Être parents

Élever un enfant est exigeant. De nombreux parents se demandent souvent ce qui est bon pour leur enfant. Les échanges avec d'autres parents peuvent être très utiles. Il existe aussi divers centres d'aide et de consultation.

Lieux de rencontre

Il existe une large palette d'offres destinées aux mères et aux pères qui souhaitent échanger des idées avec d'autres parents ou participer à des activités avec leurs enfants. Certaines offres sont spécialement conçues afin que les parents suisses et étrangers puissent se rencontrer.

- Pour les enfants en bas âge, il existe beaucoup d'offres qui permettent aussi aux parents de faire connaissance.
- La gymnastique parents-enfants ("MuKi-/VaKi-/ElKi-Turnen") propose des jeux, des divertissements et du mouvement pour les parents et leurs jeunes enfants. Cette gymastique est proposée dans la plupart des communes.
- Dans les centres familiaux on trouve plusieurs activités pour les parents et leurs enfants.

Dans les lieux de rencontre librement accesssibles du Centre de puériculture, vous pouvez rencontrer d'autres parents, nouer des contacts et profiter des salles d'allaitement, de pesage, de lecture et de jeux.

Formation des parents

Dans le canton de Berne, les parents peuvent suivre des cours sur différents thèmes. Certains cours répondent aux besoins spécifiques des migrantes et des migrants. On en trouve par exemple sur le système scolaire suisse. Certains de ces cours sont également proposés dans des langues étrangères. On peut se renseigner sur le portail familial du canton, auprès des écoles ou de la commune de domicile. Il existe aussi différentes offres de préparation et de soutien à la naissance.
Lors des consultations de groupe gratuites au Centre de puériculture, vous pouvez échanger sur les sujets d'actualité concernant la famille, recevoir de précieuses suggestions d'experts et nouer de nouveaux contacts dans votre région.

Consultation en éducation

Toute personne qui se pose des questions sur l'éducation de son enfant peut s'adresser à divers centres de consultation. Des services psychologiques pour enfants et adolescents existent dans toutes les régions. Sur mandat du canton, ils offrent gratuitement des conseils aux familles avec enfants. Les centres de consultation pour père et mère proposent leur aide dans les diverses communes, y compris pour les soins aux nourissons. En cas d'appels d'urgence des parents, des spécialistes les conseillent par téléphone ou par mail (téléphone 0848 35 45 55 (tarif réseau fixe), www.elternnotruf.ch)

Centre de puériculture

Les consultations pour parents sont des consultations gratuites sur la nutrition, les soins, le développement et l'éducation des enfants âgés de 0 à 5 ans. La consultation a lieu dans un centre de consultation, par téléphone ou en ligne. Si vous rencontrez des difficultés liées à la barrière de la langue, n'hésitez pas à nous contacter – nous trouverons une solution !
Informations sur le Centre de puériculture en 16 langues
Informations et inscriptions : 03 15 52 16 16.

Plus d'informations (liens, adresses, aide-mémoires, broschures)

www.hallo-bern.ch/fr/partenariat-et-enfants/etre-parents