

Les Associations

Rencontre avec d'autres Parents, Echanges, Ecoute, Soutien, Conseils et Orientation

- LE BAOBAB : lieu d'accueil parents/enfants au 10 rue de Zilina 92000 Nanterre Tél : 01 47 25 33 44
- LE SQUARE : lieu d'accueil parents/enfants au 144 rue S. Allende 92000 Nanterre Tél : 01 49 00 07 88
- Association MAMAN BLUES : Sur le site contact sur un formulaire en ligne ou sur le forum : forum@maman-blues.fr
- Association AGAPA deuil périnatal, fausse-couche, IMG, IVG : contact@agapa.fr , Tél : 01 40 45 06 36
- L'Association CLAPOTIS & RICOCHETS a pour objectif de favoriser les relations entre parents et enfants à travers le jeu.
Deux adresses : Clapotis : 70 rue Lamartine et Ricochet : 4 rue Eugène Varlin. Tel: 01 46 69 08 99 ou mail: clapotisricochets@gmail.com
- Association CESARINE: Information et soutien autour de la naissance par césarienne. <https://www.cesarine.org/> mail: info@cesarine.org
- Allo PARENTS BEBE au 08 00 00 34 56
- JUMENTS ET PLUS : 06 73 51 05 78 - secretariat@jumeaux-et-plus.fr

Fatigue, Epuisement: Connaissez vous les aides à domicile ?

AIDES A DOMICILE : Intervenante TISF, Auxiliaire de vie ou Aide à domicile

- Numéro unique : 01 41 87 04 60 (AMFD) choix 2
- Très facile à mettre en place, il vous suffit d'appeler directement l'association AMFD avec votre numéro d'allocataire CAF
- Le tarif dépend de vos revenus - Gratuité pour les jumeaux - Intervention de 4H minimum

Une situation de déprime, d'irritabilité, un sentiment de culpabilité?

1 femme sur 4 souffre de ces signes après un accouchement

N'hésitez pas à en parler :

à votre médecin traitant (diagnostic : traitement si besoin / arrêt maladie si besoin)
à votre sage-femme référente lors de l'entretien postnatal ou des séances postnatales
à la PMI, à votre pharmacien.... à un autre professionnel de santé, avec d'autres parents, dans les associations...

CE SUJET NE DOIT PAS ETRE TABOU

Être parent n'est pas toujours facile

Un entretien avec un(e) psychologue permet de pouvoir s'exprimer sur son ressenti, son vécu

- Psychologue PMI municipale : 01 41 37 58 95 - Prendre contact avec la puéricultrice au 18 rue Maurice Thorez
- Psychologue PMI départementale: Mme Isabelle DEPROUW en appelant les plateformes : 01 47 29 30 32 ou 08 06 00 00 92
ou contactez une puéricultrice ou une sage-femme
à la PMI du "Quartz" 4 avenue Benoit Frachon ou à la PMI des "Champs aux Melles" 2 allée Fernand Léger
- Psychologues libérales en ville
- Psychologues à l'association Le Baobab au 10 rue de Zilina (en bas de l'immeuble) 01 47 25 33 44 <http://lebaobab-nanterre.org/>
- Psychologue à la Maternité de Nanterre: 01 47 69 65 65 poste 7241
- Des psychologues à l'Espace santé jeunes (moins de 25 ans) au 10 rue des Carriers tel: 01 71 11 44 60
- Psychologue et Conseillère conjugale et familiale au Centre de santé sexuelle au 18 rue Maurice Thorez 01 41 37 58 95 ou au centre de santé du Parc 01 41 37 58 95 au 01 47 29 50 71 au 79 avenue Pablo Picasso. Possibilité de rendez-vous sur Doctolib

Besoin d'accompagnements: administratif, financier, logement, repas, violences

ASSISTANTES SOCIALES

- Assistante sociale du CCAS à la mairie de Nanterre le standard : 01 47 29 50 50
- Assistante sociale de la CAF si vous êtes mère célibataire et votre enfant a moins de 3 ans
- Vous adresser à une puéricultrice de PMI qui vous aidera à trouver une assistante sociale

AIDES ALIMENTAIRES

- Les restos du cœur: 95 avenue de la liberté, 01 47 21 87 22
- Secours populaire: 13 place du Docteur Pierre, 01 47 25 98 06
- Relai bébé : appe.relaisbebe@gmail.com

VIOLENCES

- Maison des femmes : 215 Terrasse de l'arche - 01 71 11 44 75- maisondesfemmes@mairie-nanterre.fr
- Parcours DIANE : Hôpital de Nanterre- 01 47 69 73 79 - parcours.diane@ch-nanterre.fr