Génération II
- Point numérique Caf - Restos du cœur (accès libre à un ordinateur)
- Point relais Caf - Hôtel de ville Évry-Courcouronnes
- Point relais Caf - Centre social Brel-Brassens
- Point d'accueil pour les sourds et malentendants
- Point relais Caf - Udaf

Informations : www.caf.fr

- **Les allocations familiales** sont versées aux foyers qui élèvent au moins deux enfants âgés de moins de 20 ans. Elles sont dues à compter du mois qui suit la naissance de chaque enfant à partir du 2e. Leur montant dépend du niveau de ressources du foyer et du nombre d'enfants à charge : au 31 décembre 2021, pour 2 enfants à charge il varie de 33,02 € à 132,08 €.



Plus d'informations : www.caf

- **Les aides personnelles au logement** (Apl, Alf, Als) sont accordées aux foyers aux revenus modestes qui ont un loyer à payer ou un prêt à rembourser pour leur résidence principale. L'Alf (Allocation de logement à caractère familial) concerne notamment les foyers qui ont des enfants nés ou à naître et ne peuvent pas bénéficier de l'Apl (Aide personnalisée au logement).



Plus d'informations : www.caf.fr



**« Bébé arrive » : une réunion
d'information avec la Caf et la CPAM**

La Caisse d'allocations familiales organise tous les deux mois, en partenariat avec la Caisse primaire d'assurance maladie et les Maisons de quartier, des séances d'information collectives sur les droits des futurs parents et les démarches à accomplir dans le cadre de l'arrivée d'un enfant. À cette occasion sont notamment présentés l'ensemble des services dans leur quartier susceptibles de les intéresser. Les futurs parents inscrits comme allocataires auprès de la Caf reçoivent une invitation. Une séance spéciale est en outre proposée chaque trimestre aux familles concernées par une naissance multiple.



Les modes de garde

VOUS GARDEZ VOTRE ENFANT

Si vous cessez ou réduisez votre activité professionnelle pour élever votre enfant, vous pouvez bénéficier d'un congé spécifique et d'aides financières.

Le parent désireux d'interrompre ou de réduire son activité professionnelle pour élever son enfant, à la suite de sa naissance ou de son adoption s'il a moins de 16 ans, peut bénéficier d'un congé parental d'éducation. Ce droit est ouvert aux salarié-es ayant au moins un an d'ancienneté dans l'entreprise qui les emploie, à compter de la naissance de l'enfant et jusqu'à ses 3 ans, ou à compter de l'arrivée au foyer de l'enfant adopté et pendant les trois ans qui suivent. Ce congé n'est pas rémunéré et le contrat de travail est suspendu pendant toute sa durée. Il est possible de le financer en utilisant les droits acquis sur le compte épargne temps. En outre, la Caf peut verser une prestation (PrePare) dans certaines conditions (lire page 21).

VOUS FAITES GARDER VOTRE ENFANT

Si vous reprenez vos activités professionnelles à la suite de votre congé maternité ou d'adoption, vous aurez à faire garder votre ou vos enfants. Plusieurs modes de garde sont disponibles dans notre ville. Dans tous les cas, il est recommandé d'entreprendre le plus tôt possible des démarches pour s'assurer de l'accueil de son enfant le moment venu dans la structure souhaitée. Les places en crèche collective, en particulier, font l'objet de longues listes d'attente et une préinscription est recommandée dès la déclaration de grossesse. Les tarifs des accueils de la Ville sont fixés selon le barème de la Caisse d'Allocations Familiales en fonction des ressources des parents et du nombre d'enfants à charge.

À noter que les établissements d'accueil collectif de la Ville proposent deux types d'accueil :

- régulier, lorsqu'un besoin d'accueil s'établit de 1 à 5 jours par semaine toute l'année ;
- occasionnel, pour les enfants dont les parents sont en recherche d'emploi, en congé parental ou sans

activité ; cet accueil dépend des disponibilités de la structure et il peut être accordé pour une durée hebdomadaire limitée et définie dans le temps. Il répond à des besoins identifiés.

La crèche collective : cette structure accueille de 10 à 65 enfants, selon les équipements, de 2 ans et demi à 3 ans, dans un environnement sécurisé pensé pour son épanouissement, son bien-être et celui de sa famille. Elle peut être publique ou privée (crèche d'entreprise). La Ville met à la disposition des Évry-Courcouronnais-es 11 crèches collectives pouvant accueillir les enfants de façon régulière ou occasionnelle.

La crèche parentale : cette structure de forme associative, gérée par des parents avec l'aide de professionnels de la petite enfance, offre un accueil similaire à celui d'une crèche collective. Les familles adhèrent à l'association et effectuent des permanences à différents postes au sein de la structure d'accueil selon un rythme défini par l'association.

La crèche familiale : de 2 à 4 enfants sont accueillis au domicile d'un-e assistant-e maternel-le employé-e par les services municipaux et des activités sont organisées à l'extérieur : jardin d'éveil avec une éducatrice de jeunes enfants, ludothèque, médiathèque, ateliers animés par une psychomotricienne... L'assistante maternelle doit obligatoirement être présente une fois par semaine au sein du service qui gère la crèche. La direction de la crèche accompagne aussi les assistantes maternelles à leur domicile.

L'assistant-e maternel-le agréé-e indépendant-e : de 2 à 4 enfants sont accueillis à son domicile, il-elle a pour employeur(s) le(s) parent(s), qui ont à trouver par eux-mêmes la personne correspondant à leur attente. Des Relais petite enfance sont mis en place par la Ville pour accompagner les parents dans le rôle de particulier employeur (aide aux démarches administratives) et les assistant-es maternel-les dans leur pratique professionnelle.

La garde à domicile : l'enfant est gardé à son domicile par une personne employée par le(s) parent(s).

Informations auprès du Guichet Famille :
voir coordonnées page 3

En savoir plus sur les modes d'accueil :
evrycourcouronnes.fr/petite-enfance



Le site monenfant.fr, publié par la Caisse d'Allocations Familiales, recense les différents accueils disponibles ainsi que la liste des assistant-es maternel-les agréé-es. Ce site conçu pour vous « accompagner dans votre vie de parent » est aussi une mine d'informations, conseils pratiques et liens vers des dispositifs utiles pour votre vie quotidienne, vos vacances, vos loisirs...

www.monenfant.fr



MON ENFANT EST MALADE : MES DROITS DE SALARIÉ-E

Que vous soyez un homme ou une femme, si vous avez besoin de vous absenter de votre travail pour vous occuper de votre enfant de moins de 16 ans malade ou accidenté dont vous assumez la charge, vous pouvez bénéficier de trois jours de congé au minimum par an. Cette durée est de cinq jours au minimum si votre enfant a moins d'un an ou si vous assumez la charge d'au moins 3 enfants de moins de 16 ans. Ces droits à congé peuvent être supérieurs si votre convention collective est plus favorable. Vous devez adresser à votre employeur le certificat médical attestant de l'état de santé de votre enfant.

Un congé de présence parentale de 14 mois au maximum peut aussi être accordé aux parents dont l'enfant à charge est atteint d'une maladie ou d'un handicap ou victime d'un accident d'une gravité particulière rendant indispensables une présence soutenue à ses côtés et des soins contraignants. Ce congé concerne les salarié-es, les demandeur-ses d'emploi indemnisé-es, les travailleur-ses non salarié-es, les VRP, les salarié-es du particulier employeur, les assistant-es maternel-les et les agents publics.



Pour en savoir plus : travail-emploi.gouv.fr



Bien-être des parents, bien-être des bébés

« Il est si petit, j'ai peur de ne pas savoir comment m'y prendre... Je ne dors pas beaucoup... Je suis anxieuse... Je suis irritable... J'ai le sentiment de perdre pied... » Après la naissance d'un enfant, plus d'une femme sur deux éprouve, pendant quelques jours, à des degrés divers, ce qu'on nomme couramment le baby-blues. C'est tout à fait normal. Une naissance apporte un changement dans la vie, le corps, le mental de la mère ainsi que dans ses relations familiales et sociales et fait parfois aussi remonter des choses du passé. Les soins au nouveau-né lui laissent peu de temps pour s'accorder du temps pour elle, ces instants précieux pour souffler, relativiser les craintes et diminuer l'anxiété.

L'objectif est donc, pour la mère comme pour l'autre parent, qui n'est pas épargné par ces bouleversements, de se recentrer sur son bien-être : faire en sorte de sortir au moins un quart d'heure pour une promenade avec bébé, profiter de son sommeil pour appeler un-e ami-e au téléphone, mettre de la musique, se faire coiffer ou masser à domicile... Plus on se sent bien, plus on éprouve du plaisir dans ses relations avec bébé et plus on lui offre un lien serein et sécurisant. C'est aussi l'assurance de retrouver plus vite son équilibre de vie.

Si la tristesse et la mélancolie s'installent au-delà de ces premières semaines, il peut s'agir d'une dépression post-partum. Celle-ci peut toucher l'un ou l'autre des parents jusqu'à environ six mois après la naissance. Mais on peut aussi la surmonter avec de l'aide. Divers lieux comme la PMI, le Centre municipal de santé... proposent des espaces de parole avec des professionnels pour être entendu-e, soutenu-e et trouver des pistes pour mieux vivre sa vie de parent.



LES AIDES DE LA CAF POUR LA GARDE DES ENFANTS

- **La PrePare** (prestation partagée d'éducation de l'enfant) est destinée à aider le parent qui cesse son activité ou la réduit pour élever son enfant. Elle peut être versée par la Caf dès le premier enfant et pour chaque nouvel enfant à condition que le foyer remplisse les conditions générales pour bénéficier des prestations familiales.

Le montant de la PrePare est calculé en fonction des revenus et des cotisations vieillesse du parent qui cesse ou réduit son activité. Il s'élève jusqu'au 31 mars 2022 à 398,79 € par mois en cas de cessation totale d'activité, 257,80 € par mois pour une durée de travail conservée inférieure ou égale au mi-temps et 148,72 € pour une durée de travail conservée comprise en 50 % et 80 %. S'il s'agit d'un enfant unique, la PrePare est versée au maximum jusqu'à l'âge de 1 an de l'enfant. Dans le cas d'un couple, chaque parent peut en bénéficier pendant six mois au maximum. Ces droits sont majorés en présence d'autres enfants dans le foyer ou de naissances multiples.



Plus d'informations : www.caf.fr

- **Le complément du libre choix du mode de garde** est attribué aux parents qui ont une activité professionnelle et font garder leur enfant, soit, au moins 16 heures par mois, par un-e assistant-e maternel-le agréé-e par les services de la Protection Maternelle et Infantile ou un-e assistant-e maternel-le employé-e par une association ou une entreprise habilitée, soit dans une micro-crèche (au minimum 16 heures par mois). Le montant du complément dépend à la fois de l'âge de l'enfant gardé, des revenus du foyer et du nombre d'enfants au sein du foyer.



Plus d'informations : www.caf.fr

- **L'allocation d'éducation de l'enfant handicapé** est une aide pour les soins et l'éducation de votre enfant de moins de 20 ans porteur d'un handicap entraînant une incapacité d'au moins 50 %. Ce dernier est apprécié par la Cdaph (Commission des droits et de l'autonomie des personnes handicapées), qui décide aussi de l'attribution de cette allocation et de sa durée de versement et de son montant (au minimum 132,74 € jusqu'au 31 mars 2022). La demande d'aide est à adresser à la Maison départementale des personnes handicapées (lire p. 21).



Plus d'informations : www.caf.fr

- **L'allocation journalière de présence parentale** peut vous être allouée pour vous occuper de votre enfant gravement malade, accidenté ou handicapé âgé de moins de 20 ans. Elle est accordée sur avis favorable du contrôle médical de l'assurance maladie et n'est pas cumulable avec certaines autres aides. Elle est accordée par périodes de six mois à un an, dans la limite de trois ans pour une même pathologie. Son montant quotidien jusqu'au 31 mars 2022 est de 43,87 € pour un couple et 52,13 € pour une personne seule, dans la limite de 22 jours d'absence par mois.



Plus d'informations : www.caf.fr



• **Au Centre municipal de santé, l'équipe médicale soutient les parents en difficulté, les aide à maintenir ou rétablir les liens parents-enfants et oriente si nécessaire les familles vers d'autres professionnels (lire page 43).**

- **Dans les PMI, sont proposées des consultations avec des psychologues, des ateliers (massage, portage...) qui favorisent les liens avec votre enfant ainsi que des lieux accueils d'accueil parent-enfant (lire pages 70 et 82).**





**Vous
êtes
parent**



I. Les droits et les devoirs

Les droits et les devoirs d'un parent

L'AUTORITÉ PARENTALE ET SES LIMITES

L'autorité parentale confère au(x) parent(s) des droits et met à leur charge des devoirs vis-à-vis de leur enfant mineur. Droits et devoirs sont étroitement imbriqués. Parmi les droits : celui fondamental de vivre avec son enfant mais aussi de prendre des décisions à sa place, de choisir son mode de scolarisation et d'éducation. Les devoirs consistent à veiller sur la sécurité de l'enfant, le nourrir, l'héberger, prendre des décisions médicales le concernant, surveiller ses relations et ses déplacements... Mais aussi lui prodiguer une éducation intellectuelle, civique, professionnelle (formation à un métier) et administrer ses biens sans toutefois les vendre. Chaque parent est tenu de contribuer à ses devoirs en fonction de ses ressources et des besoins de l'enfant.

Selon les cas, l'autorité parentale peut être exercée en commun par les 2 parents ou par un seul. Lorsqu'elle est exercée conjointement, chaque parent peut accomplir certains actes sans réclamer l'accord de l'autre parent : autorisation de sortie scolaire, réinscription scolaire, demande de dérogation à la carte scolaire... En revanche, l'autorisation de chaque parent est obligatoire en cas d'intervention chirurgicale urgente. Les désaccords éventuels entre parents sont tranchés par le juge aux affaires familiales. Dans certaines circonstances, le juge peut aussi déléguer provisoirement l'autorité parentale à une tierce personne, de manière partielle ou totale, volontaire ou forcée.



Plus d'informations : service-public.fr



L'autorité parentale en cas de séparation

La séparation des parents ne met pas fin à l'autorité parentale. Toutefois, le juge des affaires familiales peut décider, dans l'intérêt de l'enfant, en cas de circonstances particulières, que l'autorité parentale sera exercée par un seul parent. L'autre parent conserve le droit et le devoir de surveiller l'entretien et l'éducation de l'enfant. À cet effet, il doit être tenu informé des choix importants relatifs à la vie de son enfant et il doit contribuer à l'obligation d'entretien de l'enfant (pension alimentaire). Le juge peut lui accorder un droit de visite et d'hébergement sauf en cas de motif grave et dans l'intérêt de l'enfant.

Plus d'informations :
www.service-public.fr





VIOLENCE : CE QUE DIT LA LOI

Simple réprimande ou violence ? Le repère est simple : si ça fait mal, si c'est humiliant, si c'est répété... c'est de la violence ! La violence, qu'elle soit physique, verbale ou psychologique, est constitutive d'une infraction pénale punie par la loi, avec des circonstances aggravantes lorsqu'elle s'exerce envers une personne de moins de 15 ans.

Lire aussi page 69 « Une éducation bienveillante ».

LA RESPONSABILITÉ JURIDIQUE DES PARENTS

« Le père et la mère, en tant qu'ils exercent l'autorité parentale, sont solidairement responsables du dommage causé par leurs enfants mineurs habitant avec eux », précise l'article 1242 du code civil. Les conséquences pécuniaires de cette responsabilité rendent particulièrement importante la souscription d'une assurance couvrant la responsabilité du fait des actes des enfants mineurs.



Le Point d'accès aux droits

Nul n'est censé ignorer la loi. Il vaut donc mieux être bien conseillé pour ne pas risquer de l'enfreindre ou pour faire reconnaître ses droits si on est victime d'un dommage. Le Point d'accès au droit, qui est l'un des Points-justices labellisés par le ministère de la Justice, délivre une information juridique aux habitants. Plus de 15 professionnels du droit assurent des permanences gratuitement et en toute confidentialité : avocats, notaires, juristes spécialisées en droit de la famille, en droit des étrangers et en matière de violences faites aux femmes. Le délégué du Défenseur des droits des enfants assure aussi une permanence.

Plus d'informations : Mairie annexe – 10 rue du Marquis de Raies – du lundi au vendredi 9h-12h et 13h30-17h – Tél. : 01 60 91 07 88 – cdad-essonne.justice.fr



Les droits de l'enfant

Votre enfant est, dès sa naissance, une personne avec des droits qui sont garantis par la Convention internationale des droits de l'enfant, adoptée par l'Organisation des Nations unies le 20 novembre 1989. Ce texte signé par 195 pays est une grande avancée en matière de protection des enfants. C'est en effet la première fois de l'histoire qu'un texte international reconnaît explicitement les moins de 18 ans comme des êtres à part entière, porteurs de droits sociaux, économiques, civils, culturels et politiques – des droits fondamentaux, obligatoires et non négociables.

Ce texte a plus qu'une portée symbolique car les États signataires se sont engagés à défendre et à garantir les droits de tous les enfants sans distinction et à répondre de leurs actions en ce sens devant les Nations unies. Ils sont tenus à cet effet de publier régulièrement des rapports contrôlés par un comité d'experts indépendants.

La Convention internationale des droits de l'enfant

Les 54 articles portent sur :

- le droit d'avoir un nom, une nationalité, une identité
- le droit d'être soigné, protégé des maladies, d'avoir une alimentation suffisante et équilibrée
- le droit d'aller à l'école
- le droit d'être protégé de la violence, de la maltraitance et de toute forme d'abus et d'exploitation
- le droit d'être protégé contre toutes les formes de discrimination
- le droit de ne pas faire la guerre, ni la subir
- le droit d'avoir un refuge, d'être secouru, et d'avoir des conditions de vie décentes
- le droit de jouer et d'avoir des loisirs
- le droit à la liberté d'information, d'expression et de participation
 - le droit d'avoir une famille, d'être entouré et aimé



Pour en savoir plus : www.unicef.fr

Le Défenseur des droits : les enfants aussi

Le Défenseur des droits est représenté dans notre ville par deux délégués. Ces bénévoles sélectionnés pour leurs qualités personnelles (capacité d'écoute, d'analyse et de synthèse, de rédaction...) ont pour mission d'aider les personnes qui rencontrent des difficultés dans leurs relations avec les services publics ou sont discriminés mais aussi de faire respecter les droits des enfants. À Évry-Courcouronnes, les délégués du Défenseur des droits assurent une permanence une fois par semaine. Un enfant peut les consulter sans être accompagné d'un adulte. Les consultations ont lieu sur rendez-vous :

- le mercredi à la préfecture, boulevard de France. Tél. : 01 69 91 96 64
- le jeudi au Point d'accès au droit, 10 rue du Marquis de Raies. Tél. : 01 60 91 07 88.

Plus d'informations : defenseurdesdroits.fr

**« Mercredi, j'en parle avec mon avocat ! »**

Les jeunes de moins de 18 ans peuvent être reçus par un avocat gratuitement et sans rendez-vous, de manière anonyme et confidentielle, tous les mercredis de 14h à 17h, même pendant les vacances scolaires.

Maison de l'avocat, 11 rue des Mazières (face au palais de justice)

Tél. : 01 60 77 55 81 ou 01 60 77 00 28.

**Enfance en danger : le 119 (appel gratuit)**

Le Service national d'accueil téléphonique de l'enfance en danger permet de joindre des écoutants, professionnels de l'enfance, lorsqu'un enfant est en situation de danger : violences psychologiques, physiques et sexuelles, négligence, délaissement, expositions aux violences conjugales, inceste, racket, cyber harcèlement, dérives sectaires, jeux dangereux...

Le 119 est joignable 24h/24-7 jours sur 7.

Plus d'informations : www.allo119.gouv.fr

**Le PAD Jeunes Essonne**

Le PAD (Point d'Accès aux Droits) Jeunes Essonne favorise l'accès à l'information juridique pour les jeunes de moins de 30 ans éloignés ou ne fréquentant pas les structures d'accès au droit classiques. Il vise à lever toutes les difficultés susceptibles d'entraver l'insertion sociale et professionnelle de ces jeunes (casier judiciaire, titre de séjour et autorisation de travail, amendes, litiges salariaux, endettement, droits sociaux...) tout en visant leur mobilisation et leur autonomisation.

Permanence téléphonique hebdomadaire sur rendez-vous via le numéro vert 0 805 829 129.



Je suis grand-parent : mon rôle et mes droits

Les grands-parents sont appelés à jouer un rôle important auprès de leurs petits-enfants et le lien avec eux est parfois très fort. Après les parents, ils peuvent en effet faire partie des figures d'attachement de l'enfant. N'ayant pas à assumer la charge de l'autorité parentale et bénéficiant de davantage de temps libre quand ils sont à la retraite, les grands-parents peuvent d'autant mieux privilégier les échanges positifs avec les enfants en participant à loisirs et des activités communes (lire page 69 et suivantes).

Le rôle des grands-parents est identifié par la législation. Celle-ci reconnaît à l'enfant le droit d'entretenir des relations personnelles avec ses grands-parents. En cas de conflit avec le(s) parent (s), le(s) grand(s)-parent(s) peuvent en effet demander une médiation familiale et saisir le juge aux affaires familiales du lieu où vit l'enfant. Le juge aux affaires familiales peut décider d'attribuer au(x) grands-parent(s) un droit de visite ou de refuser celui-ci, selon la situation familiale et en fonction de l'intérêt de l'enfant.



Pour en savoir plus : www.service-public.fr

II. Santé et bien-être

Le développement de votre enfant, du bébé à l'adolescent

De ses premiers jours à l'âge adulte, votre enfant va franchir un certain nombre d'étapes et votre rôle consiste à l'accompagner sur ce parcours en lui offrant les meilleures conditions pour son épanouissement physique et mental. Alimentation, sommeil, développement psychomoteur... : ses besoins vont évoluer au fil du temps. Voici quelques repères pour vous guider en gardant à l'esprit qu'il est nécessaire de les adapter pour respecter le rythme de votre enfant.

Pour en savoir plus :



• www.monenfant.fr



• www.mpedia.fr

SON ALIMENTATION

L'alimentation dès la naissance remplit plusieurs fonctions : nutrition, plaisir, socialisation, identité. Au cours des premiers 36 mois, elle passe du lait maternel ou des préparations pour nourrisson à une cuisine familiale diversifiée. Voici quelques repères alimentaires tirés de l'« Avis relatif à la révision des repères alimentaires pour les enfants âgés de 0-36 mois et de 3-17 ans » du Haut Conseil de la santé publique. Gardez toutefois à l'esprit qu'il s'agit de simples repères à adapter à chaque enfant en prenant si nécessaire conseil auprès des professionnel·les de la petite enfance.

De la naissance jusqu'à 4-6 mois

Le lait est recommandé et, quand c'est possible, le lait maternel, comme le souligne l'OMS (Organisation mondiale de la santé). Attention à être à l'écoute du bébé, en particulier s'il est nourri

au biberon, pour le nourrir quand il a faim et ne pas insister quand il manifeste qu'il n'a plus faim.

De 4-6 mois et jusqu'à 12 mois

D'autres aliments sont à proposer peu à peu en complément du lait (celui-ci reste la base avec au moins 500 ml/jour jusqu'à un an minimum) : produits laitiers, fruits, légumes, pommes de terre, produits céréaliers, légumes secs, viandes, poissons, œufs cuits et matières grasses. Pour une meilleure acceptation, il est conseillé de proposer plusieurs sortes d'aliments nouveaux en même temps et de varier ce choix chaque jour. Les plats faits maison sont à privilégier pour la variété des textures et des saveurs et le contrôle des ingrédients. Voir aussi « Diversification alimentaire menée par l'enfant » (page 30).

La mastication

Entre 8 mois et un an en moyenne pour la majorité des enfants, les aliments vont devenir progressivement solides pour éduquer l'enfant à la mastication. Il est prêt à franchir cette étape lorsqu'il maintient sa tête et son dos droits dans sa chaise, il avale les purées lisses et épaisses sans problème, il réalise des mouvements de mâchonnement en portant quelque chose à sa bouche, il peut tenir un aliment dans sa main et le porter à la bouche, il se montre intéressé par le repas (il essaie par exemple de prendre des aliments dans les assiettes des autres).



Pour que votre enfant ne déteste pas les légumes, il est important de les lui faire découvrir entre 4 et 18 mois, lors de sa période de diversification alimentaire.



***Bébé a faim :** à tout âge, il pleure, ses mouvements de bras et de jambes sont agités, sa bouche s'ouvre quand le sein, le biberon ou la cuillère approchent.*

***Bébé n'a plus faim :** il s'endort sur le sein ou le biberon, il ralentit le rythme de tétée, s'arrête de téter, recrache la tétine ou la cuillère, il tourne la tête, il cherche à descendre de sa chaise.*



De 12 à 36 mois

L'alimentation de l'enfant est variée, avec des quantités adaptées à son âge et à son appétit. C'est le moment d'adopter des habitudes alimentaires saines avec peu de produits sucrés (bonbons, crèmes dessert, glaces, boissons sucrées...), de fritures, de charcuteries, de sel et de produits salés (biscuits apéritifs par exemple).

L'allaitement maternel peut se poursuivre, de même que les laits infantiles parfois en alternance avec du lait de vache entier complété par des aliments riches en fer (légumineuses, viandes) et en vitamine C pour améliorer l'absorption du fer (agrumes). À éviter : le lait ½ écrémé (trop peu de lipides). À bannir : le lait cru.

La quantité de lait infantile recommandée est de 500 ml par jour environ à 12 mois pour diminuer progressivement au profit des aliments solides.



Les enfants de moins de 5 ans ne doivent pas consommer de fromage au lait cru ni de lait cru en raison de risques infectieux.



De 3 à 17 ans

Les besoins nutritionnels varient selon l'âge, le stade de croissance, le niveau d'activité physique de l'enfant. Mais il est important de maintenir une alimentation variée avec l'objectif de prévenir le risque d'obésité :

- des fruits et légumes cultivés si possible sans pesticides, sous toutes les formes, y compris les fruits séchés en quantité limitée
- des aliments diversifiés en privilégiant ceux que l'enfant aime
- peu de jus de fruits (maximum 1/2 verre par jour avant 11 ans, 1 verre au-delà) de préférence à base de fruits frais pressés et plutôt au goûter que lors des repas principaux
- une petite poignée de fruits à coque (noisettes, noix...) par jour, sans sucre, ni sel, ni chocolat, au goûter ou au petit-déjeuner
- des légumineuses cultivées de préférence sans pesticides
- des céréales de préférence complètes (ou semi-complètes selon la tolérance digestive de l'enfant) et cultivées sans pesticides ; non sucrées si elles sont servies au petit-déjeuner
- 3 produits laitiers par jour, de préférence les plus riches en calcium, peu salés, peu gras et peu sucrés ; alternative, les légumineuses, légumes, fruits à coque, eaux riches en calcium, boissons végétales enrichies en calcium

- du poisson 2 fois par semaine, en alternance les autres jours avec des œufs, des volailles, de la viande ; pour les préparations de type nuggets ou cordons bleus, privilégiez ceux avec le moins d'additifs possible et préférez la cuisson au four ; chez les adolescents, limitez la viande rouge à 500 g par semaine
- de la charcuterie (saucisses, pâté...) en quantité très limitée et de manière exceptionnelle, en dehors du jambon blanc, en raison de la grande quantité de sel et de gras qu'elle contient
- des matières grasses animales crues, en tartine, mais en quantité limitée
- des huiles de colza et de noix (riches en acide alpha-linolénique) ou d'olive de préférence aux huiles de tournesol ou d'arachide
- le moins possible d'aliments sucrés, et encore moins d'aliments mous, sucrés et gras à la fois, en évitant les préparations industrielles
- de l'eau pour une bonne hydratation, le moins de boissons sucrées, y compris les boissons édulcorées car elles entretiennent l'appétence pour le sucre
- le moins de sel possible au cours d'une journée, en incluant le sel des produits en conserve, fromages...



Plus d'informations : www.hcsp.fr



La diversification alimentaire menée par l'enfant

Elle consiste à proposer à votre enfant, dès qu'il peut se tenir assis dans une chaise, le dos bien droit, des petits morceaux d'aliments bien cuits de type brocolis, fruit... qu'il est capable de porter lui-même à la bouche. Ceci à faire avant d'avoir donné ni purée, ni compote, ni aliments à la cuillère. Elle permet à votre enfant de découvrir les aliments avec les mains afin de favoriser son éveil au goût et au plaisir de manger et de contribuer à débiter son autonomisation. Il s'agit d'une découverte accompagnée, à réaliser sous votre surveillance continue en veillant à ce que votre enfant déglutisse bien tout en l'encourageant et le rassurant.



Plus d'informations : decouvrir-montessori.com



REPOP : prévenir l'obésité des enfants

Le centre municipal de santé fait partie du (REPOP), réseau national de prise en charge des enfants et des adolescents (jusqu'à 18 ans) en situation de surpoids et d'obésité. Un médecin généraliste a été formé par ce réseau pour proposer des consultations de suivi avec un accueil spécifique en coordination avec un-e diététicien-ne, un-e psychologue, un-e éducateur-trice d'activités physiques adaptées à l'état de santé des enfants et des adolescent-es. La première consultation médicale, d'une demi-heure à une heure, est réglée par les patient-es dans les conditions habituelles du centre municipal de santé (tarif convention secteur 1). Les consultations par les diététicien-es et les psychologues sont prises en charge par l'ARS (Agence régionale de santé). Les prestations d'activités physiques adaptées sont assurées par l'association APA de Géant dans le cadre de visioconférences avec orientation vers des clubs de sport.



Des repas équilibrés et goûteux servis par la Ville

Dans les écoles, les crèches et les accueils de loisirs, la Ville a la volonté de servir aux enfants un repas complet, équilibré, appétissant et goûteux. Chacun comporte un ou plusieurs aliments bio et plusieurs repas entièrement bio ou végétariens sont servis chaque année afin de sensibiliser petits et grands à l'équilibre alimentaire et à l'importance de la santé dans l'assiette. Les tarifs des repas dépendent du quotient familial calculé par le Guichet famille.

Pour connaître les menus :
evrycourcouronnes.fr



SON SOMMEIL

Les besoins et les rythmes de sommeil varient d'une personne à l'autre et cela commence dès les premiers mois de la vie. Il est donc important de respecter les besoins de son enfant dans ce domaine en étant attentif à son comportement : est-il en pleine forme lorsqu'il est éveillé ? Mais aussi de favoriser les conditions de son sommeil.

Créez-lui son espace à lui avec son propre lit, un matelas ferme, des draps propres. Enlevez les jouets du lit. Évitez la lumière directe. Avant de le mettre au lit, privilégiez les jeux calmes et bannissez les écrans. Aidez-le à installer un rituel du soir qui l'aidera à se repérer dans le temps : bain, massage, chanson, lecture...

Durées de sommeil indicatives selon les âges (à adapter aux particularités des enfants : dormeur du matin ou du soir ? court ou long dormeur ?) :

De 0 à 1 an

En moyenne, jusqu'à 6 mois, l'enfant dort de 16 à 17 heures par jour. Il doit pouvoir dormir autant qu'il le veut et il est recommandé d'éviter de le réveiller. Cette durée baisse jusqu'à 13-14 heures à 1 an, dont 12 heures la nuit.

De 1 à 3 ans

La diminution du sommeil se poursuit pour atteindre 12 à 13 heures par jour à 3 ans, dont une sieste de 2 à 3 heures.

De 3 à 5 ans

12 heures de sommeil

5-6 ans

11 heures de sommeil

De 7 à 12 ans

10 à 11 heures de sommeil

Informations : sommeilenfant.reseau-morphee.fr

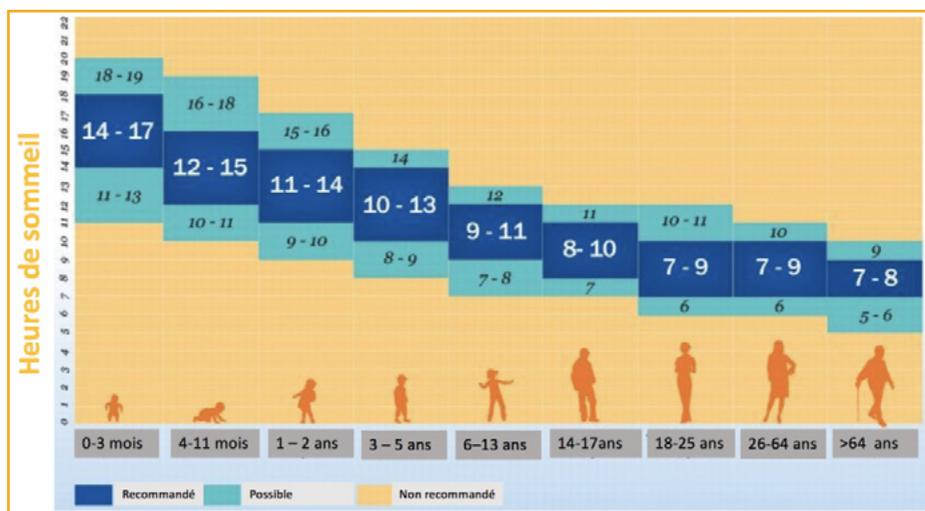


Sus aux perturbateurs du sommeil de l'enfant

Bien dormir se prépare. En faisant manger votre enfant à heures régulières, en lui faisant prendre l'air chaque jour, en le faisant se lever et se coucher tous les jours au même moment, y compris le week-end ou en vacances, en l'exposant suffisamment à la lumière le matin et peu le soir et surtout en lui faisant éviter les écrans des ordinateurs, les téléphones, les tablettes le soir. Et bien sûr en respectant ses besoins propres.



Informations :
sommeilenfant.reseau-morphee.fr



(Source : [site sommeilenfant.reseau-morphee.fr](http://sommeilenfant.reseau-morphee.fr))

Son langage

L'être humain est un être de langage avant même de parler lui-même. Ses liens avec son entourage sont tissés de langage dès ses premiers jours et il commence à apprendre le langage dès qu'il entend parler. Des études scientifiques ont montré que le cerveau de l'enfant est outillé pour entendre et analyser les sons qui l'entourent alors qu'il est encore dans le ventre de sa mère, à partir de 28 semaines de grossesse. Les réseaux du langage s'activent ensuite automatiquement dans le cerveau après la naissance. Mais pour que son langage se développe il faut aussi que vous communiquiez avec votre enfant dans votre langue maternelle. Expliquez-lui ce que vous faites, où vous allez, commentez ce qu'il fait, chantez des comptines, faites des jeux et lisez des livres adaptés aux tout-petits... Votre enfant n'en sera que mieux préparé à maîtriser lui-même le langage le moment venu. Dès ses premiers jours, il vous répondra par des mimiques, des sourires, des cris, des pleurs, des gestes et, avant même ses premiers mots, il commencera par babiller, jargonner...

Le niveau de développement du langage dans la petite enfance a un effet direct sur l'apprentissage de la lecture et de l'écriture notamment : un faible niveau de langage à 3 ans multiplie par trois les difficultés dans l'apprentissage de l'écrit.

Informations :

- presse.inserm.fr
- www.babile-magazine.com



La marche : entre 9 et 20 mois

Autour de 4 ou 5 mois, l'enfant mis sur le dos se retourne sur le ventre. Par la suite, progressivement il prend appui sur ses bras, rampe, se met en position assise puis à quatre pattes, se redresse en prenant appui avec un genou au sol, se tient debout en étant tenu, puis tout seul en équilibre. Et le voilà qui marche ! Parfois sans être passé par l'étape « quatre pattes ».

Ne forcez pas l'étape de la marche : votre enfant marchera quand il sera prêt. Oubliez les trotteurs (type Youpala) en raison des risques d'accidents graves, notamment en cas de chute. Préférez-leur les jouets « porteurs » (camions, tracteurs...) à enfourcher ou à pousser car ils favoriseront ses déplacements et sa coordination manuelle.



Pour en savoir plus :
www.mpedia.fr



Lire aussi page 71 « Des ateliers de langue française parent-enfant ».



Parler Bambin

Le programme national Parler Bambin, développé par la Ville d'Évry-Courcouronnes, vise à enrichir les échanges langagiers avec les tout-petits, de la naissance à 36 mois. Lors des ateliers Parler Bambin, les enfants sont plongés dans un bain de langage quotidien : les adultes se mettent à leur hauteur, les font parler en leur posant des questions ouvertes, reformulent leurs réponses au lieu de les leur faire répéter... Les « petits parleurs » bénéficient d'un coup de pouce supplémentaire lors d'échanges autour d'un imagier présentant des situations à décrire. Les parents sont impliqués dès le début afin de poursuivre les interactions langagières à la maison. La participation des enfants à ces ateliers est à l'initiative des professionnels de la petite enfance.



Informations : www.parlerbambin.fr

Vie affective et sexuelle

Il n'y a pas d'âge pour avoir une vie affective et sexuelle. Celle-ci commence dès tout-petit. Sans le vouloir, les enfants découvrent leurs organes sexuels, leur fonctionnement et les émotions qu'ils propagent dans leur corps. Par la suite, ils se demanderont comment on fait les bébés. Ils seront peut-être aussi confrontés à des demandes qui ne sont pas souhaitables, de la part d'enfants ou d'adultes, et ils devront être en mesure de s'en protéger, de dire « non », même à un adulte, et être par exemple capable de préserver leur intimité aux toilettes ou dans la salle de bain.

Une information sur la vie affective et sexuelle, adaptée à l'âge de l'enfant, est donc nécessaire. Plus on enseigne tôt les notions de normalité de la vie sexuelle, de respect de soi et des autres, de consentement, plus on diminue les risques de harcèlement, d'abus et de grossesses non désirées, de recours à des sites pornographiques comme seule source d'information sur la sexualité. Si vous n'êtes pas à l'aise pour parler de ce sujet avec votre enfant, sachez qu'il existe plusieurs espaces, à l'école (lire Zoom ci-dessous) et en ville, où il pourra s'informer.

Le Centre de planification et d'éducation familiale : une conseillère conjugale familiale et une infirmière répondent aux interrogations sur la sexualité et les relations affectives et sexuelles, dans le cadre d'entretiens anonymes, confidentiels et gratuits. Le centre de planification assure aussi des consultations médicales et paramédicales (sages-femmes, infirmières) gratuites en matière de contraception, de dépistage des infections génitales sexuellement transmises, de suivi de grossesse ou d'interruption volontaire de grossesse. 11 bd de l'Europe. Tél. 01 60 79 41 35

La consultation « sexe » : ce dispositif mis en place par la Ville avec la sexologue Claude Giordanella, rattachée au CDESS (Conseil départemental d'éducation en santé sexuelle), vise à prévenir les risques encourus par les adolescent-es : violences, sévices, escorting

(accompagnement rémunéré lors de soirées en discothèque), michetonnage (échanges de faveurs sexuelles contre des cadeaux)... Il s'agit de les aider à prendre conscience de ces risques et de la nécessité de développer le respect de leur corps, les moyens de se protéger, d'être entouré-e... Sur rendez-vous. Le 3e mardi de chaque mois au Centre départemental de prévention et de santé. 5 bd de l'Écoute s'il Pleut – Tél. 01 60 77 73 52.

Le Fil Santé Jeunes : ce dispositif (ligne téléphonique gratuite et site internet) du ministère de la Santé permet des échanges anonymes et gratuits sur tout ce qui concerne la santé, la sexualité, l'amour, le mal-être. Tél : 0 800 235 235 www.filsantejeunes.com

On Sex Prime : ce site « pour les jeunes, sur la sexualité des jeunes » répond de manière pratique et ludique à l'ensemble des questions que peuvent se poser des adolescent-es en matière de sexualité. Réalisé sous l'égide de l'établissement public Santé publique France – www.onsexprime.fr

Ma Contraception : ce site détaille tous les types de contraception et apporte aussi des réponses sur la conception, la grossesse... www.macontraception.fr



Le Centre départemental de prévention et de santé (CDPS) : 5 bd de L'Écoute s'il Pleut – Tél. 01 60 77 73 52 - www.essonne.com

Le Point d'accueil et d'écoute Jeunes (PAEJ) : le PAEJ accueille gratuitement et anonymement les jeunes de 10 à 25 ans rencontrant des difficultés dans tous les domaines, dont la sexualité, ainsi que leurs parents. Ce dispositif national mis en place par le ministère de la Santé est complémentaire des MDA (lire ci-dessous). Dans notre ville le PAEJ est géré par l'association Filigrane. Sans rendez-vous le jeudi de 13 h à 16 h. 11 rue des Mazières. Tél. 01.60.77.40.08 – association-filigrane.org

La Maison des adolescents de l'Essonne (MDA91) : cet espace répond de manière anonyme, gratuite et confidentielle aux questions des adolescents de 11 à 21 ans sur tous les sujets les concernant, dont la sexualité. Avec ou sans rendez-vous. 7 rue Paul Langevin à Sainte-Geneviève des Bois 91700. Tél. 01 60 15 26 22 maisondesadolescents91.fr



La santé sexuelle est associée à l'autonomie, l'émancipation, la satisfaction, le consentement, la réciprocité, l'égalité, le respect, la sécurité...



Vous vous posez des questions sur l'homosexualité, la bisexualité, le transgenre (LGBT+) ? L'association Contact répond aux questions des parents et des proches de jeunes LGBT+

www.asso-contact.org (forum de discussion, témoignages...) - Tél. 01 44 54 04 70 (secrétariat) – 0805 69 64 64 (ligne d'écoute).



Les Rendez-vous de la santé

Les Rendez-vous de la santé sont organisés chaque année par L'Atelier Santé Ville en collaboration avec plusieurs partenaires. Vous pouvez y trouver des conseils pour vivre mieux et en meilleure forme dans le cadre d'ateliers ludiques et de mises en situation. Parmi les thèmes abordés lors des précédents Rendez-vous de la santé : la santé par l'alimentation, les risques liés aux écrans, la prévention, la vie avec une maladie ou un handicap, l'accès aux droits en matière de santé et aux soins, la vaccination...



À l'école : des ateliers « Vie affective et sexuelle »

L'enseignement sur la vie affective et sexuelle est obligatoire dans le cadre scolaire depuis 2001 mais les enseignants ne sont pas formés. À Évry-Courcouronnes, la Ville organise donc des ateliers « Vie affective et sexuelle », de la maternelle au collège, à la demande des établissements scolaires. Ils sont animés par des intervenant-es, partenaires de la Ville, formés par le CDESS (Conseil départemental d'éducation en santé sexuelle).

L'enseignement est adapté à l'âge des enfants. En maternelle, il est axé sur le consentement, le respect du corps, les émotions, ce qu'il est normal d'éprouver. L'objectif est d'aider les enfants à se construire en intégrant l'idée que leur corps leur appartient, qu'on ne peut rien leur imposer sans leur accord. À partir de l'école primaire, l'intervenant-e bâtit l'atelier à partir des questions des élèves. Au collège, celles-ci peuvent être très nombreuses, notamment autour du « slut shaming » (honte par rapport à une photo de soi partagée sur les réseaux sociaux), de l'hypersexualisation...

Le bilan de santé

Le bon développement de votre enfant est à vérifier régulièrement (9 mois, 24 mois, puis tous les ans), et plus particulièrement à certaines périodes pour détecter d'éventuels troubles.

LE CARNET DE SANTÉ ET LES VACCINATIONS OBLIGATOIRES

Chaque enfant se voit attribuer à sa naissance un carnet de santé remis par la maternité. Il réunit tous les événements concernant la santé de votre enfant depuis sa naissance – inscrits avec votre accord – et constitue donc un lien entre les professionnels de santé qui interviennent pour la prévention et les soins. Il s'agit d'un document confidentiel et les informations qui y figurent sont couvertes par le secret médical. Nul ne peut exiger la présentation du carnet de santé sans votre accord. Si vous le confiez à votre enfant ou à un tiers, faites-le dans une enveloppe fermée portant la mention « secret médical ».

Il contient une partie réservée au suivi des 11 vaccinations obligatoires actuellement dans notre pays pour les enfants de la naissance à 18 mois. Les rappels, sans être obligatoires, sont recommandés, en particulier entre 6 ans et 13 ans. Votre enfant doit être à jour de ses vaccinations pour pouvoir être accepté à la crèche, la halte-accueil, l'école et l'accueil de loisirs, et vous devrez donc présenter son carnet de santé lors de son inscription.



Les 11 vaccins obligatoires pour les nourrissons

Âge approprié	1 mois	2 mois	4 mois	5 mois	11 mois	12 mois	14-18 mois
BCG*	■						
Diphtérie-Tétanos-Poliomyélite		■	■		■		
Coqueluche		■	■		■		
Haemophilus Influenzae de type b (HIB)		■	■		■		
Hépatite B		■	■		■		
Pneumocoque		■	■		■		
Méningocoque C				■		■	
Rougeole-Oreillons-Rubéole						■	■

Où faire vacciner mon enfant ?



Le Centre départemental de prévention et de santé (CDPS) :
5 bd de L'Écoute s'il Pleut – Tél. 01 60 77 73 52
www.essonne.fr



LE BILAN DE SANTÉ À L'ÉCOLE

À l'école maternelle, en petite et moyenne section, chaque enfant bénéficie d'un dépistage sensoriel (vue, audition), souvent d'un test de langage et parfois d'un bilan de santé. Ils sont réalisés par des puéricultrices et parfois des médecins de PMI afin de vérifier l'absence de retard du développement dans ces domaines. Ces tests permettent de prévenir précocement des anomalies qui pourraient retentir sur la croissance et le développement de l'enfant et affecter ses apprentissages. Il est conseillé de faire réaliser un bilan plus détaillé vers 6-7 ans (tests sur le langage, l'écriture, l'audition, la vue, le bien-être psychique...) par un médecin pédiatre ou généraliste.



Handicap : un forfait d'intervention précoce

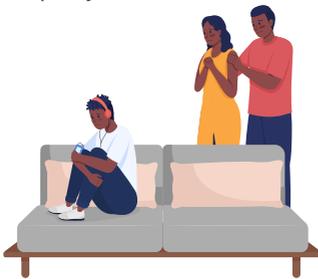
L'assurance maladie peut prendre en charge les frais de bilan et d'intervention précoce pour les enfants ayant jusqu'à 11 ans susceptibles d'éprouver des troubles du neuro-développement. Ce parcours de soin est prescrit par le médecin généraliste ou pédiatre et organisé par une plateforme de coordination et d'orientation. Il consiste en une prise en charge de prestations d'ergothérapeutes, de psychologues et de psychomotricien-nes (bilan et/ou interventions selon les besoins). Sa durée maximale est d'un an et elle n'est pas cumulable avec une AEEH (allocation d'éducation de l'enfant handicapé).

Informations : votre médecin généraliste ou votre pédiatre, le Centre municipal de santé, la MDPH.

La santé mentale et psychique

La santé mentale est tout aussi importante que la santé physique dès les tout premiers jours de la vie. L'état de santé psychique de votre enfant est influencé par ses conditions de vie et votre contexte familial. Prendre soin de la santé mentale de votre enfant, c'est donc développer un environnement favorable à son bien-être psychique. Cela passe à la fois par la satisfaction des besoins fondamentaux nécessaires à son développement et le renforcement de son estime et de sa confiance en lui.

En dépit de tous vos efforts, il reste possible que votre enfant éprouve des souffrances ou des troubles psychiques nécessitant un accompagnement adapté. C'est le cas d'un enfant ou d'un adolescent sur cinq dans le monde et un sur huit en France. Ces troubles se déclarent une fois sur deux avant l'âge de 14 ans. Une prise en charge précoce permet de favoriser une évolution favorable. Si vous êtes concerné-e par cette situation, vous pouvez vous-même bénéficier d'un accompagnement pour y faire face.



La santé est un état de complet bien-être physique, mental et social et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité. Il n'y a pas de santé sans santé mentale, rappelle l'Organisation mondiale de la santé (OMS).

SE FAIRE AIDER

Pour tout type de difficulté dans le domaine de la santé psychique, vous trouverez de l'aide auprès des organismes suivants :

Association Filigrane

Espace d'accueil, d'écoute, de soutien psychologique et de psychothérapie pour enfants, adolescents, adultes et familles. Également Point Accueil Écoute Jeunes (PAEJ) (lire page 34). Ouvert du mardi au samedi. 11 rue des Mazières – Tél. 01 60 77 40 08 – filigrane3@orange.fr – association-filigrane.org

Association Pause

Accueil et écoute individuels, consultations familiales, groupes de parole, avec des psychologues et thérapeutes familiaux. 509 patio des Terrasses de l'Agora – Tél. 01 60 78 10 10 ou 06 32 20 57 56 – association-pause@orange.fr – www.association-pause.com

MDA 91 – Maison des adolescents de l'Essonne

Information, accompagnement et orientation des jeunes de 11 à 21 ans et des parents d'adolescent-es. Avec ou sans rendez-vous les lundi et mardi de 9 h à 17 h, mercredi et jeudi de 9 h à 19 h et vendredi de 9 h à 16h30. 7 rue Paul Langevin, 91700 Sainte Geneviève des Bois – Tél. 01 60 15 26 22 – mda@eps-etampes.fr – maisondesadolescents91.fr

Association Tempo

Espace de soutien psychologique, d'accompagnement à la parentalité et de protection de l'enfant. Accueil téléphonique du lundi au vendredi de 9 h à 17 h. 104 rue de Fromont, 91130 Ris-Orangis – Tél. 01 69 02 45 60 – secretariat@tempo-association.fr – www.tempo-association.fr

Centre médo psychologique Agora

Prise en charge des enfants et des adolescent-es présentant des troubles psychiques. Accueil secrétariat du lundi au vendredi de 9h à 17h. 110 grande place de l'Agora – Tél. 01 61 69 65 00.

Unafam 91 (Union nationale des familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques)

Aide aux familles confrontées à la maladie, la souffrance, le trouble psychiques de la part de bénévoles formé-es à une écoute bienveillante confidentielle. Accueil téléphonique du lundi au vendredi de 9h à 13h et 14h à 17h. 4 rue d'Ardenay, 91120 Palaiseau – Tél. 01 64 46 96 21 – 91@unafam.org – www.unafam.org/essonne

Les Funambules Falret

Aide et soutien aux enfants, adolescent-es et jeunes adultes (jusqu'à 25 ans) vivant avec un proche ayant des troubles psychiques. Les lundi, mercredi et jeudi de 14h à 19h. Tél. 01 84 79 74 60 – lesfunambules@oeuvre-falret.asso.fr

Phare enfants-parents

Soutien des parents confrontés au mal-être d'un-e jeune ou eux-mêmes en souffrance. Du lundi au vendredi de 10h à 17h. Tél. 01 43 46 00 62.



Le guide de la santé mentale en Essonne

Ce guide à télécharger sur Internet recense les structures de prise en charge et d'accompagnement sanitaires, médico-sociales et sociales en matière de santé mentale dans tout le département de l'Essonne. Il est publié par le Psycom (organisme public d'information, de formation et d'action contre la stigmatisation en santé mentale), en partenariat avec l'Agence régionale de santé d'Île de France. Le Psycom publie aussi sur son site internet (psycom.org) des brochures d'information sur les troubles psychiques, les médicaments psychotropes, les droits en psychiatrie...



Guide à télécharger :
www.psycom.org





Les signes de mal-être psychique chez un enfant

Anxiété, fatigue et plaintes somatiques, absentéisme scolaire, difficultés dans les apprentissages scolaires, tristesse, isolement, agressivité, violence : certains signes peuvent être des repères pour mesurer l'état de santé mentale de votre enfant. Leur accumulation, leur intensité, leur répétition, leur retentissement et leur durée permettent d'évaluer la situation, d'identifier le problème et de demander de l'aide auprès de personnes compétentes.

ADDICTIONS ET CONDUITES À RISQUES

Les associations suivantes sont spécialisées dans l'accompagnement des jeunes en proie à une addiction et leur famille.

Association Addictions France

Le centre d'addictologie de cette association nationale à Évry-Courcouronnes accompagne les personnes ayant une consommation excessive, un usage nocif ou présentant une addiction ainsi que leur entourage. Consultation jeune consommateur. Du lundi et jeudi de 9h à 13 h et de 14h à 19 h - mardi et vendredi 9h à 13 h et 14h à 17h - mercredi de 9h à 12 h. 25 desserte de la Butte Creuse – Tél. 01 69 87 72 02 – csapa.evry@addictions-france.org addictions-france.org/presentation

Association Oppelia

Accompagnement de jeunes et d'adultes ainsi que leur entourage pour tout problème d'addiction, qu'il s'agisse de substances (psychotropes par exemple) ou de comportement (addictions aux jeux, conduites à risques...). Accueil en ambulatoire et en appartements thérapeutiques.

Tél. 01 69 32 22 22 – contact91@oppelia.fr
www.oppelia.fr/structure/oppelia-essonne

LE HARCÈLEMENT À L'ÉCOLE

Le harcèlement scolaire est un phénomène de grande ampleur qui s'est amplifié avec l'utilisation d'Internet et des réseaux sociaux et touche des enfants de plus en plus jeunes. Selon une enquête de l'institut de sondage Ifop en 2021, 41 % des Français indiquent avoir subi au moins un acte de violence verbale, physique ou psychologique répétée et continue dans le cadre scolaire. Pour 80 % d'entre eux ces sévices ont duré plus de trois mois et pour près de 40 % ils ont duré plus d'un an. Ce harcèlement nuit gravement à la vie scolaire et peut entraîner des conséquences lourdes sur le plan psychologique.

Le gouvernement a mis en place un plan de prévention du harcèlement à destination des écoles et des collèges. Il comprend notamment un plan de formation des personnels au service du bien-être des élèves et du respect d'autrui.

Plus d'informations :

www.education.gouv.fr

www.ifop.com





Le harcèlement peut prendre la forme de violences physiques répétées, souvent accompagnées de violences verbales et psychologiques (insultes, moqueries...), destinées à blesser et à nuire à la cible des attaques.

- **Signaler un cas de harcèlement par téléphone : 3020 (numéro gratuit), du lundi au vendredi de 9 h à 20 h et le samedi de 9h à 18h.**
- **Signaler un cas de cyberharcèlement : 3018 (numéro gratuit, anonyme et confidentiel), du lundi au vendredi de 9 h à 20 h et le samedi de 9h à 18h.**
- **S'informer et obtenir des conseils : application 3018 sur les plateformes IOS et Google Play.**
- **Contacter le Service d'aide aux victimes de la Ville : Tél. 06 03 70 04 63 ou 01 60 91 07 88.**



Relier : faire face au harcèlement

Le dispositif Relier a été mis en place par la Ville en 2019 pour aider les jeunes en situation de harcèlement au collège ou au lycée mais aussi en dehors, par exemple dans le cadre des réseaux sociaux. L'objectif est de leur permettre de sortir de leur isolement social, de reconstruire du lien et de la confiance avec les autres jeunes et avec les adultes mais aussi envers eux-mêmes. Les jeunes sont accueillis par groupes de cinq, pendant quatre jours, lors de la première semaine des vacances scolaires. Ils participent à des ateliers axés sur l'estime de soi, la confiance en soi, animés notamment par une art-thérapeute et une psychologue spécialistes des adolescents. Les jeunes en situation de harcèlement sont orientés vers le dispositif Relier par les établissements scolaires et le service de la Réussite éducative.

Les principaux professionnels de santé

Orthophoniste, orthodontiste, psychomotricien, psychologue... Quel est le rôle de chacun de ces métiers en matière de soins à prodiguer à vos enfants ou à vous-même ?

Les dentistes

Ils ou elles sont des spécialistes des problèmes dentaires, compétents pour traiter les affections touchant les dents, les gencives, la bouche, par exemple les caries. Ils sont à consulter régulièrement à titre préventif. Voir aussi « orthodontistes ».

Les diététicien-nes

Ils ou elles participent à l'éducation et à la rééducation nutritionnelle des personnes souffrant de troubles de l'alimentation. Ils ou elles établissent un bilan diététique et proposent des menus sur mesure en fonction des besoins physiologiques et des habitudes des personnes, dans l'optique d'une alimentation équilibrée et variée.

Voir aussi « nutritionnistes ».

Les ergothérapeutes

Ils ou elles apportent des solutions de réadaptation aux personnes souffrant de handicap, notamment moteurs et psychomoteurs, dans leur vie quotidienne, à l'école, au travail... Une prescription médicale est nécessaire pour les consulter.

Les kinésithérapeutes

Ils ou elles assurent la rééducation des personnes atteintes de troubles de leurs fonctions motrices : lombalgies, torticolis, entorses, traumatismes consécutifs à des accidents troubles neurologiques, paralysies, affections respiratoires, circulatoires ou rhumatismales... Ils ou elles peuvent recourir au massage et à la gymnastique médicale et donner des conseils d'auto-rééducation. Une prescription médicale est nécessaire pour les consulter.

Les nutritionnistes

Ils ou elles sont des médecins spécialistes dont le rôle est notamment de prévenir, dépister et traiter les maladies liées à la nutrition : surpoids, obésité, intolérances et allergies alimentaires, diabète de type 2, troubles digestifs... Ils ou elles déterminent les causes des troubles alimentaires (anorexie, boulimie, phobies...), les prennent en charge et proposent des programmes alimentaires adaptés. Ils ou elles peuvent prescrire des médicaments et des examens médicaux. Voir aussi « diététicien-nes ».

Les ophtalmologues ou ophtalmologistes

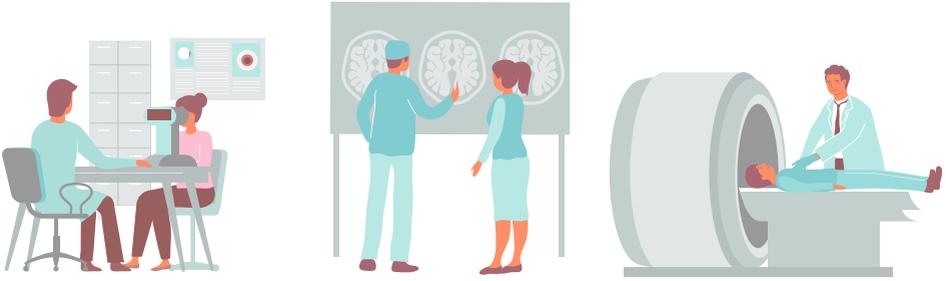
Ils ou elles sont des médecins spécialistes du fonctionnement de l'œil et des troubles de la vue, notamment les défauts de vision. Ils ou elles pratiquent des examens cliniques et des tests de vision, prescrivent éventuellement des verres correcteurs et peuvent procéder à des actes chirurgicaux.

Les orthodontistes

Ils ou elles sont des dentistes spécialistes des anomalies de positionnement et d'alignement des dents et des mâchoires. Ils ou elles les corrigent avec des appareils dentaires (bagues). Pour une efficacité optimale, il est important de les consulter dès qu'un problème est décelé, même chez un jeune enfant.

Les orthoptistes

Ils ou elles dépistent les troubles de la vision (fatigue visuelle, strabisme, suite d'opération chirurgicale...) et les corrigent à travers des exercices de rééducation des muscles oculaires. Les consultations débutent par un bilan. Une prescription médicale par un-e ophtalmologue est nécessaire pour les consulter.



Les orthophonistes

Ils ou elles dépistent les troubles du langage oral et écrit et les corrigent par des exercices de rééducation. Ils ou elles peuvent intervenir auprès des enfants dès l'âge de 3 ans. Les séances débutent par un bilan complet suivi d'un diagnostic. Les exercices de rééducation concernant les enfants sont souvent ludiques : jeux de mots, dessin, musique...

Les psychologues clinicien-nes

Ils ou elles offrent aux enfants et aux adultes qui souffrent de difficultés psychiques une écoute attentive, bienveillante et dénuée de jugement et

analysent leur situation pour repérer la raison de leurs troubles psychiques et leur conseiller une thérapie.

On peut les consulter, sans prescription médicale, à leur cabinet ou au sein d'une institution.

Les psychomotricien-nes

Ils ou elles traitent par la rééducation les troubles psychomoteurs des enfants et des adultes tels que les difficultés d'attention, les problèmes de repérage dans l'espace ou dans le temps... Ils ou elles peuvent intervenir dès les premiers jours de la vie pour traiter les troubles du mouvement comme de la parole.



Le Centre municipal de santé

Mis en place par la Ville dans les années 1980, cet espace de soins ouvert à tous privilégie l'écoute et l'accompagnement global du patient. Adultes, enfants et adolescent-es, peuvent y bénéficier de consultations médicales sans avancer de frais. Des médecins généralistes ainsi qu'un diabétologue (une fois par semaine) forment cette équipe médicale complétée par 1 infirmière, 1 dentiste, 1 assistante dentaire, 1 kinésithérapeute.

Allée de la Commune – Tél. : 01 60 79 22 22.

Horaires :

Lundi : 8h00-12h15/15h15-20h00

Jeudi : 8h00-12h30/14h00-18h00

Mardi : 8h00-12h30/14h00- 19h15

Vendredi : 8h00-12h30/14h00-20h00

Mercredi : 8h00-12h30/14h00-20h00

Samedi 8h00-12h00/13h00-16h00.

Plus d'informations : evrycourcouronnes.fr



Handicap : guichets uniques pour vos démarches et votre recherche de solution

La Maison départementale des personnes handicapées (MDPH) est le lieu unique en Essonne pour l'accueil, l'information, l'accompagnement et le conseil des personnes handicapées et de leur famille ainsi que de sensibilisation de tous les citoyens aux handicaps. En collaboration avec la MDPH et en complément de son action, la Communauté 360, un nouveau dispositif national, décliné dans chaque département, permet de trouver rapidement des solutions concrètes au plus près des lieux de vie des personnes handicapées et de leur proposer un soutien ainsi qu'à leurs familles.

La Maison départementale des personnes handicapées associe différents acteurs : Conseil départemental, services de l'État, organismes de protection sociale comme la Caf, la Caisse d'assurance maladie, des associations représentatives des personnes en situation de handicap. Elle est animée par le Conseil départemental. Elle s'adresse à l'ensemble des personnes en situation de handicap quels que soient leur âge et leur situation. Elle est composée d'une équipe pluridisciplinaire de professionnel·les du secteur médico-social (médecins, infirmier·es, assistant·es social·es, ergothérapeutes, psychologues...) qui évalue les besoins de la personne sur la base d'un projet de vie et propose un plan personnalisé de compensation du handicap.

La MDPH instruit les dossiers soumis à la Commission des droits et de l'autonomie des personnes handicapées (CDAPH). Cette commission donne son avis sur l'orientation des personnes handicapées et l'attribution des aides et des prestations.

La MDPH a notamment parmi ses compétences l'attribution de l'allocation d'éducation de l'enfant handicapé, la prestation de compensation du handicap, l'orientation des jeunes vers les classes spécialisées, l'attribution des auxiliaires de vie scolaire, l'aménagement de temps scolaire ou de matériel pédagogique adapté...

Pour en savoir plus : www.essonne.fr/sante-social-solidarite/handicap/la-mdph

Accueil les lundi, mardi, mercredi et vendredi de 9h à 13 h et de 14h à 17h et le jeudi de 9h à 16 h – 93 rue Henri Rochefort – Tél. 01 60 76 11 00 – mdphe@cd-essonne.fr

La Communauté 360, guichet unique d'information vous aide à trouver des informations et des solutions de prise en charge en matière de handicap. En Essonne, cette structure rassemble l'ensemble des acteurs du handicap de notre département. Une ligne téléphonique gratuite (**0 800 360 360**) vous permet d'obtenir une évaluation de votre situation, de recevoir des informations et d'être mis·e en relation avec un·e interlocuteur·trice ou orienté·e vers le dispositif intégré de soins et de services pour personnes handicapées (DIH) de l'Essonne.



Plus d'informations : handicap.gouv.fr

III. Scolarité

Aux côtés de l'Éducation nationale, la Ville agit pour la réussite et l'épanouissement de vos enfants. Dans cette optique, elle finance les écoles, soutient les projets des équipes enseignantes (sorties scolaires, aide matérielle et logistique...) et propose un accueil péri et extra-scolaire répondant aux besoins des enfants et aux attentes des parents. Également engagée auprès des collèges et des lycées, elle subventionne des projets pédagogiques valorisant la citoyenneté et encourage les découvertes institutionnelles proposées aux élèves.



Les établissements scolaires publics à Évry-Courcouronnes

- 18 écoles maternelles
- 18 écoles élémentaires
- 9 écoles primaires
- 6 collèges
- 4 lycées
- 1 école élémentaire privée
- 1 collège privé



Mon enfant va à l'école

L'instruction est obligatoire pour tous les enfants de 3 ans jusqu'à 16 ans. Vous pouvez scolariser votre enfant dans un établissement scolaire public ou privé ou le faire bénéficier de « l'instruction dans la famille » dans des conditions précises.

L'école présente l'avantage de permettre à l'enfant d'expérimenter la vie en groupe et les règles de la vie en collectivité, de gagner en autonomie...

MON ENFANT ENTRE À L'ÉCOLE MATERNELLE

Pour vous aider à préparer l'entrée en maternelle, la Ville a conçu le dispositif « Mon enfant entre à l'école ». Celui-ci consiste en temps d'échanges proposés aux parents entre mars et mai sur des thèmes aussi divers que les horaires, les tarifs, le langage, la propreté, la sieste, les repas, les inscriptions...

L'objectif est de vous rassurer, de favoriser votre implication dans la scolarité de votre enfant, de favoriser la transition entre la petite enfance et l'école.

Plus d'informations :

• **L'entrée à l'école** : www.monenfant.fr

• **L'instruction dans la famille** : www.service-public.fr



MON ENFANT ENTRE EN PRIMAIRE

À son entrée en primaire, votre enfant va apprendre à lire, à écrire, à compter. Pour fixer ses nouvelles connaissances, il aura à réaliser, chaque soir, des petits exercices de lecture, écriture, calculs... Il vous revient de le soutenir dans ces activités en contrôlant qu'elles ont bien été réalisées et en l'aidant si nécessaire. Si vous n'êtes pas disponible pour cet accompagnement au quotidien, vous pouvez inscrire votre enfant au service municipal d'aide aux devoirs, organisé après la classe au sein de son établissement scolaire, ou à l'accompagnement à la scolarité proposé par les Maisons de quartier et Centre sociaux de la Ville (lire pages 51 et 83).



Une classe passerelle... vers la maternelle

Pour un enfant qui fréquente peu d'enfants de son âge et n'a pas l'habitude d'être séparé de ses parents... l'entrée en maternelle peut s'avérer difficile. La classe Passerelle accueille ces futurs élèves entre l'âge de 2 et 3 ans pour les préparer à cette nouvelle étape de leur vie. Cette classe de 15 élèves est encadrée par un-e enseignant-e de l'Éducation nationale, un-e Atsem, un-e éducateur-trice de jeunes enfants. Les parents sont impliqués dans la vie scolaire à travers leur présence dans des ateliers parents-enfants, lors des sorties à la Maison de quartier, à la médiathèque... La classe est située dans l'enceinte de l'école maternelle La Lanterne où elle bénéficie de son propre espace de récréation. Elle se déroule de septembre à juin, 4 matinées par semaine (journée continue possible à partir de janvier). Progressivement, au cours de l'année, un rapprochement s'opère avec la petite section de maternelle. L'inscription des enfants est réalisée sur indication des équipes des PMI ou des services sociaux en relation avec les familles dont les enfants sont susceptibles d'être concernés ou à la demande des parents.

MON ENFANT ENTRE AU COLLÈGE, AU LYCÉE

Lors de son entrée au collège, l'environnement scolaire de votre enfant change considérablement : il a autant de professeurs que de matières, on attend de lui davantage d'autonomie pour gérer son emploi du temps, ses devoirs... Cet environnement se prolonge au lycée.

Comme dans le primaire, au collège et au lycée des outils sont mis à la disposition des parents pour leur permettre de suivre la scolarité de leurs enfants, leur comportement, les activités organisées, le projet de la classe, le projet d'école ou d'établissement... : espace numérique de travail, livret scolaire unique, carnet de liaison, rencontres, réunions collectives, échanges individuels...

Plus d'informations :



• mallettedesparents.education.gouv.fr



• www.ac-versailles.fr



Pour mieux comprendre le système scolaire, de la maternelle au collège : www.onisep.fr/Parents

PARENTS D'ÉLÈVES : LEUR RÔLE

Les droits des parents d'élèves peuvent aussi s'exercer collectivement à travers des représentants élus. Ceux-ci participent aux conseils d'école et aux diverses instances des établissements scolaires et votent notamment le règlement intérieur, le projet d'établissement... Une autorisation d'absence peut être accordée par l'employeur pour s'y rendre. Les représentants des parents d'élèves ont le droit d'informer l'ensemble des parents du contenu de ces réunions.

Les élections des parents d'élève se déroulent à la rentrée au sein de l'établissement scolaire ou par correspondance. Chaque parent de l'enfant est électeur, sauf s'il n'a pas l'autorité parentale, quel que soit sa situation matrimoniale ou sa nationalité. Même si plusieurs enfants sont présents dans l'école, chaque parent n'a qu'une voix.

Tous les parents d'élève peuvent être élu-es. Généralement, les candidat-es se présentent sur une liste déposée par une fédération ou une union de parents d'élèves. Il est aussi possible de constituer une liste de parents d'élèves constitués ou non en association.

Plus d'informations :



www.education.gouv.fr



Des difficultés pour dialoguer avec les enseignant-es de vos enfants ? L'association Génération Femmes travaille à restaurer le lien entre l'école et les parents via une équipe de médiatrices connaissant à la fois le milieu scolaire et les difficultés rencontrées par les familles. Génération Femmes – 108, Place Salvador Allende – Tél. 01 77 97 04 61 – generation-femmes@club-internet.fr



QUELLE ORIENTATION SCOLAIRE ET/OU PROFESSIONNELLE POUR MON ENFANT ?

Très tôt, dès le collège, il est demandé à votre enfant de choisir son orientation scolaire. Pour l'aider à trouver sa voie :

- **Le Centre d'information et d'orientation d'Évry-Courcouronnes**, service public du ministère de l'Éducation nationale, propose des entretiens personnalisés gratuits avec des psychologues de l'Éducation nationale éducation, développement et conseil en orientation scolaire et professionnelle (Psy EN-EDCO). Ces spécialistes de l'orientation réalisent aussi des permanences à l'intention des élèves au sein des collèges et des lycées.



Sur rendez-vous.
110 allée de l'Agora -
Tél. : 01 69 36 09 00
cio-evry@ac-versailles.fr

- **Le site** www.onisep.fr est aussi d'une aide précieuse pour explorer toutes les pistes en matière d'études.



"Et à l'école, comment ça va ?"

À l'école, votre enfant fait l'apprentissage des liens sociaux. Après sa famille et les lieux de garde des tout-petits, c'est le premier lieu où il se retrouve en groupe. Avant même de vous informer de ses résultats scolaires, il est important de vous informer de son bien-être. Quand il prend son bain, joue, prend son goûter..., c'est le bon moment pour l'inciter à mettre des mots sur ce qu'il a vécu dans la journée. Soyez de votre côté prêt-e à accueillir ses paroles en vous rendant disponible à la fois dans votre tête et sur le plan émotionnel.

Vous pouvez lui poser des questions : « Comment te sens-tu à l'école ? Tu as parlé à qui aujourd'hui ? Comment tu trouves ton maître, ta maîtresse ? Est-ce que tu as pu faire pipi ? Est-ce que tu as eu faim ? Est-ce que tu as été content ? Est-ce que quelque chose t'a fait peur ?... » Sa parole sera plus libre s'il est rassuré sur l'existence d'une continuité en matière de sécurité entre l'école et la maison. Cette continuité, il la perçoit lorsqu'il vous voit parler avec son enseignant-e. Elle lui permet de ressentir le droit de rapporter à la maison ce qui a été désagréable : une peur, un regard, un ton... Ce sentiment de sécurité aura un effet bénéfique sur ses études. On apprend à la fois avec le cœur, la tête et le corps... Il est donc important que l'enfant soit disponible sur tous ces plans.

Ce dialogue avec votre enfant sur sa vie sociale est aussi l'occasion de lui expliquer qu'il n'est pas seul, qu'il partage l'espace avec d'autres et qu'il doit les respecter ainsi que leurs affaires...



Si votre enfant souffre d'une maladie chronique, d'allergie ou d'intolérance alimentaire, il peut bénéficier de son traitement ou de son régime alimentaire dans son école, son collège, son lycée grâce au Projet d'accueil individualisé (PAI). Ce dernier est rédigé par le médecin de l'Éducation nationale. Pour le mettre en place, contactez l'établissement scolaire que fréquente votre enfant.



Handicap : l'école pour tous

Le droit à l'éducation pour tous les enfants, y compris s'ils sont en situation de handicap est un droit fondamental et il revient au système éducatif de s'adapter aux besoins particuliers des élèves. L'école doit donc être accessible : inscription dans un établissement scolaire « de référence », accès aux équipements scolaires, culturels et sportifs, accès aux locaux et aux matériels nécessaires pour la scolarisation, adaptations pédagogiques. En outre, chaque enfant bénéficie d'un plan personnalisé de compensation et d'un projet personnalisé de scolarisation prévoyant par exemple un-e accompagnant-e en classe, du matériel pédagogique adapté... Quel que soit son handicap, un enfant doit aussi pouvoir participer aux temps forts de la vie scolaire que sont les sorties, les voyages, les stages en entreprise, les épreuves d'examen... en bénéficiant si nécessaire d'aménagements. Pour les examens, par exemple, des aides techniques et humaines, une majoration du temps imparti, la conservation des notes à des épreuves ou des obtenues durant cinq ans et l'étalement du passage des épreuves sur plusieurs sessions...



Informations :

www.monparcourshandicap.gouv.fr



Handicap : les classes Ulis

En fonction des difficultés qu'il rencontre, votre enfant peut être scolarisé avec d'autres enfants sans handicap ou être intégré au sein d'une unité localisée pour l'inclusion scolaire (Ulis). Celle-ci réunit un groupe d'enfants porteurs d'un handicap au sein d'un établissement scolaire ordinaire. Le dispositif Ulis est accessible de l'école élémentaire au lycée. L'orientation vers une classe Ulis est décidée par la Commission départementale d'aide aux personnes handicapées et l'affectation dans un établissement par l'Éducation nationale.

Plus d'informations :

www.monparcourshandicap.gouv.fr



Accompagnement à la scolarité

EN PRIMAIRE : UNE AIDE AUX DEVOIRS AU SEIN DE L'ÉCOLE

La Ville propose une aide au devoir dans chaque école, après la classe, de 17h à 18h ou de 17h15 à 18h15 selon les établissements. La séance débute par un goûter organisé par la Ville et distribué aux enfants entre 16h30 et 17h00 ou 17h15. Le tarif de ce service dépend du quotient familial calculé par la Ville pour chaque foyer.



Plus d'informations :
www.espace-citoyens.net

AU COLLÈGE : LE DISPOSITIF « DEVOIRS FAITS »

Au collège, un temps d'étude accompagnée est proposé aux élèves volontaires, au sein de l'établissement, en dehors des heures de cours, pour leur permettre de réaliser leurs devoirs scolaires au calme en se faisant aidé quand ils en ont besoin.



Plus d'informations :
www.education.gouv.fr

AU LYCÉE : UN ACCOMPAGNEMENT PENDANT LE TEMPS SCOLAIRE

Les lycéens bénéficient d'un accompagnement personnalisé, intégré dans leur emploi du temps. 72 heures par an qui ont pour objectif global d'apporter un soutien aux élèves, de leur permettre d'approfondir leurs connaissances et de les accompagner dans leur projet d'orientation. En seconde, cet accompagnement est davantage centré sur l'acquisition et la consolidation des méthodes de travail.



Plus d'informations :
www.education.gouv.fr

DU PRIMAIRE AU COLLÈGE : UNE AIDE AUX DEVOIRS DANS LES MAISONS DE QUARTIER-CENTRES SOCIAUX

En étroite collaboration avec les établissements scolaires, les Maisons de quartier et les Centres sociaux accueillent vos enfants pour les soutenir dans leur scolarité du CP à la terminale. Le dispositif CLAS prend en compte leurs difficultés et leur permet de valoriser leurs acquis et de développer de nouvelles compétences. Cet accompagnement annuel s'articule autour d'une aide aux devoirs (méthodologie, leçons...) et d'un apport culturel grâce aux diverses activités proposées au sein de ces structures mais aussi d'un soutien à la fonction parentale.



Aide aux devoirs : au sein d'une association

Les associations RERS, Génération II et Génération Femmes (lire page 62) proposent aussi une aide aux devoirs aux enfants et aux adolescent-es. Prenez contact avec elles pour en connaître les modalités.



Maladie ou accident : une aide à domicile gratuite

Votre enfant est malade ou accidenté ? Le Service d'assistance pédagogique à domicile (Sapad 91) peut lui offrir un soutien pédagogique à domicile gratuit s'il fréquente un établissement scolaire de l'Essonne, du CP à la terminale. Ce service qui dépend de l'académie de Versailles garantit ainsi le droit à l'éducation en cas d'immobilisation d'une durée de deux semaines minimum pour raison médicale ou en cas de maladie chronique induisant des absences répétées. Le soutien est prodigué par des enseignants de l'Éducation nationale. Informez-vous auprès de l'établissement scolaire fréquenté par votre enfant.

Persévérance scolaire

Votre enfant est en difficulté à l'école : il semble démotivé, il présente des problèmes de comportement, il a du mal à gérer ses émotions... La Ville soutient des dispositifs destinés à prévenir le décrochage scolaire.

L'ÉCOLE, J'Y TIENS (EJT)

Ce dispositif s'adresse aux enfants du CE2 au CM2. Il a pour ambition de leur faire vivre une expérience positive au sein de l'école en les faisant sortir de leur cadre habituel. À la clé, leur permettre de retourner en classe dans des meilleures conditions, nantis d'outils pour gérer leurs émotions, se concentrer, dépasser leurs difficultés... L'élève bénéficie d'un accompagnement éducatif par une référente socio-éducative et une art-thérapeute : ateliers en groupe de gestion des émotions et d'art-thérapie, aide individualisée pour les travaux scolaires... au sein d'une salle de classe spéciale. Cette équipe est en relation permanente avec les parents de l'élève.

Tél. 01 69 36 51 05 – contact@gipsae.fr



Le dispositif Alternative Suspension mis en place par la Ville permet aux lycéen·nes et aux collégien·nes exclu·es temporairement de leur établissement scolaire, soit à titre préventif, soit pour un motif disciplinaire, de bénéficier d'une prise en charge. Il est actif d'octobre à fin mai et sa durée est de trois à cinq jours. Le matin est employé à faire les devoirs prescrits par les enseignant·es, l'après-midi est consacré à des ateliers axés sur la gestion des émotions, l'estime de soi, le comportement.

Plus d'informations :

*Collégiens et lycéens : GIP-SAE
6 rue du Marquis de Raies
Tél. 01 69 36 51 05 ou 06 13 80 95 34*

*Collégiens et lycéens ex-Évry :
service de Veille éducative
163 bd des Champs Élysées
Tél. 01 60 91 69 92*



IV. Éduquer à la citoyenneté



La discrimination conduit à traiter des personnes différemment et souvent plus mal en raison de caractéristiques réelles ou supposées, de préjugés. Le rôle des parents est bien sûr primordial pour éduquer leurs enfants à ne pas discriminer les autres. Cela commence très tôt en les incitant à reconnaître les préjugés et en leur apprenant à respecter les différences.



Une discrimination, c'est quoi ?

Constitue une discrimination toute distinction opérée entre les personnes (...) en se basant sur leur origine, leur sexe, leur situation de famille, leur grossesse, leur apparence physique, la particulière vulnérabilité résultant de leur situation économique (...) leur patronyme, leur lieu de résidence, leur état de santé, leur perte d'autonomie, leur handicap, leurs caractéristiques génétiques, leurs mœurs, leur orientation sexuelle, leur identité de genre, leur âge, leurs opinions politiques, leurs activités syndicales, leur capacité à s'exprimer dans une langue autre que le français, leur appartenance ou leur non-appartenance, vraie ou supposée, à une ethnie, une nation, une prétendue race ou une religion déterminée.

Plus d'informations : www.legifrance.gouv.fr



Fille ou garçon : la même éducation

La loi accorde aux femmes et aux hommes les mêmes droits, dès leur naissance. Toutefois, il est possible que nous adoptions à notre insu pour nos filles des pratiques éducatives qui ne vont pas dans ce sens. Elles peuvent nous paraître normales parce que c'est la manière dont nous avons été éduqué-es. Mais elles posent problème dans la mesure où elles ne permettent pas le même développement de compétences que pour les garçons et réduisent les possibilités de développement et d'épanouissement des filles, notamment sur le plan professionnel. Il est possible de faire évoluer nos pratiques en nous posant certaines questions. Par exemple, au lieu de nous demander si tel sport est adapté à une fille ou à un garçon, la question à nous poser serait plutôt : « Qu'est-ce que mon enfant veut faire ? » Même démarche pour le choix des vêtements, des jeux : « Ce que je propose à mon enfant correspond-il à ses besoins ? » Plus généralement : « Qu'est-ce qui est bon pour mon enfant du point de vue de ses relations sociales, de ses capacités... ? » La réalité, c'est que les besoins des garçons et des filles sont beaucoup plus proches que nous pouvons parfois le penser.

**“ Tu es très jolie,
tu es bien habillée ”**



La manière dont on s'adresse aux garçons et aux filles a un impact sur leur perception d'eux-mêmes.

**“ Tu es fort,
tu es intelligent ”**



2022-2024 : lutte renforcée contre les discriminations

La Ville d'Évry-Courcouronnes conduit depuis plusieurs années des actions pour lutter contre les discriminations relatives aux croyances religieuses et à l'égalité homme/femme. À compter de 2022, cette lutte s'étend aux discriminations liées aux origines et à la couleur de peau et aux discriminations concernant l'orientation sexuelle (LGBTphobies). La « Stratégie municipale de lutte contre les discriminations 2022-2024 » adoptée par le Conseil municipal en décembre 2021 décrit l'ensemble des mesures dans les quatre domaines. Certaines concernent plus particulièrement les enfants :

Laïcité : formation des professionnels au principe de laïcité et de neutralité et aux moyens de le garantir au quotidien ; sensibilisation des professionnels socio-éducatifs, des habitants et des jeunes à la diversité des croyances et des pratiques religieuses et à l'importance de la laïcité ; éducation à l'esprit critique et à la déconstruction des discours d'endoctrinement et formation des professionnels au repérage des signaux de radicalisation.

Égalité femmes/hommes : éducation à la vie affective, sexuelle et relationnelle et à l'égalité filles/garçons, sensibilisation et formation des professionnels à l'adoption de pratiques égalitaires ; amélioration de la prévention, du repérage et de la prise en charge des violences sexistes et sexuelles ; sensibilisation à ces violences et facilitation de leur repérage ; amélioration de la prise en charge des victimes et des auteurs.

Origines et couleur de peau : sensibilisation aux inégalités et à leurs mécanismes, déconstructions des préjugés, aide au repérage des violences racistes ; aide à la mise en place d'actions éducatives, communes et symboliques visant à améliorer la cohésion sociale et l'interculturalité et donc le vivre-ensemble, travail autour des discriminations liées à l'emploi et à l'orientation scolaire.

Orientation sexuelle : éducation des jeunes à la diversité des genres et des sexualités, en lien avec les actions d'éducation à la vie affective et sexuelle ; formation des professionnels sur ces sujets ; sensibilisation des professionnels de l'accès aux droits à la prise en compte des problématiques spécifiques des personnes LGBT+ ; facilitation du repérage des violences LGBTphobes en diffusant des informations sur les dispositifs d'écoute et de prise en charge des victimes.



La laïcité : c'est quoi ?

La Ville d'Évry-Courcouronnes considère la laïcité comme un cadre juridique permettant la liberté d'exprimer une religion, une croyance ou une non-croyance publiquement, sauf circonstances particulières. Les agents du service public en fonction sont d'ailleurs tenus à la neutralité.

La Ville a mis en place des actions de formation à la laïcité pour les enseignants de maternelle et de primaire, les animateurs périscolaires et les agents municipaux. L'objectif est d'harmoniser le discours porté par les adultes auprès des enfants pour qu'il n'y ait aucune remise en cause des croyances ou des non-croyances des enfants et des familles.

Autre outil dont la Ville s'est dotée en matière de laïcité : le Conseil citoyen local de laïcité. Cette instance de participation citoyenne, constituée d'habitant-es et de personnes impliquées sur ce sujet sur le territoire, apporte son aide aux élus municipaux en complément des diagnostics réalisés par la Ville.



Religion : ce qu'un enfant peut faire à l'école

À l'école, les enfants ont le droit de parler de leurs convictions religieuses ou d'exprimer leur absence de conviction religieuse. Ce qui est interdit par la loi, c'est le port de signes religieux visibles.



Du Conseil municipal des enfants au Conseil des jeunes

Le Conseil municipal des enfants est composé de 56 Évry-Courcouronnais-e âgé-es de 8 à 12 ans élu-es chaque année parmi les élèves de CM1-CM2. Ils-elles représentent les enfants de toutes les écoles avec pour mission de réfléchir à la réalisation de projets intéressant l'ensemble des habitant-es. Ils ont ainsi conçu des jeux axés sur la découverte de notre cité comme le jeu des 7 familles « À la découverte d'Évry-Courcouronnes ». Ils-elles font l'apprentissage de la citoyenneté en participant, ceints de leur écharpe tricolore, aux événements culturels et sportifs comme les cérémonies de commémoration ou la Semaine bleue. Ils-elles publient en outre un journal trimestriel diffusé dans les écoles de la ville.

De leur côté, les jeunes Évry-Courcouronnais-es plus âgé-es (de 18 à 30 ans), quelle que soit leur situation (lycéen-nes, étudiant-es, employé-es...), peuvent participer au Conseil des jeunes, composé d'une quarantaine de membres. Leur rôle est à la fois de représenter la jeunesse de la Ville et de concevoir des projets à l'intention de l'ensemble des habitant-es.

Plus d'informations :
evrycourcouronnes.fr





Votre enfant ou vous-même êtes victime de discrimination ? Consultez les délégués du Défenseur des droits, dans le cadre de leur permanence au Point d'accès au droit (lire pages 26-27 « Les droits de l'enfant»). Vous pouvez aussi contacter le Service d'aides aux victimes de la Ville :

*Tél. 06 03 70 04 63 ou
01 60 91 07 88.*



Le Volet Jeunes de l'association Génération II

L'association propose aux jeunes à partir de 13 ans un espace d'écoute, d'orientation, de rencontre, de dialogue, d'échanges, de réflexions et d'information. Il s'agit notamment de les aider dans leurs démarches et leur orientation, les informer sur les dispositifs les concernant, du service civique au projet vacances, de les sensibiliser aux sujets sociétaux : discrimination, égalité femme-homme, radicalisation...

Plus d'informations :

generation2-citoyennete-integration.fr



V. L'épanouissement de mon enfant

Un enfant épanoui se sent bien dans son corps, dans sa tête, dans ses relations sociales et au sein de sa famille. Notre ville regorge de possibilités de pratiquer dès le plus jeune âge des activités physiques, sportives, artistiques, culturelles... qui contribuent à cet épanouissement.

Sport : des pistes pour bouger

Dès le plus jeune âge, l'activité physique stimule la motricité. Les associations sportives proposent une large palette d'activités. Des parcours sportifs ont aussi été aménagés dans trois parcs (parc des Coquibus, bois de mon Cœur et bois de la Garenne).

Plus d'informations : « Guide des associations sportives »



Bébés actifs !

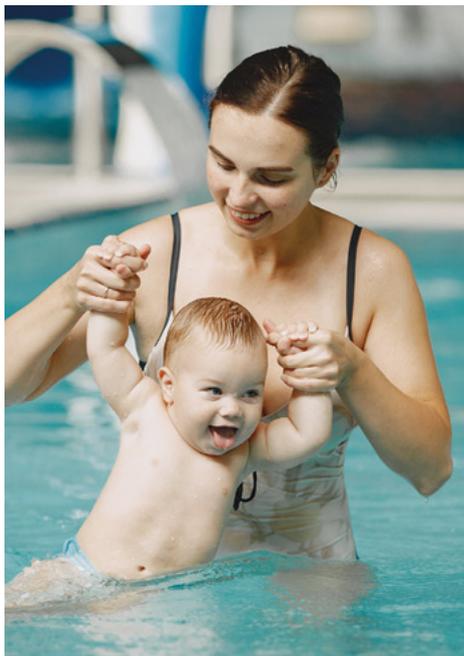
- **L'activité Bébés nageurs** s'adresse aux enfants de 6 mois à 4 ans accompagnés d'un parent (inutile de savoir nager). Objectif : donner à l'enfant le goût de l'eau en jouant. Le samedi à la piscine de l'Agora (tranches horaires en fonction de l'âge).

Plus d'informations : <https://www.sca2000evry.com/bebes-nageurs>

- **L'activité BabyGym** s'adresse aux enfants de 15 mois à 3 ans accompagnés d'un parent. Objectif : développer la motricité globale et fine de l'enfant, ses sens et sa créativité dans un espace sécurisé où il peut ramper, courir, marcher, sauter... Le samedi (horaires selon groupes d'âge). Salle d'activité de l'association SCA 2000 à l'Agora.



Plus d'informations :
www.sca2000evry.com



INITIATION SPORTIVE SPÉCIALE « ENFANTS »

Le dispositif Évry-Courcouronnes Découverte sportive (ECDS) propose aux enfants âgés de 3 à 12 ans des activités sportives encadrées par des éducateurs sportifs diplômés. Il leur permet de découvrir différentes disciplines sous formes de séances hebdomadaires ou de stages sportifs pendant les vacances scolaires.

Mercredi et samedi : une heure pour les 3/5 ans et d'1h30 pour les 6/12 ans. Stages : par demi-journées pour les 4/5 ans et journées pour les 6/12 ans.



Pour en savoir plus :
evrycourcouronnes.fr



Les enfants en situation de handicap physique, mental ou psychique peuvent aussi pratiquer une activité sportive dans notre ville. Le dispositif Évry-Courcouronnes Découverte sportive leur propose des séances de découverte et les oriente vers les pratiques spécifiques proposées par les clubs : handi tennis de table (à partir de 5 ans), handi football, sport adapté (basket, boxe, judo). Accueil le mardi à la piscine J. Taris et le mercredi au gymnase F. Mauriac.

Pour en savoir plus :

• evrycourcouronnes.fr

• www.asevry.fr



• www.asevry.fr

• www.club-omnisports-courcouronnes.com



LES PARCS DE LA VILLE : POUR JOUER ET FAIRE DU SPORT

Plusieurs parcs disposent d'aires de jeux, d'espaces pour courir, jouer au ballon, faire du vélo...

- **parc Henri Fabre** : une aire de jeux et terrain de football.
- **parc des Coquibus** : plusieurs aires de jeux, terrain multisport, allées plates idéales pour faire du vélo.
- **parc des Loges** : plusieurs aires de jeux, panier de basketball, tables de ping pong, terrain de football.
- **parc du Rondeau** : grands espaces pour courir et allées pour faire du vélo.
- **parc Bataille** : grandes pelouses pour courir
- **parc du Lac** : plusieurs aires de jeux et grandes pelouses pour courir.



Pour en savoir plus :
evrycourcouronnes.fr



sortir.grandparissud.fr



Handicap : **une aire de jeux inclusive**

Une aire de jeux inclusive ouverte à tous les enfants, y compris ceux porteurs de handicap, a été aménagée au sein du parc des Coquibus, permettant ainsi de créer du lien au-delà des différences. Un projet réalisé en 2019 dans le cadre du Budget participatif mis en place par la Ville.



Eau et Handicap

L'eau procure une sensation de bien-être et permet aux personnes atteintes d'un handicap de prendre conscience de leur corps, de leur respiration et de leur équilibre. À la piscine Jean Taris, un fauteuil roulant est mis à leur disposition pour rejoindre les bassins.

Informations : 21 rue Alexandre Soljenitsyne
Tél. 01 60 77 29 66.



Les Bougeothèques

Ces dispositifs mis en place par les Maisons de quartier-Centres sociaux ont pour objectif de permettre à l'enfant de 0 à 6 ans d'expérimenter à son propre rythme et librement le mouvement de son corps. Ce qui répond à son besoin d'explorer, de découvrir et d'être actif dès le début de sa vie. Il s'agit également d'utiliser la motricité libre comme support d'actions de soutien à la parentalité en permettant aux parents d'échanger avec les professionnels de la petite enfance et les référentes Social Famille des Maisons de quartier-Centres sociaux.

Elles se déroulent en interquartier le premier mercredi de chaque période de vacances. Certaines Maisons de quartier-Centres sociaux en organisent aussi en période scolaire. Cette action contribue à favoriser les relations au sein des familles et entre les familles à travers un temps d'activité parents-enfants.

Loisirs et culture : pour tous les goûts

LES ACCUEILS DE LOISIRS POUR LES 3-11 ANS

Les 12 Accueils de loisirs (6 en maternelle, 6 en primaire) sont ouverts le mercredi et pendant les vacances scolaires, de 7h30 à 18h45. Encadrés par des animateur-trices diplômé-es les enfants pratiquent des activités de loisirs favorisant leur développement (activités manuelles, artistiques, culturelles, sportives, sorties, participation aux fêtes et aux manifestations de la Ville...). Tarif en fonction du quotient familial.



Plus d'informations : evrycourcouronnes.fr

LES STRUCTURES « JEUNESSE » À PARTIR DE 11 ANS

- **L'Espace Michel Colucci (11 à 17 ans)** : ateliers créatifs et culinaires, animations inter-quartiers, sorties et soirées, activités sportives et tournois, ateliers artistiques (théâtre, danse, musique...). En accès libre. 1 rue du Plessis Briard. Lundi, mardi, jeudi, vendredi de 16h à 19h (mercredi 14h à 19h) hors vacances scolaires et lundi au vendredi de 10h-12h 13h30-19h pendant les vacances scolaires.
- **L'Espace Pierre Nicolas (16 à 30 ans)** : initiations sportives et tournois, sorties (cinéma, spectacles, musées...), cours de chant, concerts, studio de musique, soirées, week-ends... En accès libre. 24 rue du Marquis de Raie. Lundi, mardi, jeudi, vendredi de 16h à 19h (mercredi 14h à 19h) hors vacances scolaires et lundi au vendredi de 10h-12h 14h-19h pendant les vacances scolaires.
- **La Fabrik' (16 à 30 ans)** : accompagnement et soutien des projets des jeunes (engagement humanitaire et citoyen, projet associatif ou entrepreneurial, création artistique...). En accès libre. 16, cours Blaise Pascal. Du lundi au vendredi toute l'année.



<https://evrycourcouronnes.fr>



LES MAISONS DE QUARTIER-CENTRES SOCIAUX : CULTURE, LOISIRS, SPORTS

Elles proposent toute l'année des ateliers culturels et artistiques (théâtre, arts plastiques, danse, éveil musical, codage informatique...) des activités sportives et toute sorte d'animations (sorties culturelles, jeux...) pour les enfants ou à pratiquer en famille. Certaines mettent en place à l'attention des enfants, pendant les vacances scolaires, des animations sportives et culturelles, des séjours, des stages...



Pour en savoir plus :
evrycourcouronnes.fr



LE CAFÉ-LECTURE DE GÉNÉRATION FEMMES

Cette activité réunit les enfants de 7 à 13 ans autour d'animations ludiques et pédagogiques (lecture, écriture, etc.).
Le mercredi de 14 h à 17 h.

Plus d'informations :
association Génération Femmes
108, Place Salvador Allende
Tél. 01 77 97 04 61
generation-femmes@club-internet.fr



À la maison aussi...

C'est incroyable le nombre de choses qu'on peut faire à la maison quand il pleut, qu'on est un peu grippé ou qu'un virus rode...

- **Écouter des livres audio :**
podcast.taleming.com



- **Pratiquer des activités scientifiques :**
www.youtube.com



- **Plonger dans l'histoire avec « Il était une fois (Hello Maestro) » :**
www.youtube.com



- **Cuisiner :** www.tatiemaryse.com



- **Visiter les sites de musées :**
quatre mille.be



- **Jardiner sans jardin :**
www.cabaneaidees.com



- **Assister à des spectacles de danse, des concerts :**
www.arte.tv



- **Pratiquer des activités de pliage, de découpage, fabriquer de la pâte à sel et de la pâte à modeler maison :**
www.teteamodeler.com



Et aussi : assister aux multiples cours en ligne parents-enfants : sport, yoga, méditation, danse...

L'enseignement artistique et culturel

L'École des arts

Elle propose aux enfants de 6 à 11 ans un premier éveil aux pratiques artistiques basé sur une pédagogie innovante. Exploration des domaines des arts visuels, du théâtre, de la musique et de l'exploration corporelle. Ateliers de deux heures en groupe, le samedi de 10 h à 12 h.



Plus d'informations : Guichet famille (lire p.3) 01 60 91 07 00
evrycourcouronnes.fr

Le Conservatoire Iannis Xenakis

Ce conservatoire à rayonnement départemental propose un enseignement musical (large éventail d'instruments) mais aussi des cours de danse, des ateliers théâtre (adolescent-es) et de chant. Cours d'éveil dès la maternelle : musique et danse, musique et conte et découverte instrumentale. 9 cours Monseigneur Romero. Tarifs en fonction du quotient familial.



Plus d'informations :
sortir.grandparissud.fr

Le Conservatoire Albéric Magnard

Ce conservatoire propose un apprentissage de la musique et de l'art dramatique dès la petite enfance (éveil musical et danse). 7 place du Village. Tarifs en fonction du quotient familial.



Plus d'informations :
sortir.grandparissud.fr

Les Ateliers d'arts plastiques et visuels

Cet équipement propose toute l'année des cours de découverte et d'initiation de plusieurs disciplines artistiques (photo, dessin, peinture, poterie, sculpture, arts numériques...). Également sous forme de stages d'été. 2 lieux : 6 avenue de Ratisbonne et Ferme du Bois Briard. Tarifs en fonction du quotient familial.



Plus d'informations :
Tél. 01 60 78 76 81
aap@grandparissud.fr
www.facebook.com

L'École départementale de théâtre

Cette école publique agréée par le ministère de la Culture dispense des cours et des stages de théâtre à partir de 16 ans.

Plus d'informations : www.edt91.com



Les classes à horaires aménagés musique (Cham) permettent aux enfants passionnés de musique de mener de front leurs cours au collège et leur apprentissage musical, de la 6^e à la 3^e, dans des classes spéciales du collège Montesquieu.

Pour en savoir plus :

- collège Montesquieu
Tél. 01 64 97 11 90
ce.0911444@ac-versailles.fr



www.clg-montesquieu-evry.
ac-versailles.fr

- conservatoire Iannis-Xenakis
Tél. 01 47 57 53 19
n.chebli@grandparissud.fr



Avec ses « tickets-loisirs », la Caisse d'allocations familiales aide les foyers à financer les activités sportives et culturelles de leurs enfants. Le montant de cette aide dépend des ressources et de la composition du foyer. Il est majoré pour les habitant-es d'Évry-Courcouronnes grâce à une convention passée entre la Ville et la Caf. Les allocataires susceptibles d'en bénéficier sont informés directement par la Caf.



Pour développer la culture de vos enfants, rien de tel que de les emmener assister à un spectacle, un concert, une exposition... Évry-Courcouronnes est riche de propositions.

- **La scène nationale de l'Essonne Agora-Desnos** : programmation contemporaine de théâtre, musique et danse, spectacles de cirque et de marionnette pour le jeune public.
www.scenenationale-essonne.com



- **Le théâtre du Coin des mondes** : ce théâtre fondé par la compagnie L'Eygurande propose des spectacles et des ateliers jeune public.
www.compagnie-eygurande.com



- **L'espace culturel Simone Signoret** : salle de spectacles, d'expositions, d'animations...
sortir.grandparissud.fr



- **Les médiathèques** : ces lieux ouverts à la diversité des pratiques culturelles proposent souvent des spectacles et des animations pour les enfants. Surveillez leur programmation.
reseaumediatheques.grandparissud.fr



- **Programmation culturelle à Évry-Courcouronnes** :
sortir.grandparissud.fr

Les compétences psychosociales

Les compétences psychosociales nous permettent de conserver notre bien-être personnel quoi qu'il nous arrive dans la vie. Elles sont dix, réunies par binômes :

- savoir gérer ses émotions et savoir gérer son stress
- avoir une pensée créative et avoir une pensée critique
- savoir communiquer efficacement et être habile dans les relations interpersonnelles
- savoir résoudre des problèmes et savoir prendre des décisions
- avoir conscience de soi et avoir de l'empathie pour les autres.

Nous les développons en fonction de ce que nous vivons, de l'environnement dans lequel nous le vivons, de notre éducation et du travail que nous réalisons sur ces compétences.

En effet, plus on les travaille, plus on est à l'aise dans la vie de tous les jours. Ce qui nous évite notamment de recourir à l'agressivité, à la violence, aux addictions... Savoir gérer nos émotions et notre stress nous permet en effet de les comprendre quand nous les subissons et de nous adapter à la situation qui les a causés.

DES ATELIERS DANS LES COLLÈGES DE LA VILLE

Des ateliers sont organisés depuis 2019 sur ce thème dans les collèges d'Évry-Courcouonnes par des enseignants de l'Éducation nationale formés dans le cadre du dispositif CaPableS (CPS), conçu par la direction de l'Innovation éducative et le service Santé de la Ville en collaboration avec les associations Gyn Project, Addictions France et Oppelia.

Ils concernent trois compétences cibles : la gestion des émotions (les problèmes liés au stress), la communication (les relations interpersonnelles, la pensée critique, la pensée créative), les qualités (la connaissance de soi, l'empathie envers les autres, le lien à soi-même). Très pratiques, ils ont pour but de faire travailler les enfants sur place et de continuer par eux-mêmes à améliorer leurs compétences psychosociales et celles de leur entourage. L'ensemble des classes de 6e de la ville sont appelées à en bénéficier dans les années à venir.

DES ATELIERS À LA DEMANDE

La Ville organise aussi, à la demande, des ateliers sur les compétences psychosociales (CPS) dans les établissements scolaires, dès la maternelle, ainsi que dans les centres de loisirs et les Maisons de quartier-Centres sociaux. Le travail sur les CPS est en effet intéressant pour répondre à une situation qui pose problème. Il apporte par exemple des outils pour une pratique saine en matière d'utilisation des réseaux sociaux, face aux risques d'atteinte à l'image de soi, de harcèlement.



« Chez les enfants, le renforcement des CPS (compétences psychosociales) favorise le développement global (social, émotionnel, cognitif, physique), améliore les interactions, augmente le bien-être et contribue donc à diminuer les comportements défavorables à la santé et à augmenter les comportements favorables. Les CPS jouent aussi un rôle essentiel dans l'adaptation sociale et la réussite éducative. » (« Les compétences psychosociales : définition et état des connaissances », d'Elizabeth Luis et Béatrice Lamboy, dans « La Santé en action », mars 2015)

Plus d'informations :
www.santepubliquefrance.fr



Oser : au plus près des jeunes

Cette association d'éducation spécialisée est implantée au cœur des quartiers et ses éducateurs sont tous les jours dans la rue pour aller au-devant des jeunes de 11 à 25 ans. Oser les accompagne dans leurs projets d'insertion, de formation, leurs démarches administratives... et les aide à résoudre leurs difficultés, notamment scolaires. L'association travaille en collaboration avec les autres professionnels de l'action socio-éducative mais en toute indépendance par rapport aux institutions et dans le respect de l'anonymat des jeunes.

Contacts :

- quartiers Canal et ex-Courcouronnes centre :
Tél. 06 12 60 94 01
- quartiers Évry Centre et Évry Sud : Tél. 06 09 33 55 36



Plus d'informations :

osser-prevention-specialisee-57.webself.net

Les outils numériques : bien les utiliser

LES ÉCRANS : UN RISQUE DE SUREXPOSITION

Les écrans (télé, jeux vidéo, Internet) présentent-ils des risques pour la santé physique et psychique de votre enfant ? Le psychiatre Serge Tisseron a élaboré une grille de repères simples pour permettre de savoir quand introduire les écrans dans la vie d'un enfant et à quelle dose. C'est la règle « 3-6-9-12 », saluée par l'ensemble des spécialistes de l'enfance.

Avant trois ans : télévision, DVD et Internet sont à bannir. Le jeu sur tablette sont à pratiquer en votre compagnie.

Avant six ans : la durée d'utilisation des écrans est à limiter et la console de jeu personnelle est fortement déconseillée. Il vous appartient de veiller à ce que votre enfant regarde des programmes correspondant à son âge et qu'il utilise toujours tablette, télévision et ordinateur dans le salon et jamais seul dans sa chambre.

Avant 9 ans : il est important de continuer à limiter le temps d'utilisation des écrans et de contrôler ce que votre enfant regarde sur la télévision et sur Internet (paramétrage de la console de jeux et des contrôles parentaux). Tablette, télévision et ordinateur sont à utiliser dans le salon et jamais dans la chambre.

Dialoguez avec votre enfant sur ce qu'il voit ou fait sur Internet et parlez-lui du droit à l'intimité et du droit à l'image. Éveillez sa conscience sur le fait que tout ce qui est posté sur le web peut y rester sans fin, voire tomber dans le domaine public, et que tout ce qui s'y trouve n'est pas vrai.

Avant 12 ans : il vous appartient de juger si votre enfant peut aller sur Internet en dehors de votre présence mais en vous assurant qu'il ne se connecte pas encore aux réseaux sociaux (lire encadré page 68). Il reste nécessaire de limiter son temps d'utilisation et de continuer à dialoguer avec lui sur ce qu'il y trouve, ce qu'il y fait, les risques, etc.

Après 12 ans : il est important que vous continuiez à veiller à une bonne utilisation des écrans par votre enfant. Les profils sur les réseaux sociaux sont à paramétrer en mode privé, les téléphones mobiles ne sont pas à utiliser la nuit dans la chambre, le temps d'utilisation des jeux vidéo est à limiter.



Plus d'informations :
www.3-6-9-12.org



Sur les réseaux sociaux, il est préférable de discuter avec des personnes qu'on connaît dans la vraie vie.

LE TÉLÉPHONE PORTABLE : LE MOINS POSSIBLE

Votre enfant vous réclame un téléphone portable. Même si cela vous rassurerait de pouvoir le joindre où qu'il-elle soit, différez votre réponse jusqu'à mûre réflexion. L'âge moyen d'acquisition d'un téléphone est 11 ans. Il est préférable pour commencer de choisir l'appareil le plus simple possible sans accès à Internet ni écran tactile et opter pour un petit forfait bloqué ou un forfait à recharge sans engagement. Lorsque votre enfant aura un smartphone, vous pourrez le protéger des risques liés aux réseaux sociaux, aux prédateurs sexuels et au cyber-harcèlement en optant pour un forfait avec consommation internet limitée et en mettant en place un filtre parental des contenus en ligne via votre opérateur.

En matière d'usage du téléphone portable, il est aussi conseillé d'établir des règles : par exemple pas de téléphone le soir jusqu'au lendemain matin pour éviter que son utilisation empiète sur le sommeil de l'enfant. L'idéal serait de lui montrer l'exemple...

Si vous souhaitez proposer à votre enfant de moins de 3 ans une application amusante sur votre smartphone, il est conseillé de jamais le laisser seul face à l'écran et de limiter son utilisation. Trop fréquente, celle-ci peut en effet entraîner des troubles du sommeil. En outre, à cette période de sa vie, où il est nécessaire de favoriser son langage, ses compétences motrices, ses capacités d'attention et de concentration, il est préférable de proposer à votre enfant des activités et des jeux créatifs en interaction avec d'autres personnes...



Les signes de dépendance aux écrans qui doivent nous alerter : il-elle réclame un écran le soir pour s'endormir, il-elle réduit ses activités, notamment sportives, ses résultats scolaires baissent, il-elle ne quitte pas son écran lors de la visite de parents ou de camarades...



Les réseaux sociaux : avantages, dangers, conseils

Tiktok mais aussi Youtube, Instagram, Facebook, Whatsapp... Les enfants fréquentent les réseaux sociaux pour parler entre eux, développer des relations interpersonnelles, créer des liens, découvrir le monde autrement... Mais les informations publiées sont parfois fausses, de même que les identités des interlocuteurs... Le sentiment de toute-puissance qui est souvent éprouvé peut inciter à penser qu'on peut tout dire sans risquer d'être poursuivi. Le cyberharcèlement et le piratage sont fréquents. On peut se faire extorquer de l'argent, se faire voler son image ou voir véhiculer une image de soi déformée, se faire voler son identité pour créer de nouveaux comptes. Il y a de quoi faire baisser de façon considérable l'image de soi et l'estime de soi au point de conduire parfois à des fins tragiques.

Si les parents acceptent que leurs enfants aillent sur les réseaux sociaux, une bonne manière d'éviter les dérives est de les accompagner pour leur apprendre comment cela fonctionne et leur montrer ce qu'ils peuvent faire ou ne pas faire.

Par ailleurs, il existe des applis de contrôle parental pour gérer à distance le temps d'écran et fermer l'accès comme Famisafe (Android et Apple Store). On les trouve en entrant le mot clé « contrôle parental ». Ces outils sont à utiliser sans se cacher de votre enfant. Plus vous parlerez des risques avec lui et moins il y aura de risque de dérive.

VI. La parentalité positive

Le bon développement d'un enfant dépend de la qualité de son lien d'attachement avec son(ses) adulte(s) de référence, le(les) adulte(s) qui s'occupe(nt) de lui. Il est primordial que ce lien soit sécurisant pour accompagner l'enfant dès ses premiers jours dans sa découverte de la vie et du monde.

Les neurosciences le démontrent : dès sa naissance, l'enfant comprend tout ce qu'on lui explique. Il est déjà une personne à part entière et, même s'il ne parle pas lui-même, il est important de lui expliquer ce qui se passe autour de lui, d'identifier à son intention les sons, les sensations... Lorsque vous mettez des mots sur ce qu'il perçoit, vous favorisez le lien sécurisant évoqué plus haut. C'est la base pour une transition entre son monde et le monde extérieur, qui en devient moins anxiogène. Passer du temps positif avec notre enfant, jouer avec lui, découvrir ensemble des activités favorise aussi ce lien sécurisant.

Quand nous proposons une activité à notre enfant, attention à ne pas lui imposer notre propre planning sans explications, ni sans avoir vérifié au préalable qu'il n'a pas déjà son propre projet, qu'il est disponible, qu'il n'a pas faim, pas soif, pas de souci qui le tracasse... Prenons garde aussi à ne lui proposer que des activités qui sont de son niveau. Chaque enfant a en effet sa propre temporalité. Et, rassurez-vous, s'il n'est pas encore prêt à vivre ce que vous avez très envie de lui faire découvrir aujourd'hui, il le sera sans doute très bientôt... À chacun son rythme !



Une éducation bienveillante

Ce mode d'éducation, appelé aussi « éducation positive », est basé sur l'observation de l'enfant. Jusqu'à environ 6 ans, celui-ci ne peut réguler tout seul ses émotions, comme la peur ou la colère, car son cerveau n'est pas encore mature. Il revient donc aux adultes de l'accompagner dans ses expériences en se montrant attentifs à ce qu'il lui arrive. S'il est en proie à une forte émotion, crier ou le punir ne permet pas de régler ce qui le perturbe. Il est plus profitable de l'inciter à exprimer ce qu'il est en train de vivre et à mettre des mots sur ses émotions. Mais, la vie étant ce qu'elle est, le parent n'est pas toujours dans les conditions idéales pour adopter cette attitude bienveillante. Difficile de se montrer calme et à l'écoute quand on revient d'une journée de travail épuisante suivie d'un long trajet en transports en commun ou quand on a des soucis d'argent ou de santé... Alors, avant d'intervenir, il est préférable de prendre le temps de respirer et de s'interroger sur ce que notre enfant est en train de vivre.

Pour aller plus loin :

- monenfant.fr : « L'éducation bienveillante : une méthode basée sur le respect mutuel »
- viesdefamille.streamlike.com : « L'éducation bienveillante, c'est quoi pour vous ? » (vidéo)



• www.filliozat.net



LES LIEUX D'ACCUEIL ENFANTS-PARENTS (LAEP)

Ces espaces chaleureux accueillent les parents avec leurs jeunes enfants (jusqu'à 4 ans) ainsi que les futurs parents. Les jeunes enfants apprennent à côtoyer les autres en jouant entre eux. Les parents peuvent jouer avec leur enfant mais aussi échanger entre eux et avec les professionnel·les de la petite enfance présent·es. C'est anonyme, gratuit, sans inscription et on y reste le temps qu'on veut.

Les LAEP sont financés par la Caisse d'allocations familiales en partenariat avec la Ville. Il en existe trois dans notre ville, dont un géré et coordonné par la Ville (LAEP Pas à Pas) :

- **LAEP Pas à Pas** : lundi et mercredi de 9h30 à 11h30 – Maison des services publics Gisèle Halimi. Tél. 01 60 78 97 53.
- **LAEP La Maison du Canal** : mardi de 14h à 16h – 22 allée de l'Orme Martin. Tél. 01 64 97 28 26.
- **LAEP Babillage** : mardi de 9h15 à 11h15
110 place Salvador Allende. Tél. 01 60 79 02 75.



Plus d'informations :
www.esprit-de-famille-caf91.fr



LES ATELIERS PARENTS-ENFANTS DES MAISONS DE QUARTIER-CENTRES SOCIAUX

N'hésitez pas à pousser la porte de votre Maison de quartier avec votre enfant. Elle vous proposera de nombreuses activités à pratiquer avec lui ainsi que des sorties en famille. Certaines Maisons de quartier organisent aussi des ateliers autour de la lecture ou de la motricité ou encore de l'apprentissage du français.

Plus d'informations : dans votre Maison de quartier (contacts page 83).



Le Bus des parents

Il s'agit d'un véritable minibus entièrement réaménagé en espace d'informations, d'animations et d'échanges entre parents et professionnels de l'éducation. Il vient à la rencontre des familles à plusieurs endroits de la ville, notamment devant les écoles et lors d'événements municipaux. Il s'adresse à tous les parents et les grands-parents d'enfants scolarisés dans les écoles maternelles et élémentaires de la ville et toutes les personnes désirant échanger autour de sujets qui les préoccupent ou souhaitant partager un temps convivial.

Dans le Bus des parents, on trouve des expositions sur divers thèmes (éducation, santé, dangers des médias, loisirs...) qui permettent de créer des échanges ainsi que des animations festives, des ateliers artistiques (peinture, sculpture...). Un second Bus des parents équipé en tablettes et ordinateurs et connecté à Internet est également en circulation. Il propose des ateliers autour du numérique sur des sujets du quotidien : scolarité, accès aux droits, santé...

Plus d'informations : direction de l'Innovation éducative – Tél. 01 69 36 51 20



Des ateliers de langue française parent-enfant

Certaines Maisons de quartier proposent des ateliers où parents et enfant peuvent améliorer ensemble leur français en s'amusant à partir de chansons, jeux de mémoire, jeux de rôle avec des images, mises en situation (en classe, au centre social, à la maison, chez le boulanger, au marché...). Ces ateliers accueillent les enfants dès le plus jeune âge. Ils sont appelés à se développer dans d'autres Maisons de quartier de la Ville.

- Ateliers langagiers de la Maison de quartier du Village : le mercredi matin de 10 heures à 11h30. Gratuit. Sur inscription.
- Ateliers sociolinguistiques (ASL) parents-enfants de la Maison de quartier des Aunettes : le mercredi de 10 h à 11 h ou de 11 h à 12 h. Gratuit. Sur inscription.

LES MÉDIATHÈQUES POUR PARTAGER LE PLAISIR DE LIRE

Un chaleureux espace jeunesse avec des livres qui s'adressent aux enfants dès le plus jeune âge est organisé dans chaque médiathèque de la Ville. Pas besoin de savoir lire soi-même ou même de parler pour éprouver le plaisir de la lecture à travers la voix de son parent ou voyager dans une histoire en feuilletant les pages d'un livre aux images colorées. Cette initiation est la meilleure préparation à l'apprentissage ultérieur de la lecture et de l'écriture. Mais c'est surtout un moment de plaisir partagé dans la sérénité avec votre enfant. Lorsqu'il saura lire, prolongez cette bonne habitude en lisant à tour de rôle ou l'un pour l'autre...

Plus d'informations : retrouvez les coordonnées des médiathèques en page 83.

LES LUDOTHÈQUES POUR JOUER ENSEMBLE

Dans les trois ludothèques de la ville, on peut emprunter des jouets mais on peut aussi jouer sur place avec son enfant avec les jeux de société et les jouets disponibles et participer aux soirées jeux en famille ou entre amis. Salle dédiée aux jeux de construction de grande dimension à la ludothèque Florian.

- **Ludothèque Florian** : place Victor Hugo
Tél. 01 60 77 68 48.
- **Ludothèque Andersen** : avenue Pierre Beregovoy
Tél. 01 64 97 94 38.
- **Ludothèque Abracadajeux** :
pôle enfance du Bois de mon Cœur
place des Flamandes/allée Jeff – 01 64 97 21 51.

LE SPORT EN FAMILLE

Les « samedis sportifs » vous permettent de pratiquer un programme sportif simple et convivial avec votre enfant jusqu'à 6 ans : parcours de gymnastique, de roule, d'athlétisme, activités de balle, de duels et d'opposition... En accès libre le samedi (uniquement en période scolaire), de 9h30 à 11h45, au gymnase Carpentier, rue Charles Baudelaire.

Plus d'informations : 01 69 36 66 85
evrycourcouronnes.fr/les-samedis-sportifs-en-famille



VII. Les difficultés

Éducation, scolarité



Accordez-vous le droit de sortir sans vos enfants ! Les Maisons de quartier-Centres sociaux forment des jeunes de 15 à 17 ans au baby sitting. Une solution de garde sérieuse pour vous absenter en toute sérénité.

LES DISPOSITIFS D'AIDE AUX PARENTS

Le Café des parents

Des temps de rencontre entre parents, dans les Maisons de quartier-Centres sociaux et MJC, pour échanger sur les questions qu'ils se posent en matière d'éducation et de scolarité et trouver ensemble des solutions. Accompagnement par un-e professionnel-le apportant des précisions théoriques. Informations dans les Maisons de quartier-Centres sociaux.

Allo écoute parents

Une écoute anonyme et confidentielle des parents par un psychologue, notamment dans les situations de conflits, tensions avec les ados... et conseils pour vous aider dans l'exercice de votre fonction parentale.

Du lundi au vendredi de 13h à 15 h. Tél. 06 01 18 40 36 www.alloecouteparents.org



La charge mentale du parent

Il y a tellement de choses à faire dans une journée ! On dirait qu'aujourd'hui la liste ne cesse de s'allonger... Qu'on est sans cesse obligé-e de répondre à tout un tas d'obligations... Un grand nombre d'outils sont d'ailleurs à notre disposition pour nous les rappeler... À la clé de cet investissement très important, il y a le risque de voir s'installer la fatigue, l'irritabilité, les maux de dos et de tête, la tristesse... On ne prend plus de temps pour soi et on finit par oublier ses besoins. Alors comment ne pas tomber dans ce piège ?

D'abord en gardant à l'esprit qu'on ne peut pas tout faire. Une journée, c'est 24 heures et pas davantage, et il faut aussi dormir, se restaurer, travailler, s'occuper de sa famille...

Ensuite, il est nécessaire de hiérarchiser les urgences. Qu'est-ce qui est vraiment important ? Est-ce que ça ne devrait être d'abord la santé physique, mentale et financière de votre foyer : les rendez-vous médicaux, les activités de loisirs, les achats alimentaires, les repas...

Enfin, il est primordial de prendre du temps pour soi pour se détendre, se ressourcer, faire le plein d'énergie... On tente de confier les enfants à un grand-parent ou à une amie, de pratiquer une activité de loisirs personnels, d'échanger avec d'autres adultes ou même de s'accorder un temps à ne rien faire... Et bien sûr, on prend soin d'expliquer à ses enfants : « je suis fatiguée de ma journée, j'ai besoin de me changer les idées, de me reposer... » C'est là encore un excellent exemple éducatif qui conduit l'enfant à reconnaître le besoin de repos chez vous pour mieux l'identifier chez lui.

Allo Parents Bébé (association Enfance et partage)

Des professionnels de la petite enfance à l'écoute des parents d'enfants de moins de 3 ans.

Du lundi au vendredi de 10h à 13h et de 14h à 18 h. Tél. 0 800 00 3456 (gratuit) – enfance-et-partage.org/la-prevention/allo-parents-bebe

Allo parents en crise (Fédération nationale de l'École des parents et des éducateurs)

Des psychologues, éducateurs, médiateurs familiaux sont à l'écoute des parents angoissés ou à bout et les orientent vers le service le plus adapté près de chez eux.

Du lundi au vendredi de 10h à 17h
www.parlonsdenfants.fr/index.php

Inter Service Parents

En cas de difficultés avec votre enfant, dans votre couple, votre famille... des professionnels vous écoutent, vous conseillent et vous orientent de manière gratuite, anonyme et confidentielle.

Les lundi, mardi, jeudi et vendredi, de 9h à 13h et de 14h à 18h – Tél. 01 44 93 44 93 – parents.epe-idf.com/isp

Écoute Parentalités

Ce site recense diverses lignes téléphoniques d'aide et de soutien aux parents assurées par des associations spécialisées dans différents domaines (prématuré-es, usages numériques, éducation non-violente, deuil, naissances multiples...).

www.ecouteparentalites.fr

Les pauses parentalité de Génération II

Les parents et les jeunes sont invités une fois par mois à participer à ces rencontres organisées par l'association Génération II en partenariat avec notamment la coordinatrice Famille de la Maison de quartier Bois Guillaume/ Bois sauvage. Parmi leurs objectifs : donner de la place et soutenir les parents en valorisant leurs compétences et leurs expériences.

Le dernier lundi du mois
generation2-citoyennete-integration.fr/pauses-parentalite

Tél. 01 60 78 12 53 – agci2generation@gmail.com



Handicap

Accueil de jour, hébergement temporaire, accueil familial, garde à domicile, séjours adaptés en famille... : il existe des solutions de répit lorsqu'on est parent d'un enfant atteint de handicap.



Plus d'informations :
www.aidants.fr



Le Programme de réussite éducative (PRE)

Ce programme a pour but la prise en charge individualisée, à partir de 2 ans et jusqu'à 16 ans, d'enfants, repérés en général à l'école, qui présentent une « fragilité » sur certains plans (état de santé physique, développement psychique et psychologique, contexte familial, facteurs socio-économiques et environnementaux). La prise en charge est individualisée, elle repose sur une approche globale des difficultés rencontrées par les enfants et place la famille au centre de l'action.

Le parcours est individualisé. Il comporte des entretiens sur une durée de deux ans au maximum et peut répondre à des besoins en matière d'orientation, d'accompagnement administratif, de parcours de soin, d'aide à la scolarité. Les objectifs sont décidés avec la famille. Celle-ci est reçue par un des référents de l'équipe du service de Réussite Éducative, professionnel du secteur éducatif.

Plus d'informations :

- Territoire de Courcouronnes : 01 69 36 51 05 (GIP-SAE)
- Territoire d'Évry : 01 60 91 69 92 (service de Veille éducative)



Retrouvez la liste des professionnels du domaine de la santé en pages 42-43.



La conduite prostitutionnelle ou michetonnage désigne la situation où un-e jeune entretient un rapport avec un-e adulte dans le but d'obtenir des faveurs financières et matérielles. L'association Agir contre la prostitution des enfants (ACPE) publie un site pour venir en aide aux parents souhaitant s'informer sur ce problème et leur permettre de repérer les conduites à risque.
www.acpe-asso.org





Les difficultés financières

LE GUICHET SOLIDARITÉ DE LA VILLE

C'est l'interlocuteur des Évry-Courcouronnais-es qui rencontrent des difficultés sociales. L'équipe du Guichet solidarité vous accueille, vous écoute et évalue vos problématiques sociales. Elle peut en traiter certaines elle-même : aide alimentaire d'urgence, aide au paiement des factures d'énergie, demande de logement..., vous orienter vers des structures partenaires de la Ville ou encore transmettre votre dossier au Pôle accompagnement et suivi social (PASS) si votre situation nécessite l'intervention d'un travailleur social (assistant-e social-e ou conseiller-e en économie sociale et familiale). Ces professionnel-les sont compétent-es en matière d'accès au droit, d'accompagnement social (surendettement, expulsion locative, résorption de dettes...), de suivi des bénéficiaires de RSA...

Plus d'informations : sans rendez-vous, les lundi, mercredi et vendredi de 9 h à 17 h, mardi de 13h30 à 17h et jeudi de 9 h à 19 h – hôtel de ville.



Les familles en difficulté financière peuvent solliciter directement la Caisse d'allocations familiales pour l'attribution d'aides spécifiques, en fonction de leur situation (lire page 16).

Les violences

LA MÉDIATION FAMILIALE

En cas de conflits concernant votre famille (rupture, séparation, divorce, succession...), avant de recourir à la justice, vous pouvez faire appel à un-e médiateur-trice familial-e. La médiation familiale prend en compte les besoins de chacun afin de trouver une solution mutuellement acceptable qui préserve les relations au sein de la famille. Les deux parties doivent être d'accord pour que la médiation soit mise en place. Premier entretien gratuit. Entretiens suivants payants en fonction des revenus (barème de la Caisse d'allocations familiales).

À Évry-Courcouronnes, deux associations assurent un service de médiation familiale :

- L'Udaf de l'Essonne (Union départementale des affaires familiales) – Tél. 01 60 91 30 07 – mediation@udaf91.fr
- Le Groupement associatif Cithéa 91 – Tél. 01 69 81 93 35 – apce91@cithea.org



Plus d'informations : www.service-public.fr

LE RÉSEAU DE PRÉVENTION DES VIOLENCES SEXISTES ET INTRAFAMILIALES

La Ville d'Évry-Courcouronnes collabore avec le Réseau de prévention des violences sexistes et intrafamiliales, qui comprend plus de 120 partenaires professionnels spécialistes des violences à l'encontre des femmes et des violences au sein des familles. Chacun est susceptible d'aider les personnes victimes de violences qui sont orientées vers eux.

Si vous êtes victime de violences (chantage, humiliation, injures, coups...), vous pouvez contacter directement :

- **Service d'aide aux victimes de la Ville** : Tél. 06 03 70 04 63 ou 01 60 91 07 88 (en soirée, la ligne téléphonique est renvoyée vers la Police municipale)
- **Point d'accès au droit de la Ville** : pour obtenir un rendez-vous avec une des associations spécialisées qui assurent une permanence dans ses locaux ou ceux de la Police municipale
- **CIDFF 91 (Centre d'information sur les droits des femmes et des familles)** : ligne d'information juridique du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h – Tél. 01 60 78 46 30 – contact@cidff91.org – www.cidffessonne.org
- **Le Guichet solidarité de la Ville** : pour obtenir l'intervention d'un-e travailleur-se social-e (lire p.75)
- **Médiavipp91** : association départementale d'aide aux victimes d'infractions pénales – du lundi vendredi de 9h à 18h – Tél. 01 60 78 84 20.
- **3919** : ligne téléphonique anonyme et gratuite pour être écouté, obtenir de l'information, une orientation vers un service d'accompagnement (lire spot)
- **17** : en situation de danger immédiat, composez le 17 sur votre téléphone. Ce numéro gratuit permet de joindre la police ou la gendarmerie



3919 Violence Femmes Info

Ce numéro gratuit et anonyme disponible 24h/24 et 7 jours sur 7 permet aux femmes victimes de violences (conjugales, sexuelles, psychologiques, mariage forcé, mutilations sexuelles, harcèlement...) d'obtenir une écoute, de l'information, une orientation vers des services d'accompagnement et de prise en charge.



« Je m'énerve facilement »,

« Je sens que je deviens violent »...

Les auteurs potentiels de violence conjugale ont aussi une ligne d'écoute pour les aider à désamorcer celle-ci : 08 019 019 11 (numéro vert). Mise en œuvre par la Fédération nationale des associations et centres pour auteurs de violences (FNACAV), celle-ci a pour objectif d'apporter aux personnes qui appellent écoute, apaisement, acceptation de la décohabitation, orientation (solution d'hébergement d'urgence, soins, thérapie...).



Vivre une séparation, un divorce

LE POINT D'ACCÈS AU DROIT

Pour obtenir des informations administratives et juridiques sur la séparation, le divorce. Accueil sur rendez-vous
Tél. 01 60 91 07 88 – cdad-essonne.justice.fr



En cas de séparation, l'autorité parentale peut continuer à être partagée (lire pages 24-25/rubrique « Droits et devoirs »).



Séparation : rassurer les enfants



Une séparation ne compromet pas systématiquement l'intérêt de l'enfant. Mais pour cela, il est préférable de bien la préparer en gardant en tête certaines choses. Chez un enfant, la notion de séparation fait résonance à l'angoisse d'être abandonné dans un monde inconnu. La séparation de ses parents peut accentuer cette angoisse voire générer des troubles. Plus un enfant est petit, plus il est vulnérable. Pour le protéger de ce risque, il est important que ses parents et son entourage soient en mesure de communiquer avec lui pour le rassurer : « nous, les adultes, nous nous séparons mais nous continuerons de nous soucier de ton intérêt ».

L'idéal est de régler entre parents tous les éléments pratiques de la vie de l'enfant susceptibles d'être des facteurs d'insécurité pour celui-ci, puis de se mettre d'accord sur ce qui lui sera dit et comment : les vacances, ce sera comme ceci, les week-ends comme cela, tu continueras de voir ta mamie Unetelle le mercredi ; la semaine, tu iras chez Nounou Unetelle ou à l'école avec Madame Unetelle ; tu continueras de voir tes copains et tes copines X et Y, d'aller à ton cours de danse le samedi... Nommer les personnes, les rituels... contribue à rassurer l'enfant car il s'agit de liens sécurisants et il est important qu'il comprenne que la séparation ne les brise pas. Plus on communique avec l'enfant de manière authentique, avec nos propres mots, plus on favorise sa compréhension, ce qui contribue à atténuer son angoisse.

Quand on est soi-même perturbé par la séparation, il peut être utile de se faire accompagner par un proche éloigné du « conflit » entre les parents ou par un-e professionnel-le qui nous aidera à formuler un programme dans l'intérêt du développement de notre enfant.

(lire aussi page 38 et suivantes/rubrique « Santé psychique »)

Vivre un deuil

L'enfant ne perçoit pas la mort comme l'adulte. Celle-ci nous attriste, nous déstabilise, mais ce n'est pas son cas, sauf s'il a été témoin d'une mort violente. Il n'a en effet aucune référence à ce sujet. Sa réaction est d'une autre nature. Elle est fonction de celle de l'adulte. Ce qui risque de le déstabiliser, c'est le sentiment d'insécurité que nous sommes susceptibles de lui transmettre. Il est donc préférable d'aborder le sujet de la mort avec notre enfant sans attendre de nous trouver dans une situation de deuil, car nous ne pouvons plus alors le faire avec sérénité.



Parler de la mort à son enfant

Il est important d'expliquer à l'enfant dès son plus jeune âge que la mort fait partie de la vie.

La vie de tous les jours offre de multiples occasions de le faire. « Regarde, cette feuille morte par terre » « Regarde, le chat cherche à attraper la souris pour la manger » « Regarde, cet insecte... » « J'ai appris qu'Untel est mort ». Ce que craint l'enfant, c'est surtout la douleur. On peut le rassurer en lui disant : « la mort ne fait pas mal ». S'il demande si cela peut lui arriver, on peut lui répondre : « Ce n'est pas automatique. Est-ce que ça t'inquiète, toi ? » Quand on est touché soi-même par un deuil, l'enfant peut entendre de notre part : « Je n'arrive pas à trouver les mots car je suis très triste ».

Si vous ne vous sentez pas en mesure d'aborder ce sujet avec votre enfant, vous trouverez des relais auprès des équipes du Centre municipal de santé, à la PMI, auprès d'éducateurs de jeunes enfants.



Caisse d'allocations familiales : une aide aux démarches en cas de deuil

Lors d'un décès survenu au sein du foyer d'un allocataire, la Caf lui envoie une invitation à rencontrer ses services pour faire le point sur ses droits et les démarches à accomplir et l'orienter vers des structures d'accompagnement spécialisées.



Dans des situations de mort douloureuse, violente... comme le suicide d'un proche, un décès accidentel, un crime... la douleur peut être très intense et nécessiter une aide psychologique. Cette aide nous rendra aussi plus serein-e pour aborder le sujet avec notre enfant. C'est le rôle de la consultation de psychotraumatisme du Centre hospitalier sud-francilien. Informations : consultation de psychotraumatisme du CHSF – du lundi au vendredi de 9h30 à 17h30 (sur rendez-vous au 01 61 69 70 33)

DEUIL D'UN ENFANT : ÊTRE SOUTENU-E

Le deuil d'un enfant est une situation particulièrement douloureuse, quelles que soient les circonstances. Dans le cas d'une mort violente, le(s) parent(s) peuvent même développer un syndrome de stress post-traumatique. Dans tous les cas, celui ou celle qui a perdu son enfant peut avoir besoin de s'exprimer sur cette perte. On peut échanger avec les amis, la famille et on peut aussi le faire dans le cadre d'un groupe de parole ou d'un Café des parents, au sein d'une Maison de quartier-Centre social. Si besoin, on peut aussi se faire accompagner par un-e psychologue à la PMI, au Centre de santé municipal, dans un cabinet privé ou encore au sein des associations

LES DÉMARCHES EN CAS DE DÉCÈS

Le décès d'un proche est à déclarer dans les 24 heures auprès de la mairie du lieu du décès. Dans le cas d'un décès survenu dans un domicile d'Évry-Courcouronnes, la déclaration est à faire à l'hôtel de ville. Le ou la déclarant-e doit se présenter avec sa pièce d'identité, le certificat de décès délivré par le médecin, le livret de famille et/ou la carte d'identité et/ou l'acte de naissance et/ou de mariage du ou de la défunt-e. Cette démarche peut être déléguée aux services de pompes funèbres.



Deuil d'un enfant : une aide financière de la Caisse d'allocations familiales

L'allocation en cas de décès d'un enfant est versée par la Caisse d'allocations familiales en soutien aux familles confrontées au décès d'un enfant. Elle est due en cas de décès à partir de la vingtième semaine de grossesse et pour le décès d'un enfant de moins de 25 ans présent au sein du foyer depuis juin 2020. Elle n'est pas cumulable avec le capital-décès versé notamment par la Caisse primaire d'assurance maladie (enfant salarié, indemnisé par Pôle emploi...). Son montant (1001,01 € ou 2001,88 € jusqu'au 31 mars 2022) dépend des revenus du foyer. Dans le cas d'un enfant de plus de 16 ans, sa situation professionnelle éventuelle est aussi prise en compte.



Plus d'informations : www.caf.fr



Vos adresses essentielles

SERVICES MUNICIPAUX

- **L'hôtel de ville** : place des Droits de l'Homme et du Citoyen
- **Mairie Annexe des Pyramides** : 402 square Jacques Prévert
Tél. : 01 60 78 73 19
- **Mairie Annexe du Village** : place du Général de Gaulle
Tél. : 01 60 91 60 45
- **Maison des Services Publics Gisèle Halimi** : 3 rue George Sand
Tél. : 01 60 78 97 53
- **Mairie Annexe de Courcouronnes Centre** : 2 rue Paul Puech
Tél. : 01 69 36 66 66
- **Le Guichet famille** : hôtel de ville,
place des Droits de l'Homme et du Citoyen – Tél. : 01 60 91 07 00
- **Le Point d'accès aux droits** : 10 rue du Marquis de Raies
Tél. : 01 60 91 07 88

PRINCIPAUX NUMÉROS D'URGENCE "FAMILLE"

- **Service d'aide aux victimes** : Tél. : 06 03 70 04 63 ou 01 60 91 07 88
- **Femmes victimes de violence** : 3919
- **Enfance en danger** : 119

ÉTABLISSEMENTS DE SANTÉ

- **Centre hospitalier sud-francilien** :
40 avenue Serge Dassault, Corbeil-Essonnes – Tél. 01 61 69 61 69
- **Clinique du Mousseau** : 2-4 avenue du Mousseau – Tél. 01 60 90 10 10
- **Clinique de l'Essonne** : 1-5 rue de la clairière – Tél. 01 60 87 86 00
- **Centre municipal de santé** : allée de la Commune – Tél. 01 60 79 22 22
- **Centre départemental de prévention santé**
5 bd de L'Écoute S'il Pleut – Tél. : 01 60 77 73 52

PROTECTION MATERNELLE ET INFANTILE (PMI)

- **Centre de l'Agora** : 1 boulevard de l'Europe.
Tél. : 01 69 91 67 54 et 01 64 97 29 91
- **Centre des Pyramides** : 110 place Allende - Tél. : 01 60 79 02 75
- **Centre du Canal** : 22 avenue de l'Orme à Martin - Tél. : 01 64 97 28 26



CAF DE L'ESSONNE

Tél. : 32 30 (service gratuit + prix d'un appel local)

Courrier postal : CAF de l'Essonne – TSA 21131 – 91013 Evry Cedex

MAISON DÉPARTEMENTALE DES SOLIDARITÉS

1 bd de l'Écoute s'il Pleut – Tél. : 01 60 87 76 20

MAISON DÉPARTEMENTALE DES PERSONNES HANDICAPÉES

93 rue Henri Rochefort – Tél. : 01 60 76 11 00

MAISONS DE QUARTIER-CENTRES SOCIAUX ET MJC

- **Maison de quartier-Centre social Brel Brassens** : place de l'Orme à Martin - Tél. : 01 64 97 86 02
- **Maison de quartier-Centre social Jacques Prévert-Pyramides** : square Jacques Prévert
Tél. : 01 60 78 73 19
- **Maison de quartier-Centre social Bois Sauvage - Bois Guillaume** : place Camille de Guérin
Tél. : 01 64 97 83 66
- **Maison de quartier-Centre social Champs-Élysées** : place Troisdorf - Tél. : 01 60 78 13 06
- **Maison du Village** : place du Général de Gaulle - Tél. : 01 69 64 31 41
- **Maison de quartier-Centre social Champtier du Coq** : place Victor Hugo - Tél. : 01 60 77 91 13
- **Maison de quartier-Centre social Évry-Sud** : place du Parc aux Lièvres - Tél. : 01 60 78 97 53
- **Maison de quartier-Centre social Épinettes** : place de la Commune - Tél. : 01 60 79 42 46
- **Maison de quartier- Centre social Aunettes** : allée de la Solidarité - Tél. : 01 69 91 20 33
- **Maison des Jeunes et de la Culture (MJC) Simone Signoret** : place Guy Briantais
Tél. : 09 73 53 21 95

MÉDIATHÈQUES

- **Médiathèque de l'Agora** : 109 place de l'Agora - Tél. : 01 69 91 59 59
- **Médiathèque Albert-Camus** : parc Henri Fabre, rue du village - Tél. : 01 69 89 80 02
- **Médiathèque Les Aunettes** : impasse de la Juine (face au 26 rue de l'Essonne) - Tél. : 01 69 91 03 76



Ville d'**évry**
courcouronnes

evrycourcouronnes.fr   