

## Les constats :

**Être ou devenir parents est une étape importante, longue et souvent complexe dans la vie de tout un chacun.**

Les valeurs et les modes de vie évoluent. Les changements dans les structures familiales et sociétales ont des répercussions sur l'équilibre familial et le bien-être des parents et des enfants.

Les parents peuvent se sentir seuls, démunis, découragés et parfois épuisés dans l'exercice de leur fonction parentale et éducative. Ils ne savent pas toujours vers qui se tourner pour être aidés, soutenus. La peur d'être repéré ou jugé négativement peut faire barrage à une consultation préventive, au moment opportun. En outre, les listes d'attente pour obtenir un rendez-vous spécialisé, sont source de découragement et maintiennent les parents dans l'inquiétude alors qu'ils ont besoin d'en parler, d'être écoutés, de faire le point rapidement.

**Pour les adolescents et jeunes adultes, demander de l'aide est encore plus compliqué** car ils sont censés prendre de l'indépendance et se débrouiller seuls. Or cette période fragile du « devenir adulte » peut s'accompagner d'un vécu douloureux qui, parfois, à défaut d'en parler, va s'exprimer au travers de conduites à risques ou de mises en danger.

Certains jeunes vont chercher des réponses sur internet avec tous les risques que cela comporte. D'autres éprouvent des difficultés à faire le premier pas ou ne savent pas vers qui se tourner.

Aller au devant de ces jeunes, utiliser pour cela leur mode de communication semble une priorité, afin de générer un premier contact, de leur tendre la main.

De plus, pour beaucoup d'adolescents ou jeunes, l'anonymat physique est une condition primordiale pour parler de problématiques délicates (Racket, harcèlement, abus sexuels, suicide, violences...) mais aussi pour poser certaines questions ou pour faire part de leur mal-être.

Plusieurs associations françaises proposent aux familles des dispositifs simples d'écoute, de soutien psychologique, d'orientation, au téléphone et par internet, comme Parentel et

PASAJ à Brest, Allô Parents Marseille, Fil Santé Jeunes à Paris, Point Écoute Parents, Espace Écoute Jeunes à Nantes...

**Allô Parents Montpellier a fait ce choix, d'être au plus près de la demande des familles et des jeunes, en proposant sur le département un service d'aide psychologique, au téléphone et sur internet, rapide et facile d'accès, anonyme et gratuit.**

Parallèlement au service « **Allô Parents** », fort de son succès, comptant près de 300 entretiens téléphoniques réalisés en 2014 par l'équipe de psychologues, « **Allô Jeunes** » ouvrent ses permanences au téléphone et sur internet. Ce dispositif participera à la Prévention Santé des jeunes et à l'articulation des services d'aides et d'accompagnement des adolescents et des jeunes adultes, à Montpellier et dans le département.

## **ALLÔ PARENTS MONTPELLIER**

**une Association de Loi 1901 qui a pour objet :**

- *Le bien-être dans la cellule familiale et dans les relations parents-enfants*
- *L'écoute des jeunes, des futurs parents et parents en questionnement*
- *Le soutien des fonctions éducatives et parentales*
- *Le soutien de la maturation, de l'autonomisation des jeunes*
- *La participation à la Prévention des souffrances psychiques individuelle ou familiale, de leur expression dans les conduites à risques, mises en danger et violences, de leurs conséquences sur la Santé.*
- *La participation à l'articulation des réseaux d'aides et de soins de la Ville de Montpellier et du département.*
- *La participation à la formation des professionnels travaillant auprès des familles et des jeunes.*

## Nos valeurs :

Écouter, soutenir psychologiquement, informer, orienter tout Parent et tout Jeune en demande, avec bienveillance, sans jugement de valeurs, dans la confidentialité et le respect de la singularité de la personne et de sa famille

## Nos Services :

Les permanences «Allô Parents» : Lundi, Mercredi, Vendredi :9h30-13h  
et le mardi de 17h-20h (Téléphone, messages)

Les permanences « Allô Jeunes » : Lundi, Mercredi, Jeudi : 15h - 19 h  
Au téléphone et sur internet

Les consultations « Allô Parents »

et les groupes de paroles à la Maison de la Prévention Santé



Les groupes de paroles pour les parents d'adolescents  
en partenariat avec la Maison des Adolescents



Et aussi :

Les ateliers de Prévention Santé des jeunes

La formation continue pour les professionnels

L'animation de groupes d'analyse des pratiques professionnelles

L'animation de conférences-débats pour les parents.

La Ville de Montpellier et la CAF de l'Hérault soutient  
Allô Parents et ses actions de Prévention Santé.



*Afin de continuer à répondre à la forte demande de soutien des parents et des jeunes, en augmentant le temps d'écoute par des professionnels et en animant des actions gratuites de prévention, nous avons besoin de votre aide. Vous pouvez soutenir l'association en y adhérant ou avec un don, un financement.*

**Tarifs adhésion :12 euros (5 euros pour les moins de 25 ans)**

## Composition du Bureau :

Présidente : Claudine Hérail-Teste, Psychologue clinicienne

Vice-Président : Gurval Leost, Ingénieur Com Internet

Secrétaire : Adeline Herriau, Assistante Formations Web

Trésorière : Caroline Martini, Professeur au Lycée

Directrice : Véronique Goudé-Cabon, Psychologue clinicienne

Infos : 06 12 75 23 64 ou [allopainentsmontpellier@live.fr](mailto:allopainentsmontpellier@live.fr)

**Permanences Allô Parents et Allô Jeunes : 04 67 61 08 43**

Visitez [www.allopainents-montpellier.com](http://www.allopainents-montpellier.com) et nos pages facebook



**Une association qui aide  
les parents d' enfants de tout âge  
et les Jeunes de 10 à 25 ans  
avec des psychologues à leur écoute  
au téléphone et par internet**

au **04.67.61.08.43**

**Anonyme, confidentiel et gratuit**

[allopainentsmontpellier@live.fr](mailto:allopainentsmontpellier@live.fr)

[allojeunes34@gmail.com](mailto:allojeunes34@gmail.com)

