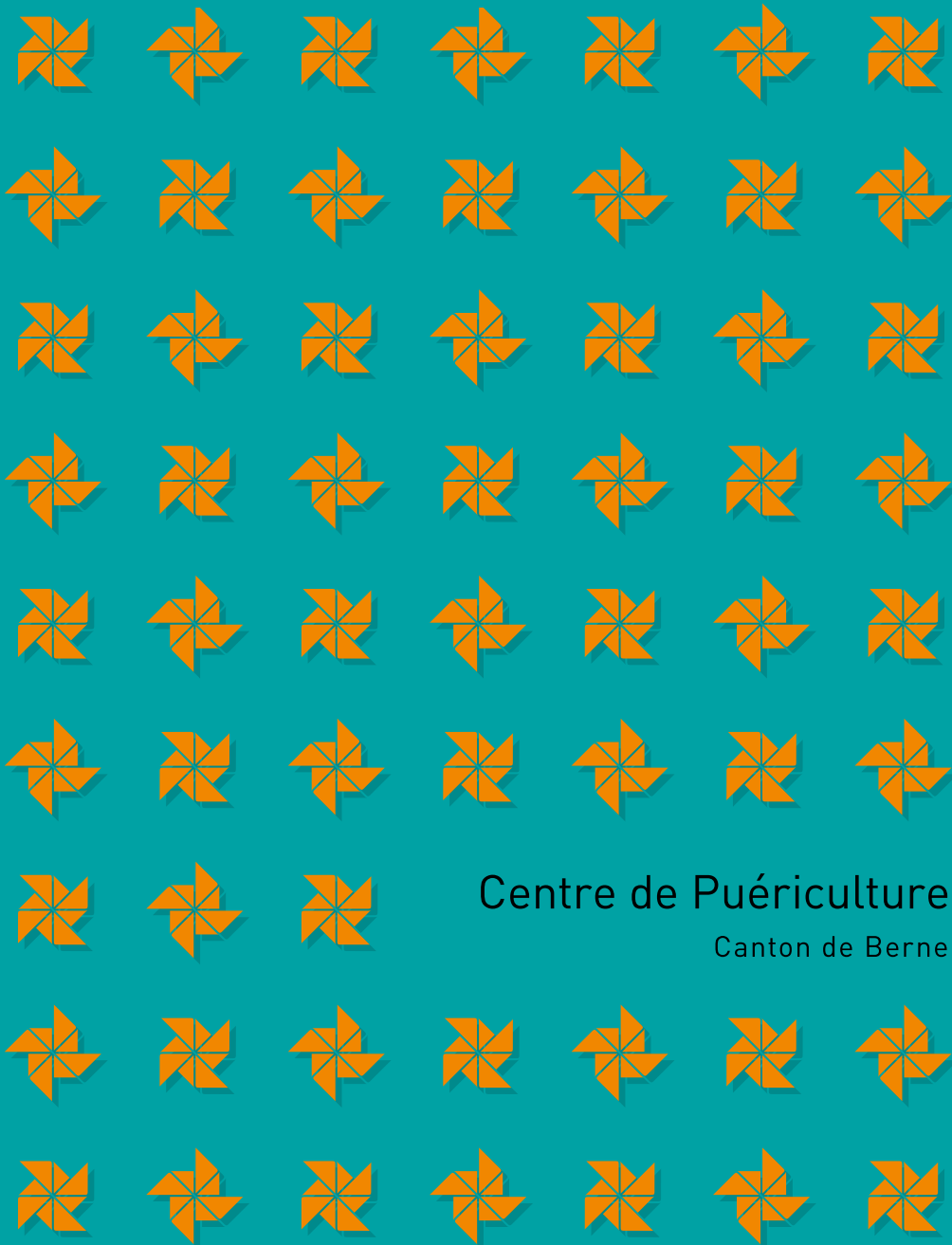


A votre service



Centre de Puériculture

Canton de Berne



La vie avec des enfants en bas âge est source de joie mais elle comporte aussi son lot d'exigences. Souhaitez-vous bénéficier d'un conseil spécialisé ou accéder à un espace d'échange d'expériences? Etes-vous à la recherche de contacts? Manquez-vous encore d'assurance dans votre rôle éducatif? Notre activité se concentre sur le bien-être de l'enfant et sur le développement positif de toute la famille, en particulier de la relation entre l'enfant et ses parents. Nous renforçons les compétences éducatives des parents et les soutenons dans la compréhension de leur rôle de mère et de père.

## Un conseil personnalisé

### **A votre service – au quotidien**

Les besoins des personnes assurant la prise en charge éducative d'un enfant et les questions qu'elles se posent varient selon la phase de développement et l'âge de l'enfant. A travers nos prestations, nous répondons à vos besoins individuels et vous communiquons les coordonnées d'institutions ainsi que d'autres centres spécialisés et de consultation. Par ailleurs, nous soutenons vos efforts de mise en relation avec des mères, des pères et des familles dans des situations de vie similaires.

### **A votre service – pendant la grossesse**

La grossesse est une période particulière que les futurs parents vivent de différentes manières. Les uns voient se réaliser un souhait de longue date, alors que d'autres ressentent une grande appréhension face à cette nouvelle étape de leur vie. Sans oublier que les futures mères se posent encore d'autres questions que les futurs pères.

Avez-vous des questions sur les soins à prodiguer à votre bébé après la naissance? Etes-vous à la recherche de littérature spécifique? Nous vous renseignons, vous communiquons des adresses et vous informons volontiers des offres destinées aux familles dans votre région.

### **A votre service – après la naissance**

L'arrivée de votre nouveau-né est source d'une grande joie dans votre vie. Vous observez chaque progrès accompli avec fascination. Il se peut cependant aussi que vous manquiez d'assurance, que vous vous fassiez du souci pour le développement de votre enfant ou que vous soyez à bout de force.

Notre but est de vous aider à renforcer votre confiance et votre sentiment de sécurité dans votre relation avec votre bébé, et de vous soutenir dans votre nouveau rôle de mère et de père – ou encore de grand-mère ou de grand-père.

Nous vous conseillons sur les points suivants:

- allaitement / mise en place de l'alimentation
- développement de votre bébé et soins au nouveau-né
- troubles liés à l'endormissement et au sommeil
- gestion des situations difficiles

- solutions de relèvements pour les parents
- comportement au contact d'un bébé ou d'un enfant malade

### **A votre service – jusqu'à l'école enfantine**

Votre enfant développe progressivement sa propre personnalité. Vous observez avec fierté ses premiers pas vers l'indépendance. Il arrive cependant aussi qu'il vous confronte à de nouvelles limites. Les puéricultrices sont là pour vous accompagner, vous et votre enfant, de la naissance jusqu'à l'école enfantine. Ce faisant, elles vous aident à créer un environnement propice au développement de votre enfant dès son plus jeune âge.

Voici des thèmes susceptibles de vous intéresser pendant cette période:

- alimentation / alimentation individuelle / activité physique
- rébellion / jalousie / problèmes d'endormissement et de sommeil
- santé / maladie / vaccinations
- conciliation entre vie familiale et vie professionnelle / accueil extrafamilial des enfants
- gestion des situations difficiles

Vous pouvez également obtenir les coordonnées d'autres centres spécialisés et de consultation, ainsi que des renseignements sur les offres consacrées à la famille, sur des cours et sur des groupes de rencontre.

### **A votre service – moyennant un service gratuit**

Le service de consultation est gratuit. Il est financé par la Direction de la santé publique et de la prévoyance sociale du canton de Berne (SAP).

### **A votre service – avec des puéricultrices qualifiées**

Notre équipe est composée de spécialistes expérimentées, formées dans le domaine des soins et de l'assistance (infirmières diplômées avec une spécialisation en pédiatrie) et au bénéfice d'un diplôme complémentaire en puériculture ou d'autres formations complémentaires.

Toutes nos collaboratrices sont liées par le secret professionnel.



Mon enfant prend-il normalement du poids? | J'ai mal quand j'allaite – comment puis-je y remédier? | Notre petite-fille ne veut manger que des sucreries – quelle est la meilleure attitude à adopter? | Le soir, notre enfant refuse de dormir – est-ce que nous nous y prenons mal? | Notre fils de trois ans tape les autres enfants – que pouvons-nous faire? | Il est fréquent que notre fille vienne dans notre lit pendant la nuit – est-il possible de l'en dissuader? | Notre enfant s'oppose à nous – comment réagir? | Notre bébé n'arrête pas de crier et nous sommes à bout de force! | Quand faut-il commencer l'apprentissage de la propreté? | Mon enfant ne cesse de me provoquer – pourquoi? | Notre fille ne veut pas aller à la crèche – que faire? | En cas de rhume, faut-il consulter le pédiatre? | Est-il exact que l'usage d'une peau de mouton pourrait être à l'origine de la mort subite du nourrisson? | Mon enfant mord – que puis-je faire pour l'en empêcher? | Mon épouse est toujours triste – comment puis-je l'aider? | J'ai surpris mes enfants en train de jouer au docteur – dois-je intervenir? | Notre enfant ne devrait-il pas déjà se tenir assis? | Ma belle-mère prétend que les écharpes porte-bébé sont déconseillées – est-ce vrai? | Notre enfant a beaucoup de fièvre et une éruption de boutons rougeâtres – que faut-il faire? | Comment dire à ma fille que je ne désire plus garder ses enfants de 2 et 5 ans? | Mon mari est tellement maladroit – puis-je le laisser s'occuper de notre bébé? | Depuis la naissance de son petit frère, notre fils de trois ans fait de nouveau pipi au lit! | Quand pourrions-nous passer à l'alimentation à la cuillère? | Mon mari dit que les bébés nourris au lait maternel risquent de devenir obèses – est-ce vrai? | Est-il préférable que je couche mon enfant sur le dos ou sur le ventre? | Notre bébé ne boit presque rien – y a-t-il quelque chose à faire? | J'aimerais nouer des contacts avec d'autres parents – existe-t-il des structures ad hoc?

## A votre service – tout près de chez vous

Notre réseau de centres de consultation couvre l'ensemble du territoire cantonal. Vous avez la possibilité de choisir la localité et le centre de consultation. Consultez les adresses et les heures d'ouverture de nos centres sous [www.cp-be.ch](http://www.cp-be.ch).

Vous avez le choix entre les possibilités de consultation suivantes:

### Brève consultation téléphonique

Nous vous conseillons dans les domaines suivants: alimentation, soins, éducation, santé, maladie, vie quotidienne. Vous avez également la possibilité de convenir d'un entretien plus approfondi.

Horaire: jours ouvrables, de 8 h à 11 h.

### Consultation dans un centre de consultation

Des consultations sont organisées à intervalles réguliers dans votre commune ou à proximité de chez vous, avec ou sans rendez-vous selon la commune. Dans le cadre de ces consultations, vous pouvez poser des questions personnelles. Le cas échéant, vous recevrez des informations et des documents sur d'autres offres et institutions. Les centres de consultation offrent par ailleurs un espace de rencontre et d'échange idéal aux parents et à leurs enfants. Vous trouverez les adresses et les horaires d'ouverture sur notre site, sous la rubrique «Centres de consultation».

### Visite à domicile

Vous pouvez bénéficier d'une consultation à domicile si, après la naissance, vous préférez rester dans un environnement familier ou en cas de situation familiale particulière.

### Nos coordonnées

Pour toute information sur nos centres de consultation, sur leurs horaires d'ouverture et numéros de téléphone ainsi que sur les puéricultrices compétentes, consultez notre site [www.cp-be.ch](http://www.cp-be.ch).



Centre de Puériculture Canton de Berne – les quatre régions et leurs arrondissements.  
Tous les arrondissements disposent d'antennes qui assurent la gestion des centres de consultation locaux.

Les adresses et les heures d'ouverture de nos centres figurent sous [www.cp-be.ch](http://www.cp-be.ch).

## Couverture cantonale – présence locale

### A propos de nous

En tant qu'association de droit privé, le Centre de Puériculture Canton de Berne déploie des activités de prévention et de dépistage précoce sur mandat de la Direction de la santé publique et de la prévoyance sociale du canton de Berne (SAP). Son action se concentre en priorité sur la promotion de la santé chez les enfants âgés de 0 à 5 ans. Il s'agit de détecter les problèmes de santé et de développement chez les enfants en bas âge de manière aussi précoce que possible afin de pouvoir prendre les mesures nécessaires en collaboration avec les personnes concernées.

L'offre de prestations est proposée de manière décentralisée sur l'ensemble du territoire cantonal – tant dans la partie germanophone que francophone.

### Souhaitez-vous soutenir notre travail?

Souhaitez-vous soutenir nos activités en versant un don ou en adhérant à notre association?

Grâce à votre don ou à votre cotisation de membre, vous participez au financement d'offres et de projets qui ne bénéficient pas ou que partiellement d'un soutien public. Voici quelques exemples:

- jouets pour les centres de consultation
- rabais sur les offres de formation des parents
- financement d'interprètes communautaires
- projets de promotion de la santé dans le domaine du dépistage précoce

Si vous souhaitez faire un don, devenir membre de notre association ou vous renseigner au sujet de l'adhésion, veuillez prendre contact avec notre direction. Vous trouverez ses coordonnées au dos de la brochure.





[www.cp-be.ch](http://www.cp-be.ch)

Notre site – une plateforme d'information attrayante,  
conviviale et interactive

Centre de Puériculture  
Canton de Berne



Direction  
Berner GenerationenHaus  
Bahnhofplatz 2 3011 Berne  
T 031 370 00 20  
E-mail [direction@cp-be.ch](mailto:direction@cp-be.ch)  
[www.cp-be.ch](http://www.cp-be.ch)