



## Soutien aux parents

### Réseautage et éducation

Élever des enfants est l'une des tâches les plus exigeantes de la parentalité. Aucun enseignement n'y prépare les futurs parents. C'est pourquoi l'échange avec d'autres parents ou avec des personnes compétentes en la matière est précieux. Les communes fournissent des informations sur les offres qui encouragent les parents au partage des idées. On rencontre régulièrement des associations de femmes et de mères catholiques et également des groupes d'hommes. Des crèches pour bébés ou de la gymnastique parent-enfant (gymnastique Mamans/enfants-Papas/enfants-Parents/enfants) pour les enfants d'âge préscolaire sont aussi répandues.

### Échanges et réponses

En cas de questions ou d'inquiétudes dans le cadre de l'éducation de vos enfants, des centres d'information peuvent vous renseigner lors de problèmes et vous orienter. Le Centre médico-social du Haut-Valais (SMZO) guide les mères et les pères dans leurs démarches et sert de point de contact aux parents de nourrissons et de jeunes enfants jusqu'à 4 ans. Ici, des professionnel/les dispensent des conseils en rapport avec toutes les questions liées aux soins, à la nutrition, au développement, à l'éducation et aux questions psychosociales.

Le Centre pour le développement et la thérapie (ZET) est à la disposition des parents, des enfants et des adolescents jusqu'à l'âge de 20 ans. Il est compétent pour les questions de développement psychologique, social, moteur et/ou linguistique, d'éducation et de formation. Il propose de la logopédie, de la psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent ainsi que du soutien psychologique dans les situations de stress, de l'hyperactivité, des difficultés scolaires, etc. Les parents peuvent contacter directement le ZET ou se renseigner sur l'offre auprès de l'école ou de la crèche.

La ligne d'urgence « SOS parents » ou la fondation « Pro Juventute » mettent à disposition des parents en détresse un soutien d'experts qui les conseilleront par téléphone ou par e-mail.

- SOS parents (Eltern Notruf) 0848 35 45 55 (tarif ligne fixe)
- Pro Juventute 058 261 61 61 (tarif ligne fixe)

**Consultation de la mère et du père (SMZO) / [www.smzo.ch](http://www.smzo.ch)**

**Centre de développement et de thérapie de l'enfant et de l'adolescent (ZET) / [www.vs.ch](http://www.vs.ch)**

**SOS parents / [www.elternnotruf.ch](http://www.elternnotruf.ch)**

**Pro Juventute / [www.projuventute.ch](http://www.projuventute.ch)**

**Emploi des jeunes Haut-Valais / [www.jeunessevalais.ch/](http://www.jeunessevalais.ch/)**