

Petite enfance

Carnet d'adresses

à l'usage des parents



Ce carnet appartient à:

Chers Parents du Valais Central,

Vous avez certainement déjà perdu du temps à chercher une adresse ou un renseignement au sujet de prestations ou de services concernant votre vie de parent.

Afin de faciliter votre accès aux ressources locales, nous avons édité un «Carnet d'adresses» regroupant toutes les prestations utiles durant la grossesse et la petite enfance.

L'utilité de ce carnet a déjà été validée et c'est gratuitement que l'association «Périnatalité-Valais» le met à votre disposition.

Nous sommes convaincus que ce «carnet» vous accompagnera fidèlement pendant votre grossesse, les premières années de vie de votre enfant et contribuera à simplifier vos démarches.

Nous vous souhaitons une bonne lecture et vous adressons chers Parents, nos plus chaleureux messages.

L'association «Périnatalité-Valais»

*Site internet: **www.perinatalite-valais.ch***

Sommaire

1. Bien vivre

- a. La grossesse 6
- b. La naissance 12
- c. L'enfance de 0 à 4 ans 13

2. Vivre en collectivité

- a. Accueil enfants/parents 24
- b. Garde d'enfants 25
- c. Pédibus 31

3. Loisirs et bonnes adresses

- a. Cours et conférences 34
- b. Bibliothèques et médiathèques 34
- c. Ludothèques 34
- d. Magasins de seconde main 35
- e. Idées d'activités parents-enfants 36

4. Difficultés

- a. Grossesses difficiles 40
- b. Aide aux familles 41
- c. Aide aux migrants 47
- d. Pédopsychiatrie 49
- e. Psychologie, logopédie et psychomotricité 51
- f. Enfants malades 52

- g. Enfants en situation de handicap 53
- h. Consultations juridiques et financières 54
- i. Dépendances 55
- j. Violences 56
- k. Deuil 57
- l. Boîte à bébé 58

5. Relations avec les pouvoirs publics

- a. Office cantonal de l'égalité et de la famille 62
- b. État civil 62
- c. Aides financières 63
- d. Aides juridiques 63
- e. Recherche en paternité 64
- f. Reconnaissance en paternité 64
- g. Conflits familiaux, séparation, divorce 65
- h. Adoption 66
- i. Permis de séjour 66

6. Urgences 69

7. Traductions 70

Français, allemand, italien, anglais, espagnol, portugais, serbo-croate, albanais.

1. Bien vivre

- a. La grossesse 6
- b. La naissance 12
- c. L'enfance de 0 à 4 ans 13



a. La grossesse

Consultations

Suivi des grossesses physiologiques
et des grossesses à risque

HÔPITAUX

Hôpital de Sion

Avenue du Grand-Champsec 80, 1950 Sion 027 603 40 00

Hôpital Riviera-Chablais

Route du Vieux Séquoia 20, 1847 Rennaz 024 468 86 88

GYNÉCOLOGUES

Adamski Sébastien

Avenue de Pratifori 14, 1950 Sion 027 322 97 94

Albrecht Favre Éléonore

Chemin du Monastère 8, 3960 Sierre 027 480 48 48

Bader Anne-Marie Célestine

Place du Midi 36, 1950 Sion 027 323 12 55

Berguerand Delouche Florence

Rue des Vergers 1, 1950 Sion 027 322 04 09

Blindenbacher Hesna

Avenue Général-Guisan 12, 3960 Sierre 027 451 20 20

Bodenmann Gobin Pauline

Avenue de la Fusion 27, 1920 Martigny 027 603 90 30

Bonvin Irina

Place du Midi 29, 1950 Sion 027 321 17 87

Choulak Mania

Rue du Stade 4A, 3960 Sierre 027 456 11 12

Combaz Nina (-Söhnchen)

Rue de Pré-Fleuri 19B, 1950 Sion 027 480 44 60



Consultations d'obstétrique, Hôpital de Martigny

Avenue de la Fusion 27, 1920 Martigny 027 603 98 91

Consultations d'obstétrique, Hôpital de Sion

Avenue du Grand-Champsec 80, 1950 Sion 027 603 45 66

Coupy Sarah

Avenue Général-Guisan 12, 3960 Sierre 027 451 20 20

De Quay Nicolas

Avenue Général-Guisan 8, 3960 Sierre 027 455 10 10

Di Serio Marcello

Avenue de la Fusion 27, 1920 Martigny 027 603 90 90

Duyck Céline

Rue du Stade 5, 1965 Savièse 027 396 60 86

Evina Agnès

Rue du Léman 18B, 1920 Martigny 027 775 55 80

Figerosa Muruaga Cecilia Ines

En Arche 34, 1912 Leytron 027 558 97 40

Gaillard Marie-Claire

Avenue de la Gare 17A, 1950 Sion 027 322 14 55

Gay Michel

Rue du Rhône 25, 1950 Sion 027 321 30 70

Gotti Fabienne

Rue de Plaisance 7, 1920 Martigny 027 720 41 90

Huber Daniela Emanuela

Avenue du Grand-Champsec 80, 1950 Sion 027 603 42 16

Joris France Elise

Avenue de la Gare 5, 1950 Sion 027 304 70 01

Lachat Régine

Avenue de la Fusion 27, 1920 Martigny 027 603 90 30

Liberek Catherine

Avenue de la Gare 30, 1950 Sion 027 322 45 85

Martinek Igor

Rue du Léman 19, 1920 Martigny 027 323 77 88



**M'Barga Damien**

Rue de Pré-Fleuri 2C, 1950 Sion

027 322 69 69

Michellod Barben Catherine

Rue de la Maladière 9A, 1920 Martigny

027 722 88 05

Plaschy Moradi Béatrice

Avenue Pratifiiori 3, 1950 Sion

027 345 28 00

Quental Daniela

Avenue Général-Guisan 12, 3960 Sierre

027 451 20 20

Rossier Gaëlle

Rue du Stade 6, 1950 Sion

027 203 62 70

Rota Elena

Rue de la Maladière 9A, 1920 Martigny

027 722 88 05

Savary-Rey Marie-Christine

Rue de la Maladière 9A, 1920 Martigny

027 722 88 05

Schneider Nicolas

En Arche 34, 1912 Leytron

027 306 66 13

Simonetti Zermatten Béatrice

Rue du Stade 6, 1950 Sion

027 203 62 70

Simonson Colin

Avenue du Grand-Champsec 80, 1950 Sion

027 603 42 16

Tapparel Natacha

Avenue du Rothorn 8, 3960 Sierre

027 455 71 12

Tamarcaz Thomas

Avenue Pratifiiori 14, 1950 Sion

027 322 97 94

Zaugg-Bétrisey Anne

Rue Chanoine Berchtold 6, 1950 Sion

027 322 44 77

Zollinger Agnès

Rue de Pré-Fleuri 19B, 1950 Sion

027 480 44 60

**SAGES-FEMMES INDÉPENDANTES**

Prestations proposées par les sages-femmes indépendantes:

- Suivi de grossesse physiologique en cabinet ou à domicile
- Cours de préparation à la naissance en groupe ou en individuel (150 CHF remboursés par la LAMal)
- Suivi de grossesse pathologique sur ordonnance médicale
- Accompagnement par une sage-femme indépendante jusqu'au 56^e jour après la naissance, 10 visites possibles sans ordonnance médicale, voire 16 visites dans le cas d'un premier enfant, d'une césarienne, d'une naissance multiple ou d'un enfant handicapé. En cas de complications, la sage-femme peut effectuer d'autres visites sur ordonnance médicale (remboursées par la LAMal).
- 3 consultations durant toute la durée de l'allaitement remboursée par la LAMal
- Informations supplémentaires: www.sage-femme-valaisromand.ch

Abbet Florence Le Levron 079 283 39 27

Belot Justine Sion 027 519 00 23

Bernasconi Brigitte Sierre 079 750 48 76

Bitz-Emery Céline Nax 078 725 28 46

Bridoux Abbet Delphine Martigny 079 769 78 09

Ciampa Alyssa Vétroz 077 406 75 01

Conde Tebar Laura Savièse 078 721 66 42

Dassonville Hélène Chamoson 077 525 52 04

De Andrade Catarina Chamoson 077 904 43 87

De Bock Edith Saillon 079 376 11 09

De Witte Elke Savièse 079 559 30 39





Duay Anne-Gaëlle	Savièse	079 904 14 94
Fasel-Elsig Clémentine	Grimisuat	076 418 38 75
Fusay-Lattion Marie	Liddes	079 610 58 47
Giroud Dorsaz Carolyn	Fully	078 607 54 59
Guyonneau Schaffner Emilie	Sierre	078 616 87 69
Hanssens Delphine	Evionnaz	076 326 39 88
Hendrickx-Héritier Ann	Savièse	078 889 46 51
Joost-Favre Christine	Martigny	079 623 05 62
Klingeleg Bongard Anne	Sion	079 461 92 41
Lonfat Floriane	Martigny	076 397 36 14
Mabeau Isabelle	Fully	078 854 73 85
Mathoul Justine	Ayent	076 505 38 13
Mayoraz Sandrine	Réchy	079 712 84 34
Micheli Julia	Verbier	079 562 26 16
Perrion Noémie	Salvan	077 509 36 09
Remigy-Kokoura Carol	Charrat	078 846 82 21
Salamin-Perrier Laurence	Veyras	079 700 32 42
Schwab Hilewaere Marie-Estelle	Sierre	078 856 03 76
Sintado Daniela	Sion	079 471 41 60
Szcepaniak Suzie	Savièse	079 236 48 67
Theytaz Aline	Niouc	079 264 24 25
Tressel Bénédicte	Ayent	078 867 69 01
Veuthey Alexandra	Saxon	078 603 97 52



Conseils, soutiens et préparation à la naissance

SAGES-FEMMES INDÉPENDANTES

Cf. 1.a Consultations

> Sages-femmes indépendantes (pp. 9-10)

www.sage-femme-valaisromand.ch

SAGES-FEMMES DE L'HÔPITAL DE SION

Préparation à la naissance standard et en piscine 027 603 42 55

SAGES-FEMMES CONSEILLÈRES DE SION

Proposent des entretiens confidentiels et un accompagnement personnalisé dans toute situation de vulnérabilité (vécu difficile, isolement, fragilités émotionnelles, adolescence, violences conjugales, dépendances, diagnostic prénatal difficile, perte d'un bébé, accouchement confidentiel).

Hôpital de Sion, 1950 Sion 027 603 85 18

SAGES-FEMMES CONSEILLÈRES DU CHABLAIS

Rattachées à PROFA, entretiens et conseils: grossesse, accouchement, accueil du bébé, maternité, paternité, organisation familiale, questions juridiques et sociales. Gratuit

021 631 01 54

SIPE, Sexualité Information Prévention Éducation
Pour des questions concernant la grossesse, la contraception, la sexualité et des questions juridiques, sociales et financières durant la grossesse et la première année de vie de l'enfant.

Entretiens confidentiels et gratuits

www.sipe-vs.ch

Place de la Gare 10, 3960 Sierre

Rue de l'Industrie 10, 1950 Sion

Avenue de la Gare 38, 1920 Martigny

027 455 58 18

027 323 46 48

027 722 66 80



b. La naissance

Accouchement à l'hôpital

Hôpital de Sion

Avenue du Grand-Champsec 80, 1950 Sion
Salle d'accouchement

027 603 40 00
027 603 42 00

Hôpital du Chablais

Route du vieux Sequoia 20, 1847 Rennaz
Salle d'accouchement

058 773 21 12
058 773 27 70

Accouchement en maison de naissance

Suivi global de la grossesse, de l'accouchement
et du retour à domicile

Terranga

Avenue du Grand-Champsec 80, 1950 Sion
www.terranga.ch

078 856 03 76
078 616 87 69

Aquila

Route des Tilles 6A, 1847 Rennaz
www.aquila-naissance.ch

079 508 09 09

Suivi précoce à domicile après l'accouchement

Cf. 1.a Consultations

> Sages-femmes indépendantes (pp. 9-10)

www.sage-femme-valaisromand.ch



c. L'enfance de 0 à 4 ans

Conseils, soutien et orientation

INFIRMIÈRES PETITE ENFANCE

Accompagnent les familles pour les questions touchant à l'allaitement, l'alimentation, le développement, les soins courants et l'éducation des enfants de 0 à 4 ans.

Visites à domicile et/ou consultations au Centre médico-social (CMS) de sa commune, Horaires sur demande et sur rendez-vous. Gratuit
www.cms-smz-vs.ch/CPE

CMS Sierre

Rue du Bourg 12A, 3960 Sierre
Communes rattachées: Anniviers, Chalais, Chermignon, Chippis, Grône, Icogne, Lens, Miège, Mollens, Montana, Randogne, St-Léonard, Salquenen, Sierre, Venthône, Veyras

027 452 07 25

CMS Sion et environs

Chemin des Perdrix 20, 1950 Sion
Communes rattachées: Les Agettes, Bramois, Salins, Sion, Pont-de-la-Morge, Uvrier, Veysonnaz

027 324 14 28

CMS subrégional du Coteau

Route de Savièse 3A, 1971 Grimisuat
Communes rattachées:
Arbaz, Ayent, Champlan, Grimisuat, Savièse

027 399 28 10

079 132 69 22

**CMS subrégional du Val d'Hérens**

Service petite enfance, 1982 Euseigne
Communes rattachées: Euseigne, Évölène,
Hérérence, Mont-Noble, St-Martin, Vex

027 281 12 91
079 920 96 36

CMS Nendaz

Service petite enfance
Route des Écluses 32, 1997 Hte-Nendaz

027 289 57 16

CMS subrégional les Coteaux du Soleil

Service petite enfance
Ruelle du Collège 1, 1963 Vétroz
Communes rattachées:
Ardon, Chamoson, Conthey, Vétroz

027 346 46 22

CMS subrégional de Saxon

Service petite enfance
Route du Léman 25, 1907 Saxon
Communes rattachées:
Isérables, Leytron, Riddes, Saillon, Saxon

027 564 73 72

CMS subrégional de Martigny

Service petite enfance (secrétariat)
Communes rattachées: Bovernier, Fully,
Martigny-Ville, Martigny-Combe, Salvan,
Trient, Charrat

027 564 26 74

CMS subrégional de l'Entremont

Service petite enfance
Ancienne école ménagère
Route de Montagnier 55 1934 Le Châble

027 563 94 13

Service petite enfance
École de Podemainge, 1937 Orsières

Service petite enfance
Bâtiment communal, 1945 Liddes

Service petite enfance
Bâtiment de la Cure,
Rue de l'Église 6, 1933 Sembrancher

Service petite enfance
Bâtiment communal, 1941 Vollèges

**SOUTIEN AUX JEUNES PARENTS
SOS Parents**

Aide aux parents pour un soutien éducatif
ponctuel (une à trois séances), simple et direct
(sans intervention des services officiels), avec des
professionnels de l'éducation. Délai d'attente court.
Gratuit et confidentiel

Caritas Valais
Rue de Loèche 19, 1950 Sion
www.caritas-valais.ch

027 323 35 02

Supermamans

Un réseau de mamans de Suisse romande, prêtes
à donner un petit coup de pouce aux nouvelles
mamans à leur sortie de la maternité
www.supermamans.ch

**Maison d'Accueil Maternel
de l'Association MAM**

La Petite Bulle a pour vocation d'accueillir
toutes les familles pour qui la parentalité nouvelle
est compliquée. Le soutien apporté par la Petite
Bulle quel que soit le groupe fréquenté a une visée
autant préventive que curative.
www.lesmams.ch

Accompagnement à l'allaitement

SAGES-FEMMES INDÉPENDANTES

Cf. 1.a Consultations
> Sages-femmes indépendantes (pp. 9-10)
www.sage-femme-valaisromand.ch



**INFIRMIÈRES PETITE ENFANCE**

Cf. 1.c Conseils, soutien et orientation
> infirmières petite enfance (pp. 13-14)
www.cms-smz-vs.ch/CPE

Association suisse des consultantes en lactation et allaitement maternel

www.stillen.ch

Ligue La Lèche

Animatrices LLL en Valais

Fellay Theler Jenny

Germanier Francine

Kuonen Heidi

www.lalecheleague.ch

079 729 28 89

079 724 46 67

027 455 04 56

Promotion à l'allaitement maternel

www.allaiter.ch

Pédiatries**HÔPITAUX****Hôpital de Sion**

Avenue Grand-Champsec 80, 1950 Sion

027 603 40 00

Pédiatrie: conseil téléphonique

Le coût de l'appel est de CHF 0.50

et CHF 2.- la minute

0900 144 027

PÉDIATRES**Al Chahabi-Hamwy Myriam**

Rue Centrale 123, 3979 Grône

027 458 30 27

Ballesta Marta

Avenue des Platanes 8, 3960 Sierre

027 455 05 05

Bardet Alicia

Route de la Gravenne 14, 1933 Sembrancher

027 780 15 30

Beaud Zufferey Carine

Rue Saint-Georges 9, 3960 Sierre

027 455 54 54

**Besson Sylvie**

Avenue des Platanes 8, 3960 Sierre

027 455 05 05

Casolini De Stefano Cinzia

Avenue du Grand-St-Bernard 28, 1920 Martigny

027 721 65 65

De Camaret Caroline

Rue du Stade 5, 1965 Savièse

027 396 60 80

De Kalbermatten Dominique

Rue du Stade 6, 1950 Sion

027 203 66 34

Deladoey Johnny

Place Centrale 2A, 1920 Martigny

027 722 00 55

Didisheim Clémence

Avenue de la Gare 27, 1950 Sion

027 327 11 70

Dubuis Delphine

Rue des Aubépines 3, 1950 Sion

027 322 50 00

Fellay Thilan

Rue Centrale 123, 3979 Grône

027 458 30 27

Gaillard Claudia

Rue des Petits-Epineys 19C, 1920 Martigny

027 723 50 60

Gehrke Thomas

Avenue de la Fusion 27, 1920 Martigny

027 603 90 84

Hiroz Tracchia Scilla

Rue du Stade 6, 1950 Sion

027 203 66 34

Holck-Clausen Anna

Route de la Gravenne 14, 1933 Sembrancher

027 780 15 30

Imhof Marlen

Rue des Champs-de-Tabac 12, 1950 Sion

027 322 67 11

Indermauer Sabine

Avenue des Alpes 21, 3960 Sierre

027 455 54 52

Jankovic Mirela

Rue du Stade 5, 1965 Savièse

027 396 60 80

Lorenz Eric

Rue des Condémines 9, 1950 Sion

027 322 63 93



**Martinez Soriano Juan Manuel**

Rue du Stade 6, 1950 Sion

027 203 66 33

Massai Ginevra

Rue des Grands Prés 18, 1964 Conthey

027 345 50 00

Ménétreay Ehresmann Aude

Route de Saxon 8, 1913 Saillon

027 744 11 87

Nieto Cécile

Rue de la Maladière 9C, 1920 Martigny

027 722 14 34

Panchard Marc-Alain

Rue de la Dixence 8, 1950 Sion

027 323 30 80

Peiretti Valentina

Rue de la Dixence 8, 1950 Sion

027 323 30 80

Perruchoud Fournier Camille

Rue de Lausanne 20, 1950 Sion

027 322 38 91

Riand Françoise

Rue de la Poste 7, 1920 Martigny

027 722 10 77

Ricard Arnaud

Rue de la Maladière 9C, 1920 Martigny

027 722 14 34

Rimbau Ignacio

Rue de la Maladière 9C, 1920 Martigny

027 722 14 34

Romeo Lucia

Route de Verbier 28, 1936 Verbier

027 771 70 20

Russo Michel

Route de la Gravenne 14, 1933 Sembrancher

027 780 15 30

Thévoz Laurence

Avenue de la Gare 27, 1950 Sion

027 327 11 70

Tschopp Moix Vanessa

Rue des Aubépinés 3, 1950 Sion

027 322 50 00

Vocat Amélie

Avenue de la Gare 27, 1950 Sion

027 327 11 70

Voyame Joëlle

Rue de Lausanne 20, 1950 Sion

027 322 38 91

**Vuissoz Jean-Marc**

Place Centrale 2A, 1920 Martigny

027 722 00 55

Wallach Marjorie

Route de Saxon 8, 1913 Saillon

027 744 33 22

Wedekind Charlotte

Route du Pas de l'Ours 5C, 3963 Crans-Montana

027 564 67 71

Wehrli Ursula

Avenue des Platanes 8, 3960 Sierre

027 455 05 05

Wüest Alyssa

Rue de Lausanne 20, 1950 Sion

027 322 38 91



Informations soutien aux parents

« Message aux parents » de Pro Juventute

Brochures, informations régulières sur des thèmes adaptés à l'âge de l'enfant, de la naissance à 6 ans

Bureau de la Suisse romande

021 622 08 10

Conseil aux parents, de jour et de nuit,

frais téléphoniques habituels, aucun frais supplémentaire n'est facturé.

058 261 61 61

Les conseils en ligne sont aussi possibles.

www.projuventute.ch**SOS Parents**

Aide aux parents pour un soutien éducatif ponctuel (une à trois séances), simple et direct (sans intervention des services officiels), avec des professionnels de l'éducation.

Délai d'attente court

Gratuit et confidentiel

Caritas Valais

Rue de Loèche 19, 1950 Sion

027 323 35 02

www.caritas-valais.ch

2. Vivre en collectivité

- a. Accueil enfants/parents 24
- b. Garde d'enfants 25
- c. Pédibus 31



a. Accueil enfants/parents

Espace de rencontre et de jeu pour les enfants de 0 à 5 ans accompagnés d'un adulte, gratuit

La Maison Soleil

Avenue des Écoliers 13, 3960 Sierre
www.lamaisonsoleil.ch

Haut comme trois pommes

Rue de l'Industrie 47, 1950 Sion 027 324 14 28

Le Haricot Magique

Rue d'Octodure 6B, 1920 Martigny 027 564 26 26

Graines de Marmots

Route de Clouchèvre 44, 1934 Le Châble 027 777 11 00



b. Garde d'enfants

Concerne les nurseries, les crèches, les garderies, les jardins d'enfants, les unités d'accueil pour les écoliers (UAPE) et les accueillantes en milieu familial (mamans de jour).

Les réseaux régionaux d'accueil de jour des enfants comprennent des structures d'accueil collectifs préscolaires et parascolaires et des structures de coordination de l'accueil par les mamans de jour.

Les parents peuvent obtenir les renseignements relatifs à leur lieu d'habitation en consultant la liste des structures d'accueil classées par district sur le site:

www.vs.ch/scj > structures accueil à la journée
 > Valais central ou Bas-Valais
 (> ensuite par district)

Accueil collectif de jour en structure

NURSERIES ET CRÈCHES

Accueil à la journée avec possibilité de repas

District de Sierre

Communes: Anniviers, Chalais, Chermignon, Chippis, Grône, Icogne, Lens, Miège, Mollens, Montana, Randogne, St-Léonard, Sierre, Venthône, Veyras



Fleurs des Champs (dès 3 mois)	Crans-Montana	027 481 23 67
La Fontaine (dès 3 mois)	St-Léonard	027 452 08 17
Les Jasmins (dès 3 mois)	Chalais	027 452 08 24
L'Europe (dès 3 mois)	Sierre	027 452 26 00
Structure d'Anniviers (dès 3 mois)	Vissoie	027 476 75 00
Croc'Soleil (dès 18 mois)	Chermignon-d'en-Bas	027 481 23 67
La Marelle (dès 18 mois)	Grône	027 458 24 70
La Ruche (dès 18 mois)	Veyras	027 455 29 67
Les P'tilapons (dès 18 mois)	Venthône	027 564 63 66
Structure de Granges (dès 3 mois)	Granges	027 452 08 26
Trait d'Union (dès 18 mois)	Chippis	027 564 06 06

District de Sion

Communes: Arbaz, Grimisuat, Savièse, Sion, Veysonnaz

Secrétariat ASLAE, Association séduinoise des lieux d'accueil de l'enfance
www.aslae.ch 027 324 14 84

La Pouponnière valaisanne (dès 3 mois)	Sion	027 324 18 30
Snoopy (dès 3 mois)	Savièse	027 396 10 90
Tibleck (dès 3 mois)	Grimisuat	027 398 76 80
Croque Lune (dès 18 mois)	Sion	027 203 53 80
Gribouille (dès 18 mois)	Salins	079 298 35 27
La Bricoline (dès 18 mois)	Veysonnaz	027 565 94 64
Les Mini Pouces (dès 18 mois)	Bramois	078 694 95 75
Les P'tits Furets (dès 3 mois)	Sion	027 322 96 20
Pirouette (dès 18 mois)	Sion	027 203 42 08

**District d'Hérens**

Communes: Les Agettes, Ayent, Évêlène, Hérémenche, Mont-Noble, St-Martin, Vex

Aladin (dès 3 mois)	Évêlène	027 283 30 33
Naftaline (dès 3 mois)	Ayent	027 399 30 30
Nursérie et crèche de Mont-Noble (dès 3 mois)	Nax	027 585 37 00
Nursérie et crèche de St-Martin (dès 3 mois)	St-Martin	027 281 22 69
Les Petits Bacounis (dès 18 mois)	Vex	027 207 52 60

District de Conthey

Communes: Ardon, Chamason, Conthey, Nendaz, Vétroz

La Cigogne (dès 3 mois)	Vétroz	027 346 17 11
Le Petit Monde (dès 3 mois)	Chamason	077 477 91 71
Les Grenouilles (dès 3 mois)	Aproz	027 289 57 95
Les P'tits Loups (dès 3 mois)	Conthey	027 345 56 20
La Farandole (dès 18 mois)	Ardon	079 566 80 40
La Marelle (dès 18 mois)	Conthey	027 345 56 20
Le Nid (dès 18 mois)	Vétroz	027 346 20 53
Le P'tit Bec (dès 18 mois)	Haute-Nendaz	027 289 57 51

**District de Martigny**

Communes : Bovernier, Charrat, Fully, Isérables, Leytron, Martigny-Combe, Martigny, Riddes, Saillon, Salvant, Saxon, Trient

Coordinatrice pour la ville de Martigny
(pour ces structures : La Nurserie, Les Colombes, Les Galopins, Les Gavroches) 027 721 26 87

Caliméro (dès 3 mois)	Salvan	027 761 21 71
------------------------------	--------	---------------

La Charade (dès 18 mois)	Charrat	027 746 17 75
---------------------------------	---------	---------------

La Nurserie (dès 3 mois)	Martigny	027 721 24 44
---------------------------------	----------	---------------

Scoubidou (dès 3 mois)	Martigny-Croix	027 723 23 21
-------------------------------	----------------	---------------

Abricopain (dès 18 mois)	Saxon	027 744 34 89
---------------------------------	-------	---------------

La Toupie (dès 18 mois)	Riddes	027 306 96 00
--------------------------------	--------	---------------

Les Colombes (dès 18 mois)	Martigny	027 721 24 45
-----------------------------------	----------	---------------

Les Galopins (dès 18 mois)	Martigny	027 721 24 39
-----------------------------------	----------	---------------

Les Gavroches (dès 18 mois)	Martigny	027 565 64 62
------------------------------------	----------	---------------

La Minivoiue (dès 18 mois)	Les Valettes	077 269 51 44
-----------------------------------	--------------	---------------

Les Tapagoilles (dès 3 mois)	Saillon	027 744 44 10
-------------------------------------	---------	---------------

Pouce (dès 18 mois)	Fully	027 747 11 91
----------------------------	-------	---------------

P'tit Bouchon (dès 3 mois)	Leytron	027 306 54 10
-----------------------------------	---------	---------------

Soleil Bleu (dès 18 mois)	Fully	027 746 10 35
----------------------------------	-------	---------------

District d'Entremont

Communes : Bagnes, Bourg-St-Pierre, Liddes, Orsières, Sembrancher, Vollèges

Les Maïnoz (dès 18 mois)	Vollèges	027 785 25 31
---------------------------------	----------	---------------

Le Mayen des Crouès (dès 18 mois)	Verbier	027 777 11 66
------------------------------------------	---------	---------------

Les Moulins (dès 3 mois)	Verbier	027 771 65 85
---------------------------------	---------	---------------

Les Moussailons (dès 18 mois)	Le Châble	027 777 11 86
--------------------------------------	-----------	---------------

**GARDERIES**

Accueil à la demi-journée,
sans possibilité de repas (18 mois à 6 ans)

La Récré	Sion	027 321 27 63
-----------------	------	---------------

L'île aux enfants	Martigny	027 723 15 39
--------------------------	----------	---------------

Pamplemousse	Martigny	027 721 24 36
---------------------	----------	---------------

JARDINS D'ENFANTS

Accueil de quelques heures, sans repas (3 à 6 ans)

Chantons la joie	Sion	027 322 94 74
-------------------------	------	---------------

Graines de Curieux	Sion	027 323 19 19
---------------------------	------	---------------

Le Ratamiaou	Orsières	027 783 26 35
---------------------	----------	---------------

Les P'tits Génies	Sion	079 760 04 82
--------------------------	------	---------------

Tinkou	Sion	078 667 08 32
---------------	------	---------------

Milou	Sion	027 323 38 75
--------------	------	---------------

Accueil de jour en milieu familial

District de Sierre

APAC de Sierre , Association des parents d'accueil du district de Sierre	027 452 07 82
------------------------------------------------------------------------------------	---------------

District de Sion

L'Agapanthe	027 324 44 54
--------------------	---------------

District d'Hérens

ARPAC	027 398 47 48
--------------	---------------

District de Conthey

Les Coteaux du Soleil	027 345 37 09
------------------------------	---------------

District d'Entremont

APAJ d'Entremont	079 542 15 00
-------------------------	---------------

District de Martigny

Le Coucou (Martigny)	027 721 28 30
-----------------------------	---------------

Parents d'Accueil (Saillon)	027 744 44 12
------------------------------------	---------------

Planète enfants (Fully)	027 747 11 90
--------------------------------	---------------

Réseau des parents d'accueil (Saxon)	079 368 97 71
---------------------------------------------	---------------



3. Loisirs et bonnes adresses

- a. Cours et conférences 34
- b. Bibliothèques
et médiathèques 34
- c. Ludothèques 34
- d. Magasins de seconde main 35
- e. Idées d'activités
parents-enfants 36



a. Cours et conférences



FSFP, Formation des ParentsCH
(Conférences, animations variées)
www.formation-des-parents.ch/fr

Samaritains
(Urgences chez les petits enfants)
www.sama-valais.ch

b. Bibliothèques et médiathèques

Prêt de livres, DVD, CD, etc.
www.bibliovalais.ch/valais

Programme de prévention de la maltraitance
www.yakapa.be

c. Ludothèques

Prêt de jouets, cotisation annuelle
et coût modeste pour chaque emprunt
www.ludovalais.ch



d. Magasins de seconde main

Caritas
Avenu de Loèche 19, 1950 Sion 027 323 35 02
www.caritas-valais.ch

Créature
Rue du Léman 12, 1920 Martigny 027 723 24 14

Emmaüs
Route de Riddes 51, 1950 Sion 027 203 33 20
www.emmaus-vs.ch/magasin

HIOB International
Cour de la Gare 21, 1950 Sion 027 322 06 53

HIOB International
Rue du Léman 35, 1920 Martigny 027 722 38 83

Ojouet
Magasin de jouets d'occasion de l'OSEO
(Euvre Suisse d'Entraide Ouvrière)
Rue Oscar-Bider 60, 1950 Sion 027 324 84 43

Crescendo
Vêtements enfants à très petits prix
Rue Oscar-Bider 60, 1950 Sion 027 324 84 42

4. Difficultés

a. Grossesses difficiles	40
b. Aide aux familles	41
c. Aide aux migrants	47
d. Pédopsychiatrie	49
e. Psychologie, logopédie et psychomotricité	51
f. Enfants malades	52
g. Enfants en situation de handicap	53
h. Consultations juridiques et financières	54
i. Dépendances	55
j. Violences	56
k. Deuil	57
l. Boîte à bébé	58



a. Grossesses difficiles

La grossesse peut être vécue dans une situation de vulnérabilité (vécu difficile, isolement, fragilités émotionnelles, violences conjugales, dépendances, difficultés relationnelles ou sociales, diagnostic prénatal difficile, etc.).

Dans ce cas, pensez à vous adresser à l'une ou l'autre des personnes suivantes. Une prise en charge personnalisée peut vous être proposée par l'une de ces personnes de référence :

Gynécologues

Cf. 1.a Consultations > Gynécologues (pp. 6-8)

Médecins traitants

Sages-femmes conseillières

Cf. 1.a Conseils, soutiens et préparation à la naissance (p. 11)

Sages-femmes indépendantes

Cf. 1.a Consultations
> Sages-femmes indépendantes (pp. 9-10)

Pédopsychiatres

Cf. 4.d Pédopsychiatrie (pp. 49-50)

Pédiatres

Cf. 1.c Pédiatrie > Pédiatres (pp. 16-19)



DIFFICULTÉS 4

b. Aide aux familles

Services sociaux

Soutien des familles par des assistants sociaux pour toutes les démarches administratives, sociales et financières
www.cms-smz-vs.ch

CMS Sierre

Hôtel de Ville, Rue du Bourg 12A, 3960 Sierre
www.cms-sierre.ch

027 455 51 51

Communes rattachées: Anniviers, Chalais, Chermignon, Chippis, Grône, Icoigne, Lens, Miège, Mollens, Montana, Randogne, St-Léonard, Salquenen, Sierre, Venthône, Veyras

CMS Sion et environs

Avenue de la Gare 21, 1950 Sion
www.cms-sion-herens-conthey.ch/fr/

027 563 50 00

Communes rattachées:

Les Agettes, Salins, Sion, Veysonnaz



CMS subrégional du Coteau

Route de Savièse 3A, 1971 Grimisuat
www.grimisuat.ch/commune >
 Pratique > Annuaire, horaires, contacts
 Communes rattachées:
 Arbaz, Ayent, Grimisuat, Savièse

027 563 55 00

CMS subrégional du Val d'Hérens

Route Principale 4, 1982 Euseigne
www.heremence.ch/commune
 > vie locale > santé sociale
 Communes rattachées: Évolène,
 Hérérence, Mont-Noble, St-Martin, Vex

027 563 56 00

CMS Nendaz

Route de Nendaz 365, 1996 Basse-Nendaz
www.nendaz.org/commune >
 Vivre à Nendaz > Santé et social

027 563 57 00

CMS subrégional les Coteaux du Soleil

Ruelle du Collège 1, 1963 Vétroz
www.cmss-lescoteauxdusoleil.ch
 Communes rattachées:
 Ardon, Chamoson, Conthey, Vétroz

027 563 54 00

CMS subrégional de Saxon

Rue du Léman 25, 1907 Saxon
 Communes rattachées:
 Iséribles, Leytron, Riddes, Saillon, Saxon

027 564 26 26

CMS subrégional de Martigny

Rue d'Octodure 10B, 1920 Martigny
 Communes rattachées: Bovermier, Charrat, Fully,
 Martigny-Ville, Martigny-Combe, Salvan, Trient

027 564 26 26

CMS subrégional de l'Entremont

Route de la Gravenne 16, 1933 Sembrancher
 Communes rattachées: Bagnes, Bourg-St-Pierre,
 Liddes, Orsières, Sembrancher, Vollèges

027 564 26 26

Caritas Valais

Rue de Loèche 19, 1950 Sion
www.caritas-valais.ch

027 323 35 02



Services socio-éducatifs

AEMO, Action éducative en milieu ouvert

Propose un accompagnement éducatif dans le milieu de vie des enfants et de leur famille, pour aider à surmonter des difficultés résultant de leur situation familiale, sociale et scolaire. Remboursement sur mandat.

Association Saint-Raphaël

Route de Saint-Raphaël 32, 1971 Champlan
www.saint-raphael.ch

027 398 24 41

Service cantonal de la jeunesse (SCJ)

Avenue Ritz 29, 1950 Sion
www.vs.ch/web/scj

027 606 48 20

CDTEA, Centre pour le développement et la thérapie de l'enfant et de l'adolescent / psychologues, psychomotriciens, logopédistes
 Avenue Max Huber 2, 3960 Sierr
 Avenue Ritz 29, 1950 Sion
 Rue d'Octodure 10B, 1920 Martigny

027 606 98 60

027 606 48 25

027 606 98 30

OEI, Office Éducatif Itinérant du Valais
 Soutien aux parents dans leur travail éducatif d'un enfant avec un retard, un handicap ou certaines difficultés

Avenue du Ritz 29, 1950 Sion

027 606 48 47

Rue de l'Octodure 10B, 1920 Martigny

027 606 98 32

Avenue Max-Huber 2, 3960 Sierr

027 606 98 62

OPE, Office pour la Protection de l'Enfant
 Avenue du Ritz 29, 1950 Sion

027 606 48 46

Aides et soins à domicile

Soutien par des infirmières et/ou des aides familiales pour les activités quotidiennes
 Cf. 4.b Services sociaux (pp. 41-42)
www.cms-smz-vs.ch



Associations d'entraide

Réseau Entraide Valais

Plateforme collaborative qui coordonne les différentes ressources institutionnelles et associatives valaisannes pour répondre à toute situation de détresse (précarité, isolement, etc.)
www.revs.ch

Aide téléphonique pour les enfants et les jeunes

Appel anonyme et gratuit, envoi sms possible
www.147.ch

147

Antenne sida Valais romand

www.promotionsantevalais.ch >
Promotion de la santé > Antenne sida

027 329 04 23

Associations de parents de jumeaux, triplés et plus

www.jumeaux.com

Association pour adoptés et adoptants

www.adopte.ch

Association des familles monoparentales et recomposées

www.afmr.ch

Association JeunesParents

Soutien aux parents adolescents (tarif national)
www.jeunesparents.ch

CIO, Centre d'information

et d'orientation professionnelle
Route de la Bonne-Eau 18, 3960 Sierre
Avenue de France 23, 1950 Sion
Rue du Collège 5, 1920 Martigny

027 606 95 40

027 606 45 09

027 606 95 20



Fonds Mimosa

Fonds destinés exclusivement à des enfants et des adolescents issus de familles aux revenus modestes vivant en Valais, confrontés à des difficultés sociales et financières
Croix-Rouge districts Sierre et Sion
Croix-Rouge district Martigny

027 324 47 50

027 722 46 03

Homoparentalité

www.association360.ch/homoparents

La main tendue

Permanence 24h/24h, anonyme
www.valais.143.ch

143

Association « La Maisonnée »

Maison d'accueil pour femmes en difficulté seules avec enfants
www.maisonnee.ch

077 522 85 64

Né trop tôt

Association pour les enfants prématurés
www.netroptot.ch

SOS Parents

Caritas Valais
Cf. 1.c Informations aux parents (p. 15)

Pro Juventute

Cf. 1.c Informations aux parents (p. 15)
www.projuventute-vs.ch

Sion Solidaire

Association dressant l'inventaire des différents acteurs du domaine socio-caritatif à Sion
www.sionsolidaire.ch

027 324 14 12

SOS Futures Mères

Soutiens aux futures mères et mères en difficulté
Avenue Max-Huber 10, 3960 Sierre
Rue du Rhône 26, 1950 Sion
Avenue du Grand-St-Bernard 10, 1920 Martigny
www.sosfuturesmeres-valais.ch

077 473 92 28

027 322 12 02

077 473 90 06

Mencare

www.maenner.ch/fr/mencare-2/

078 874 46 08





Aides alimentaires

Verso l'Alto

Café social et crêperie

Rue de Lausanne 69, 1950 Sion

027 323 89 15

Caisse Vertes

Aide alimentaire aux familles
qui sont dans le besoin

Parking d'Emmaüs

Rue de la Drague 25, 1950 Sion

078 605 48 48

Cartons du Cœur

Distribution de denrées alimentaires, de produits
d'hygiène et de ménage de première nécessité
aux personnes dans le besoin

Rue du Simplon 14B, 1920 Martigny

079 310 55 52

La Maison du Cœur – Les paniers du cœur

Service de coiffure gratuit, distribution
de nourriture, accueil d'urgence de personnes
dans la détresse

Ruelle du Midi 17, 1950 Sion

027 322 22 37

Restos du Cœur

Ruelle du Midi 17, 1950 Sion
www.restosducoeur-sion.ch

027 322 22 37

Sierre partage

Service offrant un soutien aux personnes
démunies du district de Sierre

Route de Sion 55, 3960 Sierre
www.sierrepartage.ch

027 455 18 56

Tables du Rhône

Uniquement sur demande aux CMS
www.tablesdurhone.ch

024 471 57 07



Consultations conjugales et familiales

AS'TRAME

Fondation de soutien aux enfants et aux adultes
(séparation, divorce, deuil, maladie)

www.astrame.ch

079 426 30 71

027 552 20 25

SIPE, Consultations conjugales

Cf. 1.a Conseils, soutiens et préparation
à la naissance (p. 11)

c. Aide aux migrants

Brochure



«Notre enfant» de Pro Juventute (de 0 à 6 ans)

Brochures complémentaires destinées aux parents
parlant une langue étrangère (disponible dans sept
langues: albanais, turc, tamoul, bosniaque-croate-
serbe, portugais, espagnol et anglais, respectivement
en combinaison avec l'allemand ou le français)

Bureau de la Suisse romande

www.projuventute.ch

021 622 08 17



Services sociaux et d'entraide

Appartenances

Centre femmes, Consultations, Traductions
Rue des Terreaux 10, 1003 Lausanne
www.appartenances.ch 021 341 12 50

AVIC, Association valaisanne
d'interprétariat communautaire 027 322 19 30
Rue Oscar-Bider 60, 1950 Sion 079 726 36 69
www.oseo-vs.ch/avic-action-valaisanne-pour-l-interpretariat-communautaire/

Croix-Rouge Valais
Rue du Chanoine-Berchtold 10, 1950 Sion 027 324 47 50

CSI, Centre Suisses-Immigrés Valais
Permanence juridique, Activités d'intégration
Avenue des Mayennets 12, 1950 Sion 027 324 47 50

Espace Interculturel Sierre
Rue Monderèche 7, 3960 Sierre 027 455 32 76
www.espacesierre.ch

SSI, Fondation Suisse du
Service social international
Consultations pour couples binationaux, Genève
Quai du Seujet 32, 1201 Genève 022 906 77 03
www.ssi-suisse.org

Cours de français

Association Lire et Écrire

Cours pour personnes parlant déjà le français
mais ne sachant pas l'écrire. 50 CHF par mois
Avenue de la Gare 5, 1950 Sion 027 321 22 77
www.lire-et-ecrire.ch

Cours de français, Martigny
Renseignements et inscriptions 027 721 22 59



www.martigny.ch/bureau-integration

Croix-Rouge 027 324 47 50

CSI, Centre Suisses-Immigrés Valais 027 324 47 50

Espace Interculturel Sierre
Rue Monderèche 7, 3960 Sierre 027 455 32 76
www.espacesierre.ch

OSEO, Œuvre suisse d'entraide ouvrière
Cours de français et d'intégration, pour femmes
uniquement (+ quelques places en garderie pour
enfants non scolarisés), gratuit
Rue Oscar-Bider 60, 1950 Sion 027 329 80 20
www.oseo-vs.ch

Université populaire
Cours de français, débutants et moyens, payant
Voir dans sa commune



d. Pédopsychiatrie

Traitement des troubles relationnels parents/
enfants et des problèmes de développement psy-
chologique de l'enfant dès la naissance (sommeil,
alimentation, pleurs, etc.).

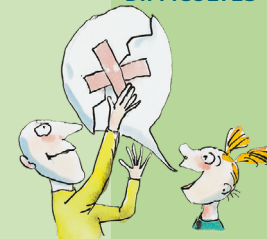
SPPEA, Service de psychiatrie-psychothérapie
de l'enfant et de l'adolescent



Rue St-Charles 14, 3960 Sierre	027 603 79 10
Cesalli Séverine Avenue de la Gare 5, 1920 Martigny	027 722 10 29
Curatolo Wilk Maria-Emanuela Place du Midi 30, 1950 Sion	027 322 66 85
Daniel De Souza Avenue Général-Guisan 6, 1960 Sierre	078 209 42 80
Dekeuer Laurence Sidonie Emma Route de la Morge 37, 1964 Conthey	027 398 21 00
Grange Fabienne Rue du Mont 17, 1950 Sion	027 322 10 97
Guignet Boris Rue du Mont 17, 1950 Sion	027 322 10 97
Michlig-Jacquier Nathalie Avenue du Midi 3, 1950 Sion	027 322 44 92
Péquignot Laurence Route de la Morge 37, 1967 Conthey	027 398 21 00
Revaz Sarah Rue des Cèdres 6, 1950 Sion	027 323 77 73
Stanciu Razvana Avenue Général-Guisan 6, 3960 Sierre	076 711 96 89
Tassin Florence Yolande Suzanne Avenue de la Gare 5, 1920 Martigny	078 223 58 33
Tavelli Elena Rue des Cèdres 6, 1950 Sion	078 752 51 10
Von Roten Karin Rue du Vieux-Moulin 23, 1950 Sion	027 323 77 71



e. Psychologie, logopédie, psychomotricité et ergothérapie



**CDTEA, Centre pour le développement
et la thérapie de l'enfant et de l'adolescent**
Cf. 4. b Services socio-éducatifs (p. 43)

Psychologie-Psychothérapie:
Fédération Suisse des psychologues (FSP)
www.psychologie.ch

Logopédie:
Association romande des logopédistes diplômés (ARLD)
www.arld.ch/sections-cantonales/valais

Psychomotricité:
Association des thérapeutes en psychomotricité
www.psychomotricite-suisse.ch

Ergothérapie:
www.ergo-vs.ch



f. Enfants malades



Garde d'enfants malades

Croix-Rouge Valais

027 324 47 50

Service de garde d'enfants malades

079 796 02 07

Enfants confrontés à une longue maladie ou au HIV/Sida

AS'TRAME

Fondation de soutien spécialisée dans l'accompagnement des enfants et de leur famille fragilisée par une rupture de liens (deuils, séparation des parents, maladies graves)

Chemin des Collines 2, 1950 Sion
www.astrame.ch

079 426 30 71
027 552 20 25

Antenne sida Valais romand

www.promotionsantevalais.ch >
Promotion de la santé > Antenne sida

027 329 04 23

ARFEC, Association romande des familles d'enfants atteints d'un cancer
www.arfec.ch

021 653 11 10



g. Enfants en situation de handicap



Le Baluchon

Accompagnement socio-éducatif pour des enfants et adolescents en situation de handicap physique ou mental (dès 4 ans si l'enfant n'est plus suivi par l'OEI)
Route du Côteau 15, 1927 Chemin
www.baluchon.ch

079 550 89 90

Emera

Service social pour les personnes en situation de handicap (soutien financier et administratif)
Avenue de la Gare 3, 1950 Sion
www.emera.ch

027 307 20 20

Insieme

Association valaisanne de parents de personnes handicapées mentales
www.insieme-vs.ch

027 322 07 87

OEI, Office Éducatif Itinérant
Cf. 4.b Services socio-éducatifs (p. 43)



h. Consultations juridiques et financières



Allocations familiales CIVAF

Avenue Pratifiori 27, 1950 Sion
www.civaf.vs.ch

027 324 94 10

FRC, Fédération Romande des Consommateurs

Permanence
www.frc.ch

021 331 00 90

Info Budget

Établir un budget et évaluer les risques
d'endettements

0840 432 100

Informaternité

Être enceinte au travail,
vos droits sur votre lieu de travail
www.informaternite.ch

Service de protection des travailleurs

Permanence

027 606 74 00

Permanence Juridique de l'Ordre des Avocats Valaisans

Rue de la Dent-Blanche 8, 1950 Sion
www.oavs.ch

SIPE, Sexualité Information Prévention Éducation

Cf. 1. a Conseils, soutiens et préparation
à la naissance (p.11)



i. Dépendances



AA, Alcooliques Anonymes

Permanence en Valais
www.aasri.org

0848 848 846
079 353 75 69

Addiction Valais

Avenue Général-Guisan 2, 3960 Sierre
Rue du Scex 14, 1950 Sion
Rue de la Poste 12, 1920 Martigny
www.addiction-valais.ch

027 456 22 77
027 327 27 00
027 723 60 66

AL-ANON/ALATEEN

Groupe d'entraide pour les familles
et amis des alcooliques
www.Al-Anon.ch

0848 848 843

CIPRET, Centre d'Information pour la Prévention du Tabagisme

Rue des Condémines 14, 1951 Sion
www.promotionsantevalais.ch >
Promotion de la santé > CIPRET-Valais

027 329 04 15

SOS Alcool

www.stop-alcool.ch

0848 805 005

Stop-Tabac

www.stop-tabac.ch

0848 000 181



j. Violences

Alternative-Violence

Offre un soutien pour les auteurs de violences domestiques. Rattaché à Caritas Valais
Rue de Pré-Fleuri 2A, 1950 Sion
www.egalite-famille.ch/violence

027 606 21 20

Association ViolenceQueFaire

Information, discussion sur la violence dans le couple
www.violencequefaire.ch

Centre de Consultation LAVI,

Loi sur l'Aide aux Victimes d'Infractions
Rue des Vergers 1, 1950 Sion

027 607 31 00

Espas-info

Soutien et prévention pour les personnes concernées par les abus sexuels
Antenne Valais
Rue du Midi 10, 1950 Sion
www.espas.info

0848 515 000

Dis no

Association qui a pour but de promouvoir ou aider toute action dans le sens de la prévention de la violence et des abus sexuels envers les enfants
www.disno.ch

Foyer Aurore

Foyer d'accueil pour les femmes, mères et leurs enfants victimes de violences conjugales
Permanence 24h/24h

027 323 22 00

Le Point du Jour

Lieu d'accueil qui s'adresse à toute personne victime de violences domestiques (avec ou sans enfants) en situation de détresse
www.pointdujour.ch

078 883 38 07
027 723 20 03

L'EssentiElles

Fondation qui soutient, accompagne et propose une aide dans la recherche d'hébergement des victimes en situation de violences conjugales en Valais
www.lessentielles.ch

079 320 98 70

Office cantonal de l'égalité et de la famille

Cf. 5.a Office cantonal de l'égalité et de la famille (p. 62)

Patouch

Association romande de prévention de la violence envers les enfants
Route de Chandoline 25E, 1950 Sion
www.patouch.ch

079 661 55 83

Réseau suisse contre l'excision

www.excision.ch

041 419 23 55

k. Deuil



ADESSIA, Suisse romande

Association des groupes d'accompagnement, perte de grossesse, abus, maltraitements, négligences
www.adessia.ch

026 424 02 22

Association vivre son deuil

www.vivresondeuil-suisse.ch

AS'TRAME

Fondation de soutien aux enfants et aux adultes (séparation, divorce, deuil, maladie)
www.astrame.ch

027 552 20 25

5. Relations avec les pouvoirs publics

- a. *Office cantonal de l'égalité et de la famille* 62
- b. *État civil* 62
- c. *Aides financières* 63
- d. *Aides judiciaires* 63
- e. *Recherche en paternité* 64
- f. *Reconnaissance en paternité* 64
- g. *Conflits familiaux, séparation, divorce* 65
- h. *Adoption* 66
- i. *Permis de séjour* 66



a. Office cantonal de l'égalité et de la famille

Office cantonal de l'égalité et de la famille
Rue du Pré-Fleuri 2A, 1951 Sion
www.egalite-famille.ch

027 606 21 20



b. État civil

Pour toute question concernant les droits de filiation, de reconnaissance en paternité et l'acte de naissance, s'adresser à l'Administration communale de son domicile



c. Aides financières

Caisse de compensation du canton du Valais

Réduction des primes d'assurances maladies, fond cantonal et allocations familiales
Prestations complémentaires de l'assurance invalidité
Avenue de Pratifori 22, 1950 Sion

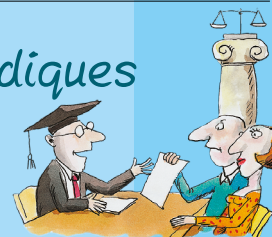
027 324 91 11



Rente de veuve et d'orphelin

S'adresser à l'Administration communale de son domicile

d. Aides juridiques



Caritas Valais, Service juridique
Rue de Loèche 19, 1950 Sion

027 323 35 02

Guide d'informations socio-juridiques
www.guidesocial.ch

Permanence de l'Ordre des Avocats Valaisans (OAVS)
Rue de la Dent-Blanche 8, 1950 Sion
www.oavs.ch



e. Recherche en paternité

S'adresser à l'APEA de sa commune de domicile pour les démarches administratives

Hôpital de Sion

Service de médecine légale à l'hôpital de Sion
(Expertise de filiation)

Avenue du Grand-Champsec 80, 1950 Sion

027 603 40 00

f. Reconnaissance en paternité

S'adresser à l'office d'État Civil de la commune de son domicile



g. Conflits familiaux, séparation, divorce

Conflits familiaux

APEA, Autorité de Protection de l'Enfant et de l'Adulte (ancienne chambre pupillaire)
S'adresser à la commune de son domicile

SIPE, Sexualité Information Prévention Éducation
Cf. 4.a Consultations conjugales et familiales (p. 11)

Séparation, divorce

Association valaisanne de médiation

Espace des Remparts 8, 1950 Sion
www.avdm.ch

075 418 20 83

Office cantonal de l'égalité et de la famille

Cf. 5.a Office cantonal de l'égalité et de la famille (p. 62)

Tribunal du district de Sierre

Avenue du Rothorn 2, 3960 Sierre

027 607 82 00

Tribunal du district de Sion

Rue Mathieu-Schiner 1, 1950 Sion

027 606 54 40

Tribunal des districts d'Hérens-Conthey

Rue Mathieu-Schiner 1, 1950 Sion

027 606 54 20

**Tribunal des districts
de Martigny et Saint-Maurice***Hôtel de Ville 1, 1920 Martigny*

027 607 81 40

**BRAPA, Bureau de recouvrement
et d'avance des pensions alimentaires***Rue du Scex 4, 1950 Sion*

027 606 48 90

h. Adoption

Service cantonal de la jeunesse**OPE, Office pour la Protection de l'Enfant***Avenue du Ritz 29, 1950 Sion*

027 606 48 40

i. Permis de séjour

CSI, Centre Suisse-Immigrés*Cf. 4.c Services sociaux d'entraide (p. 48)***Service de la population et des migrations***Autorisation de séjour**Avenue de la Gare 39, 1950 Sion*

027 606 55 52



Notes personnelles





Notes personnelles



6. Urgences



Police	117
Pompiers	118
Urgences médicales et ambulances	144
Empoisonnement	145
Médecins de garde	0900 144 033
Dentistes de garde	0900 558 143
Pharmacies de garde	0900 558 143
Hôpital de Sion	
<i>Avenue du Grand-Champsec 80, 1950 Sion</i>	027 603 40 00
Hôpital Riviera-Chablais	
<i>Route du Vieux Séquoia 20, 1847 Rennaz</i>	024 468 86 88
Hôpital de Malévoz	
<i>Route de Morgins 10, 1870 Monthey</i>	0800 012 210
<i>Urgences psychiatriques</i>	

Mes numéros

7. Traductions

Français	Deutsch	Italiano	English	Español	Português	Srpsko-hrvatski	Shqip
accouchement	Geburt	parto	delivery	parto	parto	porodjaj	lindja
accueil	Empfang	accoglienza infantile	child care	recepción	acolho	prihvat	pritja
accueil collectif de jour	Tagesstätte	accoglienza infantile diurna	day care	acogida diaria colectiva	acolho colectivo de dia	dnevni kolektivni prihvat	pritja kolektive e ditës
adresses	Adresse	indirizzi	addresses	direcciones	moradas, endereços	adrese	adresa
adoption	Adoption	adozione	adoption	adopción	adopção	usvajanje	adoptimi
aide	Hilfe	aiuto	help	ayuda	ajuda	pomoc	ndihma
aide à domicile	Haushilfe	sostegno domiciliare	home help	ayuda a domicilio	ajuda ao domicílio	pomoc u kuci	ndihma në shtëpi
aide financière	finanzielle Hilfe	aiuto finanziario	financial assistance	ayuda financiera	ajuda financeira	financijska pomoc	ndihma financiare
aide juridique	Rechtshilfe	assistenza giuridica	legal aid	ayuda jurídica	ajuda jurídica	pravna pomoc	ndihma juridike
alimentation	Ernährung	alimentazione	nutrition	alimentación	alimentação	uzdravavanje	ushqimi
allaitement	Stillen	allattamento	breastfeeding	lactancia	amamentação	dojenje	dhënja e gjiut
allocations	Zulagen	allocazioni	subsidies	subsídios	abonos	doplaci	shtesa
ambulance	Krankenwagen	ambulanza	ambulance	ambulancia	ambulância	ambulanta	ndihma e shpejtë
ambulatoire	Ambulant	ambulatorio	outpatient	ambulatorio	ambulatorio	pokretni	shërim brenda ditës
assistance	Unterstützung	assistenza	welfare	asistencia	assistência	pomoc	asistencë
associations d'entraide	Wohltätigkeits-gemeinschaft	associazioni di aiuto	helpgroups	asociaciones de ayuda	associações de ajuda	udruzenja za medjusobnu pomoc	shoqatë e ndërsjellte
atteintes physiques, sexuelles ou psychiques	Physische, sexuelle oder psychische Belastungen	menomazioni fisiche, sessuali o psichiche	physical, sexual or psychological abuse	afectos físicos, sexuales o psíquicos	danos físicos, sexuais ou psíquicos	fizicke, spolne i psihičke bolesti	krizë fizike, seksuale apo psiqike
baby-sitting	Baby-Sitting	baby-sitting	baby-sitting	baby-sitting	baby-sitting	dadilja	personi që kujdeset për fëmijë – sipas kërkesës
besoins spéciaux	spezifische Bedürfnisse	assistenza per bambini handicappati	special needs	necesidades especiales	necessidades especiais	specijalne potrebe	nevoja speciale
bibliothèque	Bibliothek	biblioteca	library	biblioteca	biblioteca	biblioteka	bibliotekë
bonnes adresses	nützliche Adressen	indirizzi utili	good tips	direcciones útiles	bons endereços	prave adrese	adresë e saktë
camps de vacances	Ferienlager	campi di vacanze	camps	campo de vacaciones	campos de férias	kamp za odmor	kamp i pushimeve
centre de santé	Gesundheitszentrum	centro terapeutico	healthcenter	centros de salud	centro de saúde	zdravstveni centar	qendra e shëndetit
conflits familiaux	Familiäre Konflikte	conflitti familiari	familial conflicts	conflictos de familia	conflitos familiares	porodice svadje	konflikt familjarë
conseils	Ratschläge	consigli	advice	consejos	conselhos	savjeti	këshilla
consultation	Sprechstunde	consultazione	professional helps	consulta	consulta	konsultacija	konsultim
consultations conjugales et familiales	Ehe- und Familienberatungen	consultazioni coniugali e familiari	marriage and family counselling	consultas conyugales y familiares	consultas conjugais e familiares	bracne i konsultacije za porodice	konsultim bash-këshortor dhe familjarë

Français	Deutsch	Italiano	English	Español	Português	Srpsko-hrvatski	Shqip
consultations juridiques et financières	Rechts und Finanzberatungen	consultazioni giuridiche e finanziarie	legal and financial counselling	consultas jurídicas y financieras	consultas jurídicas e financeiras	pravne i finansijske konsultacije	konsultim juridik dhe financiar
contraception	Empfangnisverhütung	contraccezione	contraception	contracepción	contraceção	kontracepcija	kontracepcion
cours	Kurs	corsi	courses	cursos	curso	kurs	kurs
cours de français	Französischkurse	corsi di francese	french lessons	cursos de francés	curso de francês	kurs francuskog jezika	kurs i frengjishtes
deuil	Trauer	lutto	mourning	duelo	luto	zalost	zija
difficultés	Schwierigkeiten	difficoltà	hardships	dificultades	dificuldades	poteskoce	vështërsitë
divorce	Scheidung	divorzio	divorce	divorcio	divórcio	razvod (braka)	shkurorëzim
domicile	Wohnort	domicilio	residence	domicilio	domicílio	mjesto stalnog boravka	vendbanim
échange de savoirs	Wissensaustausch	scambio di conoscenze	knowhow exchange	intercambio de saber	troca de saberes	razmjena znanja	shkëmbim dijenishë
écoliers	Schüler	scolari	schoolchildren	escolares	escolares	ucenici	shkollarë
enfant handicapé	behindertes Kind	bambino handicappato	children with special needs	niño minusválido	criança deficiente	hendikepirano djetinjstvo	fëmijë të hendi kepuar
enfant hospitalisé	hospitalisiertes Kind	bambino ospitalizzato	hospitalisation for children	niño hospitalizado	criança hospitalizada	lijecena djeca ili djeca koja se lijece	fëmijë të shtruar në spital
enfant malade	Krankes Kind	bambino ammalato	sick child	niño enfermo	criança doente	bolesna djeca	fëmijë i sëmuar
état civil	Zivilstand	stato civile	family status	estado civil	estado civil	bracno stanje	gjendja civile
famille	Familie	famiglia	family	familia	família	familija	familja
famille d'accueil	Pflegefamilie	famiglia affidataria	foster families	familia de recepción	familia de acolhimento	familija za prihvatac	familje e pritjes
garde d'enfants	Kinderbetreuung	affidamento infantile	childminder	guarda de niños	guarda de crianças	odgojteljica	çerdhe e fëmijëve
garderie	Kinderhort	asilo	daycare center	guardería	infantário-crèche	zabaviste	çerdhe
grossesse	Schwangerschaft	gravidanza	pregnancy	embarazo	gravidez	trudnoca	shtatëzani
guides	Anleitungen	guide	guides	guías	guias	vodici	udhërrefyes
gynécologues	Frauenärzte	ginecologìa	gynecologist	ginecólogos	ginecologistas	ginekolozi	gjinekologët
gym mère-enfant	Mutter-Kind Gymnastik	ginnastica madre-bambino	mother-infant gym	gimnasia para madre e hijo	ginástica mãe-criança	gimnastika za majku i dijete	gjimnastika nënë-fëmijë
haltes-jeux	Spielgarten	giardino infantile, asilo	day nurseries	acogida infantil	jardim infantil	pauza za igre	vend i lojrave
hébergement	Unterkunft	accoglio con affidamento	lodging	alojamiento	alojamento	prihvatiti nekoga na stan i izdrazvanje	strehim
hôpitaux	Krankenhaus	ospedale	hospitals	hospital	hospital	bolnica	spital
immigré	Einwanderer	immigrato	immigrants	imigrante	imigrado	imigranti	imigrant
infirmière	Krankenschwester	infermiere	nurse	enfermera	enfermeira	bolnicarka	infernriere
informations	Auskünfte	informazioni	information	informaciones	informações	informacije	informata
jardins d'enfants	Kindergarten	scuola del infanzia	kinder-garden	jardín infantil	jardim-escola	djecilji vrtic	kopsht fëmijësh

Français	Deutsch	Italiano	English	Español	Português	Srpsko-hrvatski	Shqip
jeune fille au pair	"Au Pair" Mädchen	ragazza alla pari	au pair girl	chica "au pair"	jovem « fille au pair »	kucna pomoćnica	vajzë e re që kujdeset për fëmijë pranë familjeve
logopédie	Logopädie	logopedia	speech therapy	logopedia	logopedia	logopedija	logopedi
loisirs	Freizeitbeschäftigung	divertimenti	leisure	ocios	ocupação dos tempos livres, lazer	zabave	argëtime
ludothèque	Ludothek	ludoteca	toy lending center	ludoteca	ludoteca	zbirka djecijih igara	ludotekë
magasins de seconde main	Secondhandgeschäft	negozi di roba usata	second-hand shop	tiendas de segunda mano	loja de segunda mão	prodavnica polovne robe	shitore për gjësende të dorës së dytë
maltraiteance	Misshandlung	maltrattamenti	child abuse	maltrato	maus tratos	malretiranje	malretim
maman de jour	Tagesmutter	mamme diurne	family day care	mamá de día	mamãe de dia	zena që kujdeset për djecu u toku dana	grua që kujdeset për fëmijë, gjatë ditës
maternité	Mutterschaft	maternità	maternity hospital	maternidad	maternidade	porodiliste	maternitet
médiation	Vermittlung	mediazione	mediation	mediación	mediação	razmisljanje	ndërmjetësim
monoparental	Alleinerziehende	monoparentale	single parent	monoparental	monoparental	porodice ili djeca koja imaju samo jednog roditelja	fëmije që jeton vetëm me një prind
naissance	Geburt	nascità	birth	nacimiento	nascimento	radjanje	lindje
nursery	Nursery	asilo nido	nursery	nursery	crèche	prostoriya rezervisana za bebe	hapësira për foshnje
ouverture	Öffnung	apertura	opening hours	apertura	abertura	otvaranje	hapje
parents	Eltern	genitori	parents	padres	pais	roditelji	prindër
paternité	Vaterschaft	paternità	fatherhood	paternidad	paternidade	ocinstvo	atësi
pédiatrie	Kinderkrankenhaus	pediatria	pediatrics	pediatría	pediatria	pediatrija	pediatri
pédopsychiatrie	Kinderpsychiater	pedopsichiatria	infant and child psychiatrics	pedopsiquiatria	pedopsiquiatria	pedopsihijatrija	pedopsikiatri
pension alimentaire	Alimente	pensione alimentare	alimony	pensión alimentaria	pensão alimentar	alimentacija	pagesë për ushqimin e fëmijut
petite enfance	Kleinkindheit	prima infanzia	early childhood	primera infancia	infância	rano djetinjstvo	vend për vocërrak
pouvoirs publics	Öffentliche Aemter	poteri pubblici	governmental authorities	poderes públicos	poderes públicos	javne vlasti	pushteti shoqërorë
préparation à l'accouchement	Geburtsvorbereitung	preparazione al parto	maternity preparation	preparación al parto	preparação ao parto	pripreme za porodaj	përgatitja për lindje
protection	Schutz	protezione	protection	protección	proteção	zastita	mbrojtje
police	Polizei	polizia	police	policía	policia	policija	polic

Français	Deutsch	Italiano	English	Español	Português	Srpsko-hrvatski	Shqip
pompiers	Feuerwehr	pompieri	firestation	bomberos	bombeiros	vatrogasci	zjarrfikës
produit toxique	Giftige Produkte	prodotto tossico	poison control	producto tóxico	produto tóxico	otrovni proizvodi	prodhime helmuese
puériculture	Säuglingsvorsorge	puericultura	infant care	puericultura	puericultura	njega djece	perikulturë
reconnaissance en paternité	Anerkennung durch den Vater	riconoscenza di paternità	paternity legitimization	reconocimiento de paternidad	reconhecimento de paternidade	priznanje ocinstva	njohje e atësisë
relations	Beziehungen	relazioni	relationships	relaciones	relações	odnos	marrëdhënje
repas	Essen	pasti	meals	comida	refeições	obrok	ngrënie
requérants d'asile	Asylbewerber	richiedenti d'asilo	refugees	requerentes de asilo	requerentes de asilo	trazioc azila	kërkues strehimi
sages-femmes indépendantes	Selbstständige Hebammen	ostetriche indipendenti	midwife	parteras independientes	parteiras independentes	samostalne babice	mami të pavarura
séparation	Trennung	separazione	separation	separación	separação	odvojenost	ndarje
services sociaux	Sozialdienste	servizi sociali	social work agencies	servicios sociales	serviços sociais	socijalne sluzbe	shërbime sociale
sexualité	Sexualität	sessualità	sexuality	sexualidad	sexualidade	seksualnost	seksualitet
sida	AIDS	aids	aids	sida	sida	sida	sida
socio-éducatif	Sozialerzieherisch	socio-educativo	educational counselling	socio-educativo	socio-educativo	drustveno obrazovni	socio-edukativ
soins	Pflege	cure	care	asistencia médica	cuidados	njega, liječenje	shërime
soutien	Hilfe	sostegno	support	apoyo	apoio	podrska	përkrahje
subsidies	finanzielle Zuschüsse	sussidi	subsidies	subsídios	subsídios	novcani dodaci	ndihmë në të holla
toxicomanie	Drogenabhängigkeit	tossicomania	drug addiction	toxicomanía	tóxicomania	narkomanija	toksikomani
tribunal	Gericht	tribunale	court	tribunal	tribunal	sud	gjykatë
urgences	Notfälle	urgenze	emergencies	urgencias	urgências	hitne sluzbe	urgjencë
vacances	Ferien	vacanze	holidays	vacaciones	férias	odmori	pushime
victimes	Opfer	vittime	victims	víctimas	vítimas	zrtve	viktima
vie quotidienne	Tägliches Leben	vita quotidiana	daily life	vida cotidiana	vida quotidiana	svakodnevni zivot	jetë e përditshme
violences conjugales	häusliche Gewaltung	violenze coniugali	violence marital	violencias conyugales	violências conjugais	nasilje u braku	dhunë ndërmjet bashkëshortëve

fondation
groupe **mutuel**



IMPRESSUM

Ont contribué à la réalisation du « Carnet d'adresses »:
Association périnatalité-valais
Direction générale de l'enfance et de la jeunesse (DGEJ)
Groupe Mutuel

Illustrations: Anne Wilsdorf
Conception: wgr, 2024

