

Informations relatives aux numéros utiles
pendant la période de confinement
à destination des familles

Thématiques abordées :

- Cyber harcèlement
- Guide pour les parents confinés
- Handicap
- Mal-être
- Planning familial de Périgueux
- Précarité
- Protection de l'enfance
- Violences conjugales
- Solidarité numérique

- Document réalisé par le service social en faveur des élèves de la Dordogne -

- **Cyber harcèlement**

Deux numéros verts :

→ 0 800 200 000 Net écoute

→ 30 20 plateforme nationale « stop harcèlement ».

- **Guide pour les parents confinés**

Sur le site "*égalité femme-homme*" ce trouve un guide intitulé "*le guide des parents confinés*".

On peut y trouver des « *trucs et astuces* » pour faciliter le quotidien des parents.

- **Handicap**

La Fédération Nationale Grandir Ensemble a lancé, sous l'égide du Secrétariat d'État aux Personnes Handicapées, une plate-forme nationale d'écoute, d'aide et de soutien aux familles ayant un enfant en situation de handicap avec quatre objectifs :

- 1) permettre aux familles, notamment monoparentales, de bénéficier de quelques moments de répit, par une intervention de professionnels habilités à leur domicile, pour leur permettre de se reposer, de faire leurs courses, de consacrer du temps au reste de la fratrie ;
- 2) permettre aux familles ne pouvant pas quitter leur domicile, de bénéficier d'une aide de volontaires pour faire leurs courses de première nécessité ;
- 3) proposer aux familles des espaces d'écoute ou de conseil éducatif à distance pour surmonter les phases plus difficiles ;
- 4) accompagner les personnels soignants ou ayant une activité vitale pour le pays, lorsqu'ils sont eux-mêmes, parents d'un enfant en situation de handicap afin de trouver une solution de garde adaptée aux besoins spécifiques de leur enfant.

Les missions de cette plate-forme s'inscrivent en complément des mesures déjà prises par l'État et ne se substituent pas aux missions des établissements médico-sociaux qui assurent une continuité d'accompagnement auprès des familles. Elle agit en complémentarité des dispositifs existants, en coordination avec les autres réseaux ou chaînes de solidarité qui se mettent en place, et dans le strict respect des règles sanitaires en vigueur.

Plateforme "Tous Mobilisés"
du lundi au samedi (de 9h à 12h et de 14h à 17h)
0 805 035 800 (numéro d'appel gratuit)
www.grandir-ensemble.com

Précisions : la MDPH fait dans un premier temps appel aux professionnels suivant habituellement l'enfant à domicile ou en établissement médico-social. Si aucun professionnel ne peut intervenir auprès de la famille, ils font appel à un service d'aide à domicile pour des

interventions ponctuelles, afin de soulager un peu les familles dans leur quotidien. Et ils trouvent des services et du personnel pour soutenir ces familles.

La MDPH les accompagne également dans le montage financier pour trouver des aides auprès de la MDPH notamment.

- **Mal-être :**

- CMP rue Thiers à Périgueux assure une permanence téléphonique (psychologue et psychomotricien) au **05.53.82.82.56**

Pour tous les autres CMP du département, permanence centralisée à Périgueux du lundi au vendredi 9h 18h non-stop au **05.53.45.29.14**.

Orientation vers les praticiens en lien avec les familles.

- La maison des ados (Périgueux et Bergerac) : la secrétaire assure une permanence téléphonique du lundi au vendredi de 10h à 12h et de 13h 45 à 16h30 au **05.53.61.55.93**.

Natacha Beuzelin, Éducatrice spécialisée assure une permanence du lundi au vendredi de 9h30 à 12h30 et 14h à 18h au **06.38.70.82.38**.

Après un premier entretien téléphonique l'intervention d'un psychologue de la structure peut être envisagée. Maison des Adolescents de la Dordogne

Par mail (maisondesados24@gmail.com)

- Fil Santé Jeune assure un tchat sur son site internet et peut être joint sur sa ligne d'écoute au **0 800 235 236**

- La Croix-Rouge maintient le lien social des personnes vulnérables isolées.

Pour faire face à cette situation exceptionnelle liée à la crise du COVID-19 et assurer sa mission d'aide aux personnes vulnérables, la Croix-Rouge française a mis sur pied un dispositif exceptionnel de conciergerie solidaire : « **Croix-Rouge chez vous** ».

Toute personne vulnérable confinée en situation d'isolement social peut appeler 7j/7, de 8h à 20h, le numéro national **09 70 28 30 00** pour bénéficier d'une écoute chaleureuse et rassurante de la part des bénévoles formés à l'écoute, de la possibilité de commander des produits de première nécessité (denrées alimentaires, produits d'hygiène et d'entretien, médicaments) que des volontaires de la Croix-Rouge leur livreront chez elles en toute sécurité dès le lendemain.

- Conseil à destination des parents pour la gestion du confinement pour les enfants TSA, TDAH, troubles anxieux...

Fiches pratiques (rédigées par le service de pédopsychiatrie de Debré) à destination des parents pour la gestion du confinement pour les enfants avec TSA, TDAH, troubles anxieux, etc., mais aussi pour la gestion des devoirs par exemple. Les fiches sont mises à jour régulièrement.

<https://www.pedopsydebre.org/fiches-pratiques>

- **Planning familial de Périgueux**

Permanence téléphonique du lundi au mercredi de 9h30 à 12h30 et 13h30 à 16h30 au **05.53.53.11.96**.

- **Précarité financière**

Les Unités Territoriales (UT) du conseil départemental organisent des permanences téléphoniques aux numéros suivants :

- UT de Bergerac :
Permanence téléphonique 9h à 17h du lundi au vendredi au **05.53.02.04.00**.
- UT de Périgueux :
Permanence téléphonique 9h à 17h du lundi au vendredi au **05.53.02.02.00**.
- UT de Ribérac :
Permanence téléphonique 9h à 17h du lundi au vendredi au **05.53.02.06.80**.
- UT de Mussidan :
Permanence téléphonique 9h à 17h du lundi au vendredi au **05.53.02.00.50**.
- UT de Nontron :
Permanence téléphonique 9h à 17h du lundi au vendredi au **05.53.02.07.00**.
- UT de Sarlat :
Permanence téléphonique 9h à 17h du lundi au vendredi au **05.53.02.07.77**.

Les restos du cœur sont joignables au **09.86.32.14.60** ou au **05.53.46.12.88** ou par mail ad24.perigueuxrte-angouleme@restosducoeur.org

Le secours populaire distribue des colis alimentaires joignable du lundi au vendredi de 14h à 17h au **05.53.09.57.84**

- **Protection de l'enfance :**

Les assistants sociaux du service social en faveur des élèves restent à votre disposition pour toute situation relevant de la protection de l'enfance.

Vous pouvez les joindre en appelant l'établissement dans lequel est inscrit votre enfant, par Pronote ou par leur adresse mail que vous trouverez à l'adresse suivante :

http://cache.media.education.gouv.fr/file/DSDEN_24/06/5/Permanencier_1264065.pdf

→ Vous pouvez également contacter le **119**. Numéro d'appel d'urgence gratuit enfance en danger.

- **Violences conjugales:**

Enfants ou adultes victimes de violences conjugales :

→ **39 19** (numéro national sur les violences conjugales, gratuit et anonyme accessible de 9h à 19h du lundi au samedi)

→ **114**. Numéro d'alerte par **SMS** (police, gendarmerie, SAMU et pompier), lorsque l'on ne peut pas sortir de chez soi, ni faire de bruit.

- **Solidarité numérique**

- **Centre d'aide pour accéder aux services en ligne essentiels**

Le Secrétariat d'Etat au Numérique soutient l'initiative du centre d'aide « *Solidarité Numérique* », porté par les acteurs de la médiation numérique autour de la coopérative La MedNum.

Il s'agit d'apporter une aide à celles et ceux qui ont besoin d'être accompagnés dans la prise en main de services en ligne essentiels en période de confinement :

- faire ses courses en ligne,
- faire ses démarches administratives,
- télé-consulter un médecin,
- s'informer,
- communiquer avec des proches, etc...

Deux outils sont mis à disposition :

- 1) numéro d'appel gratuit : **01 70 772 372** (ouvert, à ce stade, en semaine de 9h à 18h) pour être aidé par un médiateur numérique volontaire au téléphone ;
- 2) un site internet <https://solidarite-numerique.fr/> pour trouver des tutoriels et guides pas à pas, simples à regarder pour apprendre à faire seuls ces démarches ;

N'hésitez pas à relayer l'information de ce centre d'aide pour que les personnes en difficulté avec le numérique puissent avoir connaissance de cette solution et ainsi être aidées.