



Centre PMS libre de Ottignies - Louvain-la-Neuve

Rue des Liégeois 7

1348 Louvain-la-Neuve

T 010 414793

E ottignies@centrepms.be

Le 26 mars 2020

Chères familles,

La crise sanitaire engendrée par le Covid-19 et le confinement décidé par les pouvoirs publics qui en résulte bouleversent nos habitudes. Ces mesures sont susceptibles de générer de l'anxiété et des difficultés à trouver un nouvel équilibre au sein de la famille. En effet, il n'est pas simple de consacrer du temps aux enfants, aux proches, et à soi tout en poursuivant le télétravail. De même, pour les jeunes, il faut trouver un nouveau rythme, gérer les contacts sociaux à distance, trouver une juste distance avec sa famille (entre besoin d'espace et besoin de présence), découvrir de nouvelles manières de s'occuper.

Le centre PMS libre d'Ottignies – Louvain-la-Neuve souhaite vous témoigner son soutien. Même si nous avons dû adapter notre organisation du travail, notre service reste ouvert durant la période scolaire. Les agents PMS qui collaborent avec l'établissement scolaire de vos enfants mettent tout en œuvre pour assurer leurs missions dans la mesure du possible compte tenu de la situation actuelle. Nous sommes joignables tant par les parents que par les jeunes par mail (pmsmartinv@centrepms.be) afin de convenir du moment et de la modalité de contact (téléphone, skype, teams, etc.). Nous restons disponibles pour toute question relative à la vie scolaire notamment concernant l'orientation ou les projets d'intégrations.

D'autre part, nous souhaitons vous rappeler qu'une série de services d'aide existent tant pour les parents que pour les enfants/adolescents qui peuvent s'avérer d'autant plus utiles dans ce contexte de confinement. La page suivante reprend les principaux services et initiatives auxquels vous pourriez accéder.

Restons solidaires, et continuons à prendre soin les uns des autres dans cette période délicate.

L'équipe PMS,

Isabelle Berthon,
Julie Carmon,
Hélène Leleux,
Pauline Vermaut,
Christophe Mussolin (direction)

L'AMO La Chaloupe a créé une émission en direct abordant de manière constructive des thématiques en lien avec la crise actuelle tous les jours de 14h à 15h sur radio Louiz 104.8FM et sur le FB de La Chaloupe. Toutes les informations sont données en temps réel sur leur page Facebook. <https://www.facebook.com/lachaloupeamo/>

SOS Parents



Pendant toute la durée du confinement

+32 (0)471.414.333
Tarif d'appel habituel

7J/7 de 8h à 20h

Des psychologues spécialisés à votre écoute gratuitement

TÉLÉ-ACCUEIL
Quelqu'un à qui **PARLER**



Le suicide Une oreille lorsque le monde semble muet
0800 32 123
www.preventionsuicide.be

103
Ecoute-Enfants
Numéro gratuit et anonyme
7j/7 de 10h00 à minuit



Coronacontact:
0800 146 89
info-coronavirus@health.fgov.be
www.info-coronavirus.be



CONFINEMENT
=
**RISQUE ACCRU DE VIOLENCES CONJUGALES
ET INTRA-FAMILIALES**

BESOIN D'AIDE?

APPELEZ LE 0800 30 030