



FICHE GUIDE : AIDE AUX MERES

Vos patient.e.s victimes ou ayant été victimes ont besoin d'aide dans la vie quotidienne, notamment avec les enfants :

Associations locales :

Solidarité Femmes 21

Ateliers parentalités

03 80 67 17 89

solidaritefemmes21@outlook.fr

43A A, 43E de Mulhouse Hall A, 21000 Dijon

Maison des Adolescents de Côte-d'Or et de leurs parents

mdap21@chlcdijon.fr

03.80.44.10.10

19 rue Bannelier

21000 DIJON

Lieu d'accueil, d'écoute pour les jeunes scolarisés de leur entrée au collège jusqu'à 25 ans, et de leurs familles.

Les Mamies dépanneuses :

Réseau de baby-sitting solidaire qui s'adresse aux parents d'enfants de 2 mois et demi à 11 ans sous réserve de conditions particulières

03 80 71 91 14 - Accueil@centresocialquetigny.fr

Asso Super Mamans Côte d'OR

Contact : supermamans.cotedor@gmail.com

www.supermamansfrance.fr

Mission : Apporter un repas fait maison à des jeunes mamans qui viennent d'accoucher pour les soulager dans leur post partum.

Centre de Planification et Education Familiales:

5 bis rue Devosge, 21000 Dijon

03 80 63 68 34

Planning Familial de la Côte d'Or

07 84 74 84 90

43 route de Dijon, à Longvic

Association féministe et d'éducation populaire, le planning familial de Côte d'Or agit avec des

personnes, pour les accompagner dans leur choix en matière de vie affective, relationnelle et sexuelle.

Protection maternelle et infantile

Parents ou futurs parents ? Le Département de la Côte-d'Or est à vos côtés de la grossesse aux 6 ans de votre enfant. Les médecins, infirmières-puéricultrices et sages-femmes de la Protection Maternelle et Infantile (PMI), service de santé publique pour tous, accompagnent les femmes enceintes, futurs parents et enfants de 0 à 6 ans, à la maison, à la crèche ou à l'école.

Service Protection Maternelle et Infantile

1 Rue Joseph Tissot 21000 Dijon

Tél : 03 80 63 66 13

Email : pmi@cotedor.fr

Applications :**Appli TI3RS**

Le réflexe communication pour parents séparés dans un contexte de violences conjugales et de ses services.

Le site Internet : www.ti3rs.fr

adresse URL du site : www.ti3rs.fr

e-mail : ti3rs.communication@gmail.com

Application mobile qui sert de tiers de confiance neutre, permettant une communication sécurisée, la gestion des horaires de réception des messages, et l'enregistrement de tous les échanges. L'application réduit la charge mentale et la violence liée aux communications, tout en simplifiant les démarches juridiques grâce à un historique précis. Le projet s'entoure de partenaires partageant ses valeurs, notamment des associations de lutte contre les violences conjugales et de prise en charge des auteurs de violences.

Abonnement payant

Mémo de vie

Mémo de Vie est une plateforme conçue pour offrir un soutien essentiel à toute personne confrontée à des situations difficiles, qu'il s'agisse de victimes, de proches ou de témoins de violences, tout en s'adaptant à leurs besoins spécifiques. Une plateforme gratuite, sécurisée et personnelle pour protéger vos documents et témoignages.

- Comprendre votre situation et analyser ce que vous traversez
- Préparer vos démarches (Droit, Santé, Social)
- Conserver et centraliser vos témoignages et vos documents
- Être accompagné par un professionnel

<https://www.memo-de-vie.org/>



FICHE GUIDE : AIDE AUX MERES

App-elles

Application qui permet d'alerter les proches, d'enregistrer des preuves, de contacter les secours et d'accéder rapidement aux ressources d'aides disponibles localement.

<https://app-elles.fr/>

Collectifs :

La collective des mères isolées

@collectivemeresisolees sur insta

Association féministe et réseau d'entraide dédié aux mères solos, qui offre un espace d'échange, de soutien et de mobilisation, notamment au travers de plusieurs groupes whats app.

Le Réseau National des mères en lutte

Collectif féministe de chercheuses, de militantes et de survivantes de VC qui documente les violences post séparation et peut apporter un soutien aux victimes.