ÊTRE PARENTS

sur le territoire de la Côte d'Émeraude

GUIDE PRATIQUE

À DESTINATION DES PARENTS
ET DES FAMILLES

COMMUNAUTÉ DE COMMUNES
CÔTE D'ÉMERAUDE

Dans le cours d'une existence, devenir parent constitue une aventure majeure, empreinte de joies et de défis, qui ne manque jamais de susciter questions et incertitudes. Cette aventure, d'une richesse infinie, commence bien avant la naissance et se renouvelle chaque jour, tissant ainsi les fils d'une histoire unique et précieuse. Mon ambition, au travers ce guide, est d'accompagner cette odyssée en promouvant le mieux-être, le mieux-vivre et le mieux-grandir.

Ce guide a été conçu pour éclairer vos premiers pas en tant que parent, pour vous orienter dans la recherche d'un mode de garde, pour préparer l'entrée à l'école, ou encore pour faciliter votre participation à des activités culturelles et sportives. Il se veut également un appui pratique, simplifiant vos démarches administratives et offrant des ressources adaptées à ceux qui s'interrogent sur leur rôle parental, grâce à un répertoire d'adresses et de contacts utiles.

Certains trouveront ici des conseils pour affronter le quotidien, des interlocuteurs pour guider leurs démarches ou encore une écoute bienveillante. D'autres, confrontés à des situations plus spécifiques, pourront bénéficier d'un accompagnement renforcé.

Fruit d'une collaboration étroite entre des acteurs essentiels, ce guide s'adresse aux parents d'enfants âgés de 0 à 10 ans et vise à offrir des solutions concrètes et adaptées à leurs besoins, dans une démarche résolument partenariale.

Vous y découvrirez une mine d'informations pratiques pensées pour toute la famille, dans le but de rendre le quotidien plus serein et harmonieux.

Nous souhaitons la bienvenue aux nouveaux arrivants, petits et grands, sur le territoire de la communauté de communes de la Côte d'Émeraude.

Bruno FONTAINE
Vice-Président à la petite enfance à la Communauté de Communes Côte d'Émeraude

SOMMAIRE

Page 3 — Je vais ou je viens d'être parent

Page 6 — J'ai besoin de confier mon enfant

Page 8 — Je suis parent d'élève

Page 10 — Je cherche une activité ou un loisir à partager avec mon enfant

Page 12 — Je cherche une activité pour mon enfant

Page 14 — J'ai des inquiétudes sur le développement et le bien-être de mon enfant

Page 16 — Je suis parent d'un enfant en situation de handicap

Page 20 — J'ai besoin d'aide ou de soutien

Page 24 — Numéros et sites nationaux utiles

JE VAIS OU JE VIENS D'ÊTRE PARENT

JE M'OCCUPE DES DÉMARCHES ADMINISTRATIVES

Pendant ma grossesse

L'ASSURANCE MALADIE

L'assurance maladie a pour missions :
- De garantir l'accès universel aux droits et permettre l'accès aux soins
- D'accompagner chacun dans la préservation de sa santé

3646

LA CAISSE D'ALLOCATIONS FAMILIALES

La grossesse et la naissance peuvent ouvrir des droits d'aide financière, déclarer votre situation.

Permanences assurées à Dinard (CCAS), Saint-Malo ou Dinan, sur rendez-vous.

3230

LA MUTUALITÉ SOCIALE AGRICOLE (MSA)

La MSA a les mêmes missions que l'assurance maladie et prend en charge les salariés du secteur agricole.

Ille-et-Vilaine : 02 99 01 80 80
Côtes d'Armor : 02 98 85 79 79

À la naissance de mon enfant

NOUS SOMMES SUIVIS MÉDICALEMENT

LES MATERNITÉS

Saint-Malo : 02 99 21 21 21
Dinan : 02 96 85 72 85

LA PROTECTION MATERNELLE ET INFANTILE (PMI)

Les centres de protection maternelle et infantile sont des lieux gratuits, ouverts à tous, qui accueillent les parents et les enfants de moins de 6 ans. On peut y faire suivre sa grossesse, bénéficier de consultations après l'accouchement et du suivi médical de bébé.

POUR LES HABITANTS D'ILLE-ET-VILAINE :

Prendre rendez-vous au CDAS du Pays Malouin,

02 22 93 66 00

- Consultations médicales pédiatriques (0-6 ans) à Dinard et Pleurtuit
- Permanences de la puéricultrice à Dinard et Pleurtuit et/ou visites à domicile : accompagnement personnalisé sur la croissance, l'allaitement, l'alimentation, le sommeil et la vie quotidienne
- Consultation sage-femme à Dinard et/ou visites à domicile : suivi de grossesse, préparation naissance et post-natale
- Actions collectives à Dinard et Pleurtuit : Atelier massage bébé / atelier éveil musical / atelier culinaire...

POUR LES HABITANTS DES CÔTES D'ARMOR :

Sur rendez-vous au 02 96 80 00 80

- Consultations médicales pédiatriques (0-6 ans), un vendredi par mois à la Maison Du Département de Dinan.
- Permanences de la puéricultrice (à la crèche Moby-douce de Beaussais-sur-Mer) et/ou visites à domicile : accompagnement personnalisé sur la croissance, l'allaitement, l'alimentation, le sommeil et la vie quotidienne.
- Consultations sage-femme : suivi de grossesse, préparation naissance et post-natale, à la maison du Département (MDD) de Dinan ou visite à domicile
- Actions collectives à la Maison du département de Dinan : Autour des livres.

LES PROFESSIONNELS INDÉPENDANTS

Association « Les Enracinés »

JE M'INFORME ET ME PRÉPARE À L'ARRIVÉE DE BÉBÉ

Les 1000 premiers jours

Les règles d'or de ma première année

J'AI BESOIN DE SOUTIEN

Les institutions

LA CAISSE D'ALLOCATION FAMILIALES (CAF)
Pour être accompagné(e) dans les épreuves de la vie quotidienne ; deuil, séparation, monoparentalité, accident... les travailleurs sociaux de la CAF sont là pour vous, sur rendez-vous, à Pleurtuit (Maison France Services), Saint-Malo pour les Bretilliens et à Dinan (L'atelier du 5Bis) pour les Costarmoricains.

Ille-et-Vilaine : 02 99 53 97 85
Côtes d'Armor : 3230

LA PROTECTION MATERNELLE INFANTILE (PMI)
Pour être accompagné(e) dans les étapes de développement de votre enfant ; Accompagnement personnalisé concernant la croissance, l'allaitement, l'alimentation, le sommeil et la vie quotidienne.

Ille-et-Vilaine : 02 22 93 66 00
Côte d'Armor : 02 96 80 00 80

LE CENTRE MÉDICO-PSYCHOLOGIQUE DE L'ENFANT ET DE L'ADOLESCENT (CMPEA)
Les professionnel(le)s assurent prévention/évaluation/accès aux soins précoces pour les femmes enceintes, les parents de bébé(s), les enfants jusqu'à 3 ans.

POUR DINARD ET SAINT-MALO

02 99 21 29 26

Dispositif « Accord'âge » : gratuit et se déplaçant au domicile des parents.

06 12 48 27 10
equipemobile.psyperinat@ch-stmalo.fr

POUR DINAN

cmpi-dinan@hopital-sjd-lehon.asso.fr
02.96.87.11.87

Le soutien de proximité

L'ASSOCIATION KERLATIO (CÔTE D'ÉMERAUDE)
Elle accompagne les jeunes, les couples et les familles dans leur vie affective, relationnelle et sexuelle. Ateliers, groupes de parole, consultations individuelles, couple ou famille

06 26 39 81 66
atelierkerlatio.com

L'ASSOCIATION ENRACINÉS (LANCIEUX)
L'association a pour but de développer des actions en faveur des familles. Ses missions sont d'informer, soutenir, créer du lien, être à l'écoute des parents et favoriser la confiance en leurs propres capacités.

association.enracines@gmail.com

www.facebook.com/assoenracines
www.instagram.com/asso_enracines

L'ASSOCIATION PARENTAL'ID (LE MINIHIC-SUR-RANCE)
Cette association propose des temps autour de la parentalité, avec des ateliers à l'attention des enfants, des parents ou des deux, des conférences et des moments conviviaux de jeu, de loisirs et d'informations.

assoparentalid35@gmail.com

www.facebook.com/people/ParentalID/100041946247648

LES LIEUX D'ACCUEIL ENFANTS-PARENTS
Ce sont des espaces conviviaux de jeux et d'échanges, ouvert à tous. Ils participent à l'éveil et à la socialisation de l'enfant. Ils permettent aux parents d'échanger avec des professionnels et de rencontrer d'autres parents. L'accès au lieu d'accueil est libre, anonyme et gratuit.

« LUNDI RÉCRÉATIF » POUR LES 0-4 ANS,

À Dinard, les lundis après-midis.

02 99 46 70 39

LIEU D'ACCUEIL ENFANT PARENT ITINÉRANT « TRICOTIN » POUR LES 0-6 ANS

À Ploubalay les mercredis matins et à Ploüer-sur-Rance les mardis matins.

06 75 33 48 72

Les Grossesses multiples

L'ASSOCIATION JUMEAUX ET PLUS
De l'annonce de la grossesse à l'entrée dans l'âge adulte, les bénévoles vous épaulent dans cette incroyable aventure : aide matérielle, morale, psychologique aux parents ou futurs parents de jumeaux, triplés et plus.

Ille-et-Vilaine : 02 99 51 99 71
jumeauxetplus@jumeauxetplus35.fr

Côtes d'Armor 06 86 46 29 54
lassociation@jumeauxetplus22.com

L'écoute

« ALLO PARENT BÉBÉ »
Allo Parents Bébé a pour mission d'écouter, de soutenir et d'orienter les parents inquiets dès la grossesse et jusqu'aux trois ans de l'enfant. Ce service d'Enfance et Partage est à l'écoute du lundi au vendredi de 10h à 13h et de 14h à 18h.

0 800 00 3456 (appel gratuit)

ASSOCIATION « MAMAN BLUES »
Site non médical de soutien, d'écoute et de conseils dans le cadre de la difficulté maternelle

Relais Saint-Malo 06 61 46 44 15

« SOS PREMA »
Soutien des parents confrontés à la prématurité ou à l'hospitalisation de leur nouveau-né, service gratuit par d'autres parents concernés, une puéricultrice, une pédiatre et le vendredi, une psychologue.

0 800 96 60 60

(lundi mardi jeudi 10h-12h et 14h -16h, mercredi 10h -12h, vendredi 9h-12h et 13h-16h)

J'AI BESOIN DE CONFIER MON ENFANT

Toutes infos utiles sur le site de la CAF : monenfant.fr/je-suis-un-parent

J'AI UN ENFANT DE MOINS DE 3 ANS

Je passe par le **GUICHET UNIQUE DU RPE (RELAIS PETITE ENFANCE)**. Cet interlocuteur privilégié vous accompagne pour choisir sereinement le mode d'accueil qui vous convient, afin de concilier vie de famille et vie professionnelle ou simplement vous accordez du temps.
Il vous oriente selon vos besoins vers :

Un accueil individuel :
En vous transmettant la liste des assistant(e)s maternel(le)s agréé(e)s sur le territoire et/ou les organismes des gardes d'enfants à domicile :

LES ASSISTANTES MATERNELLES INDÉPENDANTES

L'assistante maternelle est une professionnelle de la petite enfance qui accueille des enfants âgés de moins de 6 ans. L'accueil se fait à son domicile. Elle est agréée et formée par les services du département.

LES MAISONS D'ASSISTANTES MATERNELLES

La MAM est une structure où plusieurs assistantes maternelles indépendantes (de 2 à 4) se regroupent pour exercer dans un local commun. L'espace est aménagé pour le confort des enfants.

Un accueil collectif:
En vous présentant toutes les structures d'accueil collectif existantes sur le territoire. Il centralise vos demandes (jours, horaires, enfants à besoins spécifiques) grâce à la pré-inscription avant de présenter votre dossier à la commission d'attribution.

LES CRÈCHES, L'ACCUEIL COLLECTIF

Les crèches sont des structures d'accueil collectif pour les enfants de 2,5 mois à 4 ans non scolarisés. Elles accueillent les enfants de façon régulière ou occasionnelle, de quelques heures à 5 jours par semaine, en fonction des besoins des familles

LES CRÈCHES DE LA COMMUNAUTÉ DE COMMUNES
Demande de place sur rendez-vous.

FABULO CRÈCHE *(micro-crèches privées)*

Le RPE est également un lieu d'informations sur les démarches à effectuer en tant que parent-employeur.

Il vous sensibilise et vous accompagne dans votre rôle de parent-employeur. Il vous informe notamment sur les droits et obligations qui en découlent (établissement du contrat de travail, bulletin de salaire...) et sur les aides auxquelles vous pouvez prétendre.

Il peut vous orienter vers les interlocuteurs privilégiés en cas de questions spécifiques.

Il apporte aussi aux professionnels de l'accueil individuel un soutien et un accompagnement dans leur pratique quotidienne en leur donnant la possibilité de se rencontrer et d'échanger sur leurs expériences.

Il leur communique également de l'information sur leurs droits, les aides auxquelles ils peuvent prétendre.

02 23 15 13 23
rpe@cote-emeraude.fr

J'AI UN ENFANT DE 3 À 12 ANS

L'ACCUEIL DE LOISIR SANS HÉBERGEMENT (ALSH)

Les ALSH sont des lieux d'accueil collectif pour les enfants de 3 à 12 ans pendant les mercredis et les vacances scolaires.

DINARD *02 56 27 85 44*

LANCIEUX *02 96 86 22 16*

LA RICHARDAIS *06 99 18 77 99*

LE MINIHIC-SUR-RANCE *02 99 88 58 11*

PLEURTUIT *02 99 88 41 13*

SAINT BRIAC-SUR-MER
Cf site de Saint-Lunaire et Lancieux

SAINT-LUNAIRE *02 99 16 62 31*

TRÉMÉREUC
Cf site de Pleurtuit

LA GARDE À DOMICILE

CONFIEZ-NOUS
02 99 40 79 52 / 06 32 69 14 80

KANGOUROU KIDS *02 99 65 97 10*

ESPRIT DE FAMILLE *07 66 24 97 41*

ADMR35 *02 99 88 67 75*

APEF *02 99 58 24 64*

0$_2$ *02 43 72 02 02*

BABY-SITTING *02 23 15 87 29*

CHAMALO *02 56 38 80 19*

JE SUIS PARENT D'UN ÉLÈVE

J'INSCRIS MON ENFANT À L'ÉCOLE

ACADÉMIE ET RECTORAT DE RENNES

96 rue d'Antrain, CS10503 35705 Rennes cedex 7
Ouvert au public en continu du lundi au vendredi de 9h à 16h30.
02 23 21 77 77

ÉTABLISSEMENTS ÉLÉMENTAIRES PUBLIC ET PRIVÉ

DINARD

LANCIEUX

LA RICHARDAIS

LE MINIHIC-SUR-RANCE

PLEURTUIT

SAINT-BRIAC-SUR-MER

SAINT-LUNAIRE

TRÉMÉREUC : *Pas d'école sur la commune*

COLLÈGES

Collège public

Collège privé

J'INSCRIS MON ENFANT À LA CANTINE OU À LA GARDERIE

DINARD

LANCIEUX

LA RICHARDAIS

LE MINIHIC-SUR-RANCE

SAINT-BRIAC-SUR-MER

PLEURTUIT

SAINT-LUNAIRE

Pour les informations concernant les lycées et études supérieures, consultez le « Guide parentalité 12-25 ans»

JE M'INVESTIS DANS LA VIE DE L'ÉCOLE

LES ASSOCIATIONS DE PARENTS D'ÉLÈVES

Une association de parents d'élèves est un groupement de représentants légaux d'élèves bénévoles. Elle fait office d'intermédiaire entre les parents et les différentes parties prenantes de l'établissement scolaire.

DINARD

Privée *appel.nd2lm@gmail.com*
Publiques *apecolasignac@gmail.com*
ape.julesverne.dinard@gmail.com

LANCIEUX

apelancieux@gmail.com

LA RICHARDAIS

Privée *appel.steanne.larichardais@gmail.com*
Publique *ape35780@gmail.com*

LE MINIHIC-SUR-RANCE

ape.lptl.minihic@gmail.com

PLEURTUIT

Privée *appel.ecole.st.pierre@gmail.com*
Publique *apepleurtuit@hotmail.com*

SAINT-BRIAC-SUR-MER

Privée *apelstanne37@gmail.com*
Publique *apecaphorniers@gmail.com*

SAINT-LUNAIRE

ape.francoisrenaud@gmail.com

MON ENFANT A BESOIN D'ACCOMPAGNEMENT

Un temps de devoirs surveillés peut être mis en place pendant le temps d'accueil garderie ou périscolaire. Dans certaines écoles, une aide aux devoirs peut également être proposée.

DINARD

SAINT-BRIAC-SUR-MER

LE CONTRAT LOCAL D'ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ (CLAS)

Pour les enfants scolarisés à Dinard en élémentaire et dans les deux collèges de secteur. Le CLAS propose tous les mardis et jeudis une aide aux devoirs, gratuite, pour les élèves du primaire et du secondaire, pour favoriser l'épanouissement de votre enfant et la réussite dans sa scolarité. Une équipe d'accompagnateurs propose un temps d'écoute et d'échange autour d'un goûter, de l'aide dans l'organisation du travail personnel, des projets culturels, des activités d'expression et des temps de rencontre spécifiques pour les parents.

Informations et inscriptions au CCAS
57 rue des minées 35800 Dinard
02 57 64 09 95
CCAS.animations@ville-dinard.fr

POUR L'ÉCOLE PRIMAIRE :

Cécile KLEIN : 07 64 43 11 63

POUR LE COLLÈGE :

Ludovic Genest : 02 56 27 85 44

L'ASSOCIATION DES PARENTS D'ENFANTS ATTEINTS DE TROUBLES « DYS » (APEDYS 35)

- Le langage écrit : dyslexie
- Le langage oral : dysphasie
- Les gestes fins (praxies) : dyspraxie
- L'écriture : dysgraphie
- Le raisonnement mathématique : dyscalculie
- Les capacités d'attention : trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité TDAH

L'association a pour objectifs :

- D'aider les familles au repérage précoce en lien avec l'école,
- D'éviter l'errance de parcours et diagnostic
- De sensibiliser et de former tous les acteurs autour de l'enfant afin que l'environnement soit adapté à ses besoins spécifiques, tout en lui permettant d'accéder à un maximum d'autonomie.

JE CHERCHE UNE ACTIVITÉ OU UN LOISIR À PARTAGER AVEC MON ENFANT

Les activités

LES LIEUX D'ACCUEIL ENFANTS-PARENTS

Ce sont des espaces conviviaux de jeux et d'échanges, ouvert à tous. Ils participent à l'éveil et à la socialisation de l'enfant. Ils permettent aux parents d'échanger avec des professionnels et de rencontrer d'autres parents. L'accès au lieu d'accueil est libre, anonyme et gratuit.

« LUNDI RÉCRÉATIF » POUR LES 0-4 ANS,

À Dinard, les lundis après-midis.

02 99 46 70 39

LIEU D'ACCUEIL ENFANT PARENT ITINÉRANT «TRICOTIN » POUR LES 0-6 ANS

À Ploubalay les mercredis matins et à Ploüer-sur-Rance les mardis matins.

06 75 33 48 72

LES SPECTACLES OU ATELIERS DES MÉDIATHÈQUES

Les médiathèques de la Côte d'Émeraude proposent un agenda d'animation à destination des familles, en plus du prêt d'ouvrages.

BÉBÉ LECTEURS

MATINÉE LUDIQUE

ATELIERS ENFANCE

TOUT PUBLIC

- Dinard : *02 99 46 28 30*
- La Richardais *02 23 16 91 28*
- Le Minihic-Sur-Rance *02 99 88 68 17*
- Pleurtuit : *02 23 16 12 20*
- Saint-Briac-sur-Mer : *02 99 88 07 06*
- Saint-Lunaire : *02 99 46 08 13*

LA LUDOTHÈQUE ASSOCIATIVE « LUDIK »

Soirée famille / café ou apéro Ludik / espace jeux libres. La ludothèque Ludik, un lieu culturel où se pratiquent le jeu libre, le prêt de jeux et jouets (comme une bibliothèque) et des animations ludiques pour tous les âges, en famille, en groupe ou en individuel.
Dédié au plaisir du jeu, avec les conseils de ludothécaires, Ludik vous invite à découvrir son espace ludique et gratuit, à l'étage de la Maison des associations de Pleurtuit.

Le mercredi (10h-12h30 et 16h30-18h30), le vendredi et le samedi (10h-12h30).

07 67 10 64 32

LES MERCREDIS EN FAMILLE

Ouverts à tous les habitants de la communauté de communes. Des ateliers, sorties et rencontres pour toute la famille. Un temps où petits et grands peuvent s'amuser, découvrir, expérimenter ensemble autour de jeux, d'ateliers créatifs, de sorties.
Mercredi de 14h à 16h à la salle Henri Dunant, en période scolaire. Programmation des activités selon les envies des familles.
Informations et inscriptions au CCAS 57 rue des minées 35800 Dinard.

02 57 64 09 95
CCAS.animations@ville-dinard.fr

LES LOISIRS EN FAMILLE

Ouverts à tous les habitants de la communauté de communes. Programmation pendant les vacances scolaires de sorties ludiques, visites culturelles, spectacles, ateliers créatifs pour les enfants accompagnés d'un parent ou grand-parent. Informations et inscriptions au CCAS 57 rue des minées 35800 Dinard

02 57 64 09 95
CCAS.animations@ville-dinard.fr

LE JARDIN PARTAGÉ DE DINARD

Ouverts à tous les habitants de la communauté de communes. Un lieu éco-citoyen de détente et de rencontre où petits et grands peuvent s'amuser, découvrir, expérimenter ensemble. L'occasion de s'initier aux plaisirs, surprises et secrets du jardinage. Mercredi entre 9h30 et 11h30. Lieu Rue des Glycines-rue François Mercier 35800 Dinard. Informations et inscriptions au CCAS 57 rue des minées 35800 Dinard.

02 57 64 09 95
CCAS.animations@ville-dinard.fr

LE MUSÉE MANOLI

Expositions d'œuvres d'art/sculptures/ateliers culturels en famille ...

02 23 18 72 79

L'ASSOCIATION « LES MINIH'BOUTS »

L'équipe des Minih'bouts accueille les enfants de moins de trois ans avec leur parent ou leur nounou.
Grande Piscine à balles, ludo-blocs, parcours de motricité, coin cuisine, coin garage, coin transvasements, coin des bébés, bibliothèque et un placard débordant de matériel pour faire de multiples activités manuelles, sensorielles, musicales, etc. pour découvrir, jouer, créer, apprendre, échanger et s'éveiller à la collectivité.

06 70 60 73 47

L'ASSOCIATION ENRACINÉS (LANCIEUX)

L'association a pour but de développer des actions en faveur des familles. Ses missions sont d'informer, soutenir, créer du lien, être à l'écoute des parents et favoriser la confiance en leurs propres capacités.

association.enracines@gmail.com

www.facebook.com/assoenracines
www.instagram.com/asso_enracines

L'ASSOCIATION PARENTAL'ID (LE MINIHIC-SUR-RANCE)

Cette association propose des temps autour de la parentalité, avec des ateliers à l'attention des enfants, des parents ou des deux, des conférences et des moments conviviaux de jeu, de loisirs et d'informations.

assoparentalid35@gmail.com

LES PARCS ET ESPACES DE LOISIRS / CULTURE EXTÉRIEURS

DINARD :
- Parc de port Breton
- Sport et loisirs

PLEURTUIT :
- Équipements sportifs
- Zone de loisirs

LA RICHARDAIS :
- Équipements sportifs et culturels

SAINT-LUNAIRE :
- Équipements sportifs
- Bois de Pontual

TRÉMÉREUC :
- Skateparc

JE CHERCHE UNE ACTIVITÉ POUR MON ENFANT

LES ACTIVITÉS MUNICIPALES ET ASSOCIATIONS

Forums des associations début septembre.

DINARD

- Associations
- Sports et loisirs

LANCIEUX

- Associations
- Sports et loisirs

LA RICHARDAIS

- Associations
- Sports et loisirs

LE MINIHIC-SUR-RANCE

- Associations

PLEURTUIT

- Associations
- Ateliers cultures

SAINT-BRIAC-SUR-MER

- Associations sportives
- Associations culturelles
- Livret activités

SAINT-LUNAIRE

- Associations
- Sports et loisirs

TRÉMÉREUC

- Associations culturelles

LES AIDES FINANCIÈRES POUR LE SPORT

COUPON SPORT :

ÉTAT

Le Pass'Sport est une aide à la pratique sportive de 50€ par enfant pour financer tout ou partie de son inscription dans une structure sportive. Il est une mesure pouvoir d'achat destinée à offrir aux enfants et aux jeunes les plus éloignés de la pratique sportive, en raison d'un handicap ou pour des raisons financières, un accès facilité à une pratique sportive pérenne dans le temps en bénéficiant d'un cadre structurant et éducatif comme le club sportif peut en proposer.

Pass'Sport

DÉPARTEMENT

Le coupon sport facilite l'accès des jeunes de 11 à 15 ans aux clubs sportifs d'Ille-et-Vilaine. D'une valeur de 20 ou 40€, il permet d'aider les familles bénéficiaires de l'Allocation de Rentrée Scolaire (ARS) à payer les coûts d'adhésion à une association sportive agréée.

Coupon sport

DINARD

SAINT-BRIAC-SUR-MER ET LANCIEUX

Chéquier, d'une valeur de 70€ (7 chèques de 10€) qui permet aux jeunes Briacins et Lancieutins de – de 18 ans de payer une partie de leur inscription dans un club ou une association Briacine ou Lancieutine pour les activités à l'année.
Pour en bénéficier, il faut se présenter en mairie à partir de septembre ou à l'occasion du forum des associations avec une pièce d'identité et un justificatif de domicile.

Saint-Briac-sur-Mer *Lancieux*

TRÉMÉREUC

Afin d'encourager la pratique de la culture et du sport, la municipalité remet à chaque enfant de Tréméreuc, un chèque d'une valeur de 30€.

QUE SE PASSE T-IL DANS LES COMMUNES ?

DINARD

PLEURTUIT

LA RICHARDAIS

SAINT-LUNAIRE

SAINT-BRIAC-SUR-MER

ET AU NIVEAU LOCAL ?

L'AGENDA DES OFFICES DE TOURISME

AGENDAOU

L'association Média Ouest Transitions diffuse l'information culturelle, sportive et de loisirs au moyen du site gratuit.

ENGAGEMENT CITOYEN

Conseil Municipal de Jeunes (La Richardais, Saint-Briac-sur-Mer, Dinard, Pleurtuit)

DINARD

LA RICHARDAIS

PLEURTUIT

J'AI DES INQUIÉTUDES SUR LE DÉVELOPPEMENT ET LE BIEN-ÊTRE DE MON ENFANT

LE REPÉRAGE D'UN RETARD DE DÉVELOPPEMENT

En premier lieu, consulter son médecin traitant ou prendre rendez-vous avec le médecin ou la puéricultrice de la Protection Maternelle et Infantile (PMI).

LA PROTECTION MATERNELLE ET INFANTILE (PMI)

Les centres de protection maternelle et infantile sont des lieux gratuits, ouverts à tous, qui accueillent les parents et les enfants de moins de 6 ans. On peut y faire suivre sa grossesse, bénéficier de consultations après l'accouchement et du suivi médical de bébé.

POUR LES HABITANTS D'ILLE-ET-VILAINE :

Prendre rendez-vous au CDAS du Pays Malouin,

02 22 93 66 00

- Consultations médicales pédiatriques (0-6 ans) à Dinard et Pleurtuit.
- Permanences de la puéricultrice à Dinard et Pleurtuit et/ou visites à domicile : accompagnement personnalisé concernant la croissance, l'allaitement, l'alimentation, le sommeil et la vie quotidienne.

POUR LES HABITANTS DES CÔTES D'ARMOR :

Sur rendez-vous au 02 96 80 00 80

- Consultations médicales pédiatriques (0-6 ans), 1 vendredi par mois à la maison du Département (MDD) de Dinan.
- Permanences de la puéricultrice (à la crèche Mobydouce de Beaussais-sur-Mer) et/ou visites à domicile : accompagnement personnalisé concernant la croissance, l'allaitement, l'alimentation, le sommeil et la vie quotidienne.

LA PLATEFORME TND 35 (TROUBLES DU NEURODÉVELOPPEMENT)

Cette plateforme a pour rôle d'accompagner les enfants de moins de 7 ans présentant des signes d'alerte dans leur neurodéveloppement en proposant un meilleur accès au diagnostic. Avec l'accord des représentants légaux à chaque étape du parcours, elle permet à l'enfant de bénéficier de bilans et, si nécessaire, d'interventions précoces.

POUR L'ILLE-ET-VILAINE

02 30 96 38 80

POUR LES CÔTES D'ARMOR

02 96 65 59 20

LE CENTRE D'ACTION MÉDICO-SOCIALE PRÉCOCE (CAMSP)

Le CAMSP propose les services suivants :
- Le dépistage précoce des déficits sensoriels, moteurs ou mentaux.
- La cure ambulatoire et la rééducation des enfants qui présentent des déficiences sensorielles, motrices ou mentales.
- La mise en place d'actions préventives spécialisées.
- Une guidance des familles dans les soins et l'éducation spécialisée requise par l'état de l'enfant au cours des consultations ou à domicile.

POUR L'ILLE-ET-VILAINE

02 99 56 53 51

POUR LES CÔTES D'ARMOR

07 63 48 86 07

LE REPÉRAGE D'UN MAL-ÊTRE

LE CENTRE MÉDICO-PSYCHOLOGIQUE DE L'ENFANT ET DE L'ADOLESCENT (CMPEA)

Les professionnel(le)s assurent prévention/évaluation/accès aux soins précoces pour les femmes enceintes, les parents de bébé(s), les enfants jusqu'à 3 ans.

POUR DINARD ET SAINT-MALO

02 99 21 29 26

Dispositif « Accord'âge » : gratuit et se déplaçant au domicile des parents.

06 12 48 27 10
equipemobile.psyperinat@ch-stmalo.fr

POUR DINAN

cmpi-dinan@hopital-sjd-lehon.asso.fr
02.96.87.11.87

LE CENTRE MÉDICO PSYCHO-PÉDAGOGIQUE (CMPP)

Le CMPP est un centre de consultation, assurant des diagnostics et des soins exclusivement ambulatoires, sans hospitalisation s'adressant à des enfants et des adolescents âgés de 6 à 18 ans.
Le CMPP est fréquemment consulté en première intention et accueille des enfants et des adolescents présentant :
- Difficultés psychoaffectives (anxiété, inhibition, troubles du comportement, troubles du sommeil, troubles de l'alimentation ...)
- Difficultés d'adaptation et d'apprentissage (retard ou troubles du langage et du développement psychomoteur, difficultés scolaires).

LA RELATION À SOI, À L'AUTRE

L'ASSOCIATION KERLATIO (CÔTE D'ÉMERAUDE)

Composée de professionnels, Atelier Kerlatio propose un soutien aux parents et aux jeunes pour une éducation à la relation (relation à soi, aux autres, amicale / amoureuse). Ateliers, groupes de parole, consultations individuelles, couple ou famille.

06 26 39 81 66

LE HARCÈLEMENT SCOLAIRE

3018

LE SOUTIEN ET L'ÉCOUTE PSYCHOLOGIQUE :

L'ASSOCIATION AR ROCH

La plateforme éphonique Allo Parlons d'Enfants est accessible à tous les adultes (parents, professionnels, grand-parents) qui se questionnent au sujet de leur(s) enfant(s).
Des professionnel(le)s de l'écoute sont à votre disposition pour recevoir toutes vos interrogations, par téléphone.
Appel anonyme et non surtaxé, la plateforme téléphonique est ouverte du lundi au vendredi de 10h à 15h.

02 99 55 22 22

L'UDAF D'ILLE-ET-VILAINE

Médiation, ateliers parents/enfants

02 30 03 95 60

LES LIGNES D'ÉCOUTE ET DE SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE PAR THÉMATIQUES

JE SUIS PARENT D'UN ENFANT EN SITUATION DE HANDICAP

LE SOIN, LA PRISE EN CHARGE MÉDICO-SOCIALE

LE CENTRE D'ACTION MÉDICO-SOCIALE PRÉCOCE (CAMSP)

Le CAMSP propose les services suivants :

- Le dépistage précoce des déficits sensoriels, moteurs ou mentaux.
- La cure ambulatoire et la rééducation des enfants qui présentent des déficiences sensorielles, motrices ou mentales.
- La mise en place d'actions préventives spécialisées.
- Une guidance des familles dans les soins et l'éducation spécialisée requise par l'état de l'enfant au cours des consultations ou à domicile.

POUR L'ILLE-ET-VILAINE

02 99 56 53 51

POUR LES CÔTES D'ARMOR

07 63 48 86 07

LE CENTRE MÉDICO PSYCHO-PÉDAGOGIQUE (CMPP)

Le CMPP est un centre de consultation, assurant des diagnostics et des soins exclusivement ambulatoires, sans hospitalisation s'adressant à des enfants et des adolescents âgés de 6 à 18 ans.

Le CMPP est fréquemment consulté en première intention et accueille des enfants et des adolescents présentant :

- Difficultés psychoaffectives (anxiété, inhibition, troubles du comportement, troubles du sommeil, troubles de l'alimentation ...)
- Difficultés d'adaptation et d'apprentissage (retard ou troubles du langage et du développement psychomoteur, difficultés scolaires)

02 99 56 53 51

LA PLATEFORME TND (TROUBLES DU NEURODÉVELOPPEMENT)

Cette plateforme a pour rôle d'accompagner les enfants de moins de 7 ans présentant des signes d'alerte dans leur neurodéveloppement en proposant un meilleur accès au diagnostic. Avec l'accord des représentants légaux à chaque étape du parcours, elle permet à l'enfant de bénéficier de bilans et, si nécessaire, d'interventions précoces.

POUR L'ILLE-ET-VILAINE

02 30 96 38 80

POUR LES CÔTES D'ARMOR

02 96 65 59 20

LES AIDES FINANCIÈRES

LA MAISON DÉPARTEMENTALE DES PERSONNES HANDICAPÉES (MDPH)

La MDPH accueille, informe et accompagne les personnes en situation de handicap et leurs proches. Une équipe pluridisciplinaire de professionnels évaluera votre situation et vos besoins en fonction de votre projet de vie et de vos souhaits. Des solutions et réponses pour compenser votre handicap vous seront proposées. Les propositions pourront également porter sur l'ouverture de droits à des aides financières, humaines, matérielles, sur l'orientation scolaire, professionnelle ou médico-sociale mais aussi sur la reconnaissance d'un droit lié au handicap

POUR L'ILLE-ET-VILAINE

0 800 35 35 05

POUR LES CÔTES D'ARMOR

02 96 01 01 80 - n° vert : 0 800 11 55 28

LA CAISSE D'ALLOCATIONS FAMILIALES (CAF)

La grossesse et la naissance peuvent ouvrir des droits d'aide financière, déclarer votre situation.

Permanences assurées à Dinard (CCAS), Saint-Malo ou Dinan, sur rendez-vous.

3230

LA MUTUELLE SOCIALE AGRICOLE (MSA)

La MSA a les mêmes missions que l'assurance maladie et prend en charge les salariés du secteur agricole.

Ille-et-Vilaine : 02 99 01 80 80
Côtes d'Armor 02 98 85 79 79

LE SOUTIEN

L'accompagnement et les groupes de parole

LE PÔLE DE COMPÉTENCES ET DE PRESTATIONS EXTERNALISÉES D'ILLE-ET-VILAINE

Une réponse souple et modulaire, pour un accompagnement global de la personne en situation de handicap.

LE CENTRE LOCAL D'INFORMATION ET DE COORDINATION (CLIC) DE LA CÔTE D'ÉMERAUDE

Le CLIC agit pour tous mais en particulier pour les personnes en situation de handicap, leur entourage & les acteurs du territoire (élus, professionnels de santé, médico-social et social). Il assure :

- L'accueil et l'information
- Le conseil et l'orientation
- L'accompagnement et la coordination

02 99 16 88 76

L'ASSOCIATION ABA 35

Cette association organise :

- Des cafés/rencontres et temps de répit pour les familles
- La tenue d'une permanence associative
- La mise à disposition gratuite des matériels d'une ludothèque/ matériathèque spécialisée « Autisme »
- Des formations à destination des aidants
- Du soutien à la guidance parentale.

06 52 57 79 02

Les sites spécialisés

L'ASSOCIATION EPI BRETAGNE

Ses actions :

- L'écoute des personnes atteintes d'épilepsie et de leur entourage, avec des permanences dans les hôpitaux de la région, des cafés rencontres, etc.
- La sensibilisation des pouvoirs publics, des services d'accompagnement des personnes handicapées, des acteurs de l'emploi, de l'éducation nationale et du grand public.
- L'information et les formations sur les épilepsies / le développement de projets spécifiques tel les habitats regroupés rennais, le Dispositif Emploi, le réseau des Ambassadeurs

07 57 18 88 62

L'ASSOCIATION PRADER-WILLI FRANCE

Ses actions : Aider à rechercher des solutions individualisées grâce à une écoute téléphonique et à l'envoi d'informations / Encourager les parents à être acteurs de la prise en charge de la maladie de leur enfant afin que les premiers apprentissages (langage, lecture, écriture) s'effectuent malgré leurs difficultés / Organiser des séjours de vacances adaptés en partenariat avec d'autres associations.

02 97 39 54 67

L'ASSOCIATION AUTISME CÔTE D'ÉMERAUDE

Ses actions :
- Permanence téléphonique ou par courriel
- Entretiens individuels selon les besoins
- Assistance et conseils pour certaines difficultés (dossiers MDPH, scolarité, etc...)
- Journée détente annuelle en plein air (assemblée générale – repas commun – jeux et activités diverses)
- Réunion thématique le premier samedi chaque mois : présentation d'un thème lié à nos préoccupations, par un intervenant en général extérieur, suivi d'un temps convivial. Possibilité de garderie sur réservation /une revue mensuelle « Entre Nous »
- Fond documentaire régulièrement enrichi
- Ludothèque et autre matériel pédagogique, sensoriel, informatique (spécialisés TSA)
- Accès à des formations (sous conditions).

autisme.emeraude@free.fr
06 48 67 28 35

L'ASSOCIATION AUTISME OUVRONS LA BULLE, À DINAN

Cette association organise des groupes de parole mensuels. L'objectif est de permettre aux adhérents, qu'ils soient autistes ou faisant partie de l'entourage d'une personne autiste, de bénéficier régulièrement d'un espace ressource, d'écoute, d'expression, et de soutien.

L'ASSOCIATION HYPERS-SUPERS TDAH FRANCE

Trouble déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité

Ses actions : Des permanences pour répondre au téléphone ou/et par mail aux adhérents, afin de les aider, dans leurs démarches / Des rencontres, des réunions, des conférences, proposées par les bénévoles / Des groupes d'échange entre personnes concernées sur facebook, modéré et animé par des bénévoles / L'édition de documents mis à la dis-position des adhérents / L'opération SOS rentrée scolaire, chaque année au moment de la rentrée des classes des bénévoles se mobilisent pour vous répondre efficacement / un site dédié pour l'école.

LES LOISIRS ET LE RÉPIT

LE PÔLE RESSOURCE HANDICAP (PRH)

Le PRH vous accompagne dans la recherche, pour votre enfant à besoins spécifiques (-6 ans) ou en situation de handicap (6-17 ans) :

- D'un mode d'accueil, de garde : mise en place et/ou maintien de l'accueil en collectif (crèche, MAM, Micro-crèche, Accueil de loisirs sans Hébergement, périscolaire, Espace Jeunes),
- D'une activité de loisirs,
- D'une activité sportive/culturelle, en collectif
- Dans le lien avec les professionnel(le)s de ces lieux,
- Dans votre rôle de parents, dans la mise en lien avec d'autres parents.

POUR L'ILLE-ET-VILAINE, LE PRH 35

Permanence téléphonique dédiée aux familles : le mardi de 10h-12h/14h-17h et le mercredi de 10h- 17h

02 99 55 75 00
contact@prh35.fr

POUR LES CÔTES D'ARMOR, LE DISPOSITIF IRIS

07 62 20 37 47
iris@lesvallées.net

LES CENTRES DE LOISIRS « LOISIRS PLURIEL » DE SAINT-MALO

06 77 93 28 23

L'ASSOCIATION « PARENBOUGE »

Pour les modes de garde spécialisés dans l'accueil du handicap, à Rennes.

02 99 33 92 29

L'ASSOCIATION « CHAPI CHAT'PO »

Café associatif inclusif.

06 69 98 63 15
chapichatpo.association@gmail.com

LES LIEUX D'ACCUEIL ENFANTS-PARENTS

Ce sont des espaces conviviaux de jeux et d'échanges, ouvert à tous. Ils participent à l'éveil et à la socialisation de l'enfant. Ils permettent aux parents d'échanger avec des professionnels et de rencontrer d'autres parents. L'accès au lieu d'accueil est libre, anonyme et gratuit.

« LUNDI RÉCRÉATIF » POUR LES 0-4 ANS,

À Dinard, les lundis après-midis.

02 99 46 70 39

LIEU D'ACCUEIL ENFANT PARENT ITINÉRANT « TRICOTIN » POUR LES 0-6 ANS

À Ploubalay les mercredis matins et à Ploüer-sur-Rance les mardis matins.

06 75 33 48 72

L'ASSOCIATION « 3 AILES »

Association de familles d'enfants en situation de handicap à Betton (35) et ses environs.
Ses actions : goûters ouverts à tous qui permettent aux enfants de s'amuser et aux parents de discuter/activités physiques adaptées/sorties familiales/ressources documentaires/location vélos adaptés/cinéma adapté...

06 63 97 84 63
bureau@3ailes.org

DISPOSITIF PAREO 35

PAREO est une plateforme pour les aidants de personnes en situation de handicap. Elle s'est créée en réponse au besoin des familles de pouvoir bénéficier de temps libéré profitable à une vie sociale et relationnelle afin d'éviter toute forme d'épuisement.

PARÉO propose différents niveaux de soutien : une information et un appui à l'accès aux droits, une écoute, un soutien psychologique ainsi que l'organisation de temps de répit adaptés aux besoins repérés. Cette offre s'organise soit à domicile, soit durant les loisirs, le sport, les sé-jours, ou encore en structure sociale ou médico-sociale.

02 99 78 01 46

LES DOCUMENTS-RESSOURCES

LA MÉDIATHÈQUE DE DINARD

Un espace et des collections pour tous ! Livres DYS, histoires lues, matériel informatique adapté et beaucoup d'autres ressources. Découvrez les livres, la musique, les films et les animations proposées

LES FICHES PRATIQUES/INCLUSION TEMPS SCOLAIRES ET PÉRISCOLAIRES

Troubles du spectre autistiques

LE CENTRE RESSOURCES AUTISME BRETAGNE

J'AI BESOIN D'AIDE OU DE SOUTIEN

DANS MON RÔLE DE PARENTS

LA PROTECTION MATERNELLE ET INFANTILE (PMI)

Les centres de protection maternelle et infantile sont des lieux gratuits, ouverts à tous, qui accueillent les parents et les enfants de moins de 6 ans. On peut y faire suivre sa grossesse, bénéficier de consultations après l'accouchement et du suivi médical de bébé.

POUR LES HABITANTS D'ILLE-ET-VILAINE :

Prendre rendez-vous au CDAS du Pays Malouin,

02 22 93 66 00

- Consultations médicales pédiatriques (0-6 ans) à Dinard et Pleurtuit.
- Permanences de la puéricultrice à Dinard et Pleurtuit et/ou visites à domicile : accompagnement personnalisé concernant la croissance, l'allaitement, l'alimentation, le sommeil et la vie quotidienne.

POUR LES HABITANTS DES CÔTES D'ARMOR :

Sur rendez-vous au 02 96 80 00 80

- Consultations médicales pédiatriques (0-6 ans), 1 vendredi par mois à la maison du Département (MDD) de Dinan.
- Permanences de la puéricultrice (à la crèche Mobydouce de Beaussais-sur-Mer) et/ou visites à domicile: accompagnement personnalisé concernant la croissance, l'allaitement, l'alimentation, le sommeil et la vie quotidienne.
- Consultations sage-femme : suivi de grossesse, préparation naissance et post-natale, à la maison du Département (MDD) de Dinan ou visite à domicile
- Actions collectives à la Maison du département de Dinan : Autour des livres

LE SERVICE « LE ROCHER »

Ce service propose un soutien éducatif pour la famille, dans le cadre d'un contrat de mesure éducative personnalisée signée entre la famille et le centre départemental d'action sociale.

Ses missions : Proposer aux parents du soutien/ Favoriser la communication dans la famille/ Permettre aux parents de prendre du recul/ Faire émerger les compétences de chacun des membres de la famille/Apaiser les tensions familiales /Favoriser l'ouverture sur l'extérieur pour l'ensemble de la famille. Pour en bénéficier, s'adresser au Centre Départemental d'Action Sociale (CDAS) du pays Malouin

02 22 93 66 00

LES LIEUX D'ACCUEIL ENFANTS-PARENTS

Ce sont des espaces conviviaux de jeux et d'échanges, ouvert à tous. Ils participent à l'éveil et à la socialisation de l'enfant. Ils permettent aux parents d'échanger avec des professionnels et de rencontrer d'autres parents. L'accès au lieu d'accueil est libre, anonyme et gratuit.

« LUNDI RÉCRÉATIF » POUR LES 0-4 ANS,

À Dinard, les lundis après-midis.

02 99 46 70 39

LIEU D'ACCUEIL ENFANT PARENT ITINÉRANT «TRICOTIN » POUR LES 0-6 ANS

À Ploubalay les mercredis matins et à Ploüer-sur-Rance les mardis matins.

06 75 33 48 72

L'ASSOCIATION ENRACINÉS (LANCIEUX)

L'association a pour but de développer des actions en faveur des familles. Ses missions sont d'informer, soutenir, créer du lien, être à l'écoute des parents et favoriser la confiance en leurs propres capacités.

association.enracines@gmail.com

www.facebook.com/assoenracines
www.instagram.com/asso_enracines

L'ASSOCIATION KERLATIO (CÔTE D'ÉMERAUDE)

Atelier KERLATIO accompagne les jeunes, les couples & les familles dans leur vie affective, relationnelle et sexuelle. Ateliers, groupes de parole, consultations individuelles, couple ou famille.

06 26 39 81 66

L'ASSOCIATION PARENTAL'ID (LE MINIHIC-SUR-RANCE)

Cette association propose des temps autour de la parentalité, avec des ateliers à l'attention des enfants, des parents ou des deux, des conférences et des moments conviviaux de jeu, de loisirs et d'informations

assoparentalid35@gmail.com

Les lignes d'écoute

ALLO PARENTS BÉBÉ (ASSOCIATION ENFANCE ET PARTAGE)

Des professionnels de la petite enfance à l'écoute des parents d'enfants de moins de trois ans, service anonyme et gratuit.

0 800 00 3456 (lundi au vendredi 10h-13h et 14h-18h)

ALLO PARENTS EN CRISE (ASSOCIATION ÉCOLE DES PARENTS)

Des psychologues, éducateurs, médiateurs familiaux à l'écoute des parents angoissés ou à bout, service anonyme et gratuit

0 805 382 300 (lundi au vendredi 10h-13h et 14h-20h, samedi 10h-13h)

ALLO PARLONS D'ENFANTS (ASSOCIATION AR ROC'H)

Des professionnels de l'enfance ou de l'adolescence et des bénévoles pour ré-pondre à la famille ou aux professionnels, service anonyme et gratuit.

02 99 55 22 22 (lundi au vendredi 10h-17h)

ÉCOUTE INFOS FAMILLES (FONDATION CATHOLIQUE APPRENTIS D'AUTEUIL)

Ecoute et conseil aux parents, familles et professionnels, au sujet des difficultés d'un enfant, ado ou jeune adulte, par exemple mal-être, rupture, décrochage scolaire, tensions familiales. Service confidentiel et gratuit par des professionnels de l'enfance et de l'éducation

01 81 89 09 50 (lundi mercredi jeudi vendredi 9h-18h, mardi 14h-19h)
eif@apprentis-auteuil.org

PSY SANTÉ PARENTS, LE FIL DES PÂTES AU BEURRE (ASSOCIATION LES PÂTES AU BEURRE)

Écoute et soutien des parents d'enfants de tous âges par des psychologues, psychomotriciens et psychiatres, service anonyme et gratuit par une association proposant par ailleurs des lieux de rencontres où l'on cuisine ensemble

02 40 16 90 50 (lundi 9h-11h, vendredi 12h-14h)

DANS MA VIE D'ADULTE

LE CYCLE « AU FIL DE SOI, MOI, MA FAMILLE, JOUR APRÈS JOUR »

Le Centre Départemental d'Action Sociale (CDAS) de Saint-Malo propose des rencontres et des activités gratuites tout au long de l'année, pour toutes personnes portant un intérêt pour le « bien vivre ensemble » avec divers objectifs :

- Rompre l'isolement,
- Partager son expérience au travers d'échanges, de cycles de rencontres sur les thèmes de la vie quotidienne, de la vie de famille, la communication, l'accueil des émotions,
- Favoriser une meilleure estime de soi,
- Développer ses compétences en participant à des ateliers créatifs, artistiques, d'écriture, d'expression théâtrale...
- Éveiller la curiosité par des sorties culturelles et la découverte du patrimoine.

CDAS de Saint-Malo : 02.22.93.66.70
yves.peran@ille-et-vilaine.fr
chrystelle.ollier-portier@ille-et-vilaine.fr

LE PLANNING FAMILIAL

Le Planning Familial 35 accueille toute personne, mineure ou majeure, pour des questions, des informations et/ou des consultations à propos de sexualités, contraception, santé, avortement (IVG), violences, vie familiale, vie affective, grossesses, sida et IST.

02 99 56 20 75
info@planning-familial-35.fr

L'ASSOCIATION « ROCKIE »

À Saint-Malo, l'association œuvre pour faciliter l'accès aux soins aux femmes en situation de fragilité du fait de leur situation économique et/ou sociale et particulièrement de leur état de santé, dû notamment aux violences et aux maladies.

Demande de rendez-vous :
accueil.rockie@gmail.com

POUR L'AIDE SOCIALE OU ADMINISTRATIVE, L'ACCÈS AUX DROITS, LE LOGEMENT

LA CAISSE D'ALLOCATIONS FAMILIALES (CAF)

Pour s'informer sur les droits et prestations :

3230

Permanences assurées à Dinard (CCAS), Saint-Malo et Dinan, sur rendez-vous.

FRANCE SERVICES :

Finances, social, santé, emploi, formation, jeunesse, accès aux droits, infos juridiques, numérique, habitat ou mobilité. Les médiatrices France Services vous informent et vous aident dans vos démarches administratives.

Pour un accompagnement personnalisé, ouvert à tous, à Pleurtuit sur rendez-vous

02 57 11 01 13

LE CENTRE DÉPARTEMENTAL D'ACTION SOCIALE D'ILLE-ET-VILAINE (CDAS), *pour les habitants du 35*

Il a une mission d'accueil de tous les publics qui rencontrent des difficultés. Cela peut aller d'une petite difficulté passagère, qui nécessite de recourir à des aides, à la volonté d'être accompagné dans la durée.

Des professionnels exerçant différents métiers y travaillent : assistantes sociales, éducateurs, infirmières, psychologues, sage-femmes, puéricultrices et médecins PMI, mais aussi des conseillers sur divers thématiques (enfance, insertion, per-sonnes âgées et handicapées, économie sociale et familiale).

02 22 93 66 00

LA MAISON DU DÉPARTEMENT DE DINAN (MDD), *pour les habitants du 22*

Vous avez besoin d'une écoute, d'une information, d'une orientation, d'un accompagnement dans les démarches médico-sociales, les assistantes sociales vous reçoivent sur rendez-vous

02 96 80 00 80

L'ASSOCIATION MALOUINE D'INSERTION ET DE DÉVELOPPEMENT SOCIAL (AMIDS) *(Ille-et-Vilaine)*

Accueillir, accompagner, insérer.

02 99 21 00 95
contact@amids.fr

L'ASSOCIATION LE GOÉLAND *(Ille-et-Vilaine)*

Association d'accompagnement social lié au logement et aide éducative.

02 99 56 72 07

L'ASSOCIATION STEREDENN *(Côtes d'Armor)*

Une équipe de professionnel(le)s pour vous accompagner sur différentes thématiques : logement, projet professionnel, emploi, mobilité, bien-être.

02 96 85 25 24 - contact@steredenn.org

LE CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE (CCAS)

Les CCAS ont pour rôle de venir en aide aux personnes en difficulté financière et/ou fragilisées socialement. Ils mettent en œuvre les solidarités et organisent l'aide sociale au profit des habitants de la commune.

Dinard *02 99 46 50 99*
Lancieux *02 96 86 22 19*
La Richardais *02 99 88 50 90*
Le Minihic-sur-Rance *02 99 88 56 15*
Pleurtuit *02 19 00 15 65*
Saint-Briac-sur-Mer *02 99 88 39 42*
Saint-Lunaire *02 99 46 09 04*
Trémereuc *02 96 27 83 17*

MON ENFANT ET/OU MOI SOMMES VICTIME DE VIOLENCE

arretonslesviolences.gouv.fr/besoin-d-aide

POLICE ET GENDARMERIE

Police de Dinard *02 99 20 30 01* *02 99 20 30 00*
Police Dinan *02 96 39 57 57*
Gendarmerie de Pleurtuit *02 99 88 41 42*
Gendarmerie Dinan *02 96 87 74 00*

L'ASSOCIATION POUR L'INSERTION SOCIALE (AIS 35)

Vous êtes en lien avec des victimes/vous êtes victime ou mis en cause, une intervenante sociale vous reçoit dans les commissariats et brigades de gendarmerie du pays de Saint-Malo, Dinard, Pleurtuit : Accueil, écoute, soutien, orientation. L'accompagnement est gratuit et confidentiel.

POUR L'ILLE-ET-VILAINE :

07 66 83 44 23 - lydie.boulau@ais35.fr

POUR LES CÔTES D'ARMOR :

07 77 98 53 79

LA LUTTE CONTRE LES VIOLENCES INTRA-FAMILIALES

Les centres hospitaliers de Saint-Malo et de Dinan offrent des consultations ayant pour but d'accompagner les victimes de Violences Intra Familiales et notamment les victimes de violences conjugales.

Il s'agit de proposer à la victime : un temps d'écoute bienveillant / une aide personnalisée adaptée à sa temporalité / un parcours de soins.

Les consultations sont gratuites et peuvent être anonymisées.

CENTRE HOSPITALIER DE ST MALO

Consultations adultes 02 99 21 27 90
Consultations enfants 02 99 21 27 42

CENTRE HOSPITALIER DE DINAN

02 96 85 72 50

NUMÉROS ET SITES NATIONAUX UTILES

INFO SERVICE PUBLIC
3939
www.service-public.fr

ENFANCE EN DANGER
119
Appel gratuit 24h/24h - 7j/7

PHARE ENFANTS-PARENTS
0810 810 987
Prevention du mal-etre et du suicide des jeunes. Famille en deuil : suivi psychologique, lieu ressources, ligne d'ecoute

STOP DJIHADISME
0800 005 696
www.toujourslechoix.fr

SIDA INFO SERVICE
0800 840 800
www.sida-info-service.org

ALERTE ENLEVEMENT
116 000

FIL SANTE JEUNES
3224
Service anonyme et gratuit tous les jours de 8h a 23h

VIOLENCE FEMME INFO
3919

DROGUE INFO SERVICE
0800 23 13 13
De 8h a 21h, appel gratuit depuis un poste fixe

CENTRE ANTI POISON
02 41 48 21 21

HARCELEMENT SCOLAIRE
3020

Samu : 15
Police : 17
Pompier : 18
Samu social/heberge-ment d'urgence : 115
Numero urgence europeen : 112