CPTS du VAL D'ORGE

# DEVENIR PARENT : UNE AVENTURE QUI SE VIT ACCOMPAGNÉ•E

**Enquête sur la santé périnatale sur le territoire du Val d'Orge**

# PARENTS (0-3 ANS) & FUTURS PARENTS

Ce questionnaire vise à mieux comprendre vos besoins pendant la grossesse et les 1000 premiers jours de votre enfant (0-3 ans), afin de vous proposer un soutien adapté et en adéquation avec vos priorités.

## VOTRE SITUATION

### Vous êtes

- ❒ Une femme
- ❒ Un homme
- ❒ Futur parent (grossesse en cours)
- ❒ Parent d'un enfant de 0 à 3 ans
- ❒ Les deux
- ❒ Dans un projet parental (projet de grossesse, d'adoption…)

### Âge de vos enfants

- ❒ 0 - 6 mois
- ❒ 6 mois - 1 an
- ❒ 1 an - 18 mois
- ❒ 18 mois - 2 ans
- ❒ 2 - 3 ans
- ❒ + de 3 ans

### Votre situation familiale

- ❒ En couple
- ❒ Parent solo
- ❒ Famille recomposée
- ❒ Autre : .....

## PENDANT LA GROSSESSE (SI CONCERNÉE)

### Avez-vous trouvé facilement des informations fiables pour votre grossesse ?

- ❒ Oui
- ❒ Non

### Souhaiteriez-vous plus d'informations sur :

- ❒ Le suivi de grossesse / prévention pour votre bébé
- ❒ L'alimentation / diabète gestationnel
- ❒ Les polluants du quotidien / les perturbateurs endocriniens pour votre santé et celle de votre bébé
- ❒ La préparation au post-partum
- ❒ Mes droits / démarches
- ❒ Les démarches d'adoption
- ❒ Les modes de garde
- ❒ Je me sens déjà bien informé•e
- ❒ Autre : .....

## DEPUIS L'ARRIVÉE DE VOTRE ENFANT (SI CONCERNÉ)

### Actuellement, vous ressentez surtout :

*(Plusieurs réponses possibles)*

- ❒ Je me sens plutôt serein•ne
- ❒ Fatigue / épuisement
- ❒ Seul•e / isolé•e
- ❒ Manque de soutien
- ❒ Peur de mal faire
- ❒ Difficulté à comprendre le rythme de mon bébé
- ❒ Difficulté à concilier vie perso / bébé
- ❒ Besoin d'échanger avec d'autres parents
- ❒ Autre : .....

## VOS BESOINS

### Ressentez-vous actuellement le besoin d'être davantage soutenu•e dans votre rôle de parent ou futur parent ?

- ❒ Oui, clairement
- ❒ Oui, parfois
- ❒ Non, pas pour le moment
- ❒ Je ne sais pas

### Que trouvez-vous difficile dans votre parentalité ?

*(Plusieurs réponses possibles)*

- ❒ J'ai peur qu'il arrive quelque chose à mon enfant
- ❒ J'ai peur de mal faire avec mon enfant
- ❒ J'ai peur de ne pas réussir à l'alimenter correctement
- ❒ Je ne comprends pas le rythme de mon bébé/enfant (éveil/sommeil/alimentation)
- ❒ J'ai peur de ne pas réussir à répondre correctement à ses pleurs, ses besoins quotidiens
- ❒ J'ai peur de ne pas passer assez de temps avec mon bébé/enfant
- ❒ Je me sens dépassé, j'ai besoin de souffler un peu et de prendre une pause pour moi
- ❒ Je n'arrive pas à concilier ma vie d'adulte avec le rythme de mon bébé/enfant
- ❒ J'ai peur de ne pas bien répondre aux pleurs et besoins de mon bébé/enfant
- ❒ Je manque de soutien parental
- ❒ Je suis perdue face à toutes les informations que l'on me donne
- ❒ Je n'ai aucune crainte ou questionnement
- ❒ Autre : .....



Avec le soutien de
ars Agence Régionale de Santé Île-de-France
L'Assurance Maladie



# DEVENIR PARENT : UNE AVENTURE QUI SE VIT ACCOMPAGNÉ•E

## PARENTS (0-3 ANS) & FUTURS PARENTS

### Où trouvez-vous les réponses à vos questions ?

- ❒ Je n'ose pas demander de l'aide
- ❒ Votre famille
- ❒ Vos amis
- ❒ Le médecin généraliste / pédiatre
- ❒ La sage-femme / ostéopathe
- ❒ Psychologue / psychothérapeute
- ❒ La PMI
- ❒ Puéricultrice
- ❒ Ateliers de soutien à la parentalité / café des parents
- ❒ Conférences
- ❒ Livres
- ❒ Podcast
- ❒ Réseaux sociaux
- ❒ Autre : .....

### Seriez-vous intéressé•e par des ateliers de soutien à la parentalité animés par des professionnels de santé et proposés près de chez vous sur :

- ❒ Le post-partum et le lien parent-bébé
- ❒ Un café des parents (échanges libres)
- ❒ Les gestes de premiers secours 0-3 ans
- ❒ La prévention (sommeil, pleurs, accidents domestiques, écrans)
- ❒ La prévention autour des polluants du quotidien et des perturbateurs endocriniens
- ❒ Aucun besoin actuellement

### Connaissez-vous les ressources suivantes ?

- ❒ PMI
- ❒ Sage-femme libérale
- ❒ Médecin généraliste
- ❒ Pédiatre
- ❒ Site « 1 000 premiers jours »
- ❒ Les Relais Petite Enfance ( RPE)
- ❒ Les Lieux d'Accueil Enfant Parent ( LAEP)
- ❒ Je ne connais pas ces ressources

## INFORMATION & COMMUNICATION

### Quels horaires vous conviendraient le mieux pour des ateliers de soutien à la parentalité ou café des parents ?

- ❒ Matin
- ❒ Après-midi
- ❒ Soirée
- ❒ Mercredi
- ❒ Samedi matin
- ❒ Samedi après-midi
- ❒ Vacances scolaires

### Comment préférez-vous être informé•e sur les actions ?

- ❒ Réseaux sociaux
- ❒ Email
- ❒ SMS / WhatsApp
- ❒ Affichage dans mon quartier
- ❒ Bouche à oreille
- ❒ Dans un lieu d'accueil

## QUESTIONS OUVERTES

### Qu'aimeriez-vous trouver près de chez vous pour vous sentir davantage soutenu•e ?

.....

.....

.....

.....

### Quelles sont les thématiques que vous souhaiteriez aborder pour vous soutenir dans votre parentalité ?

.....

.....

.....

.....

Si vous souhaitez être recontacté pour recevoir plus d'informations sur les ateliers de soutien à la parentalité mise en place par la CPTS du Val d'Orge :

Nom : .....

Contact : .....

.....

.....

Vos données personnelles sont collectées uniquement pour les besoins de notre enquête sur la santé périnatale et les besoins des familles avec le soutien de l'Agence Régionale de Santé et de la CPAM. Elles sont traitées dans le respect du RGPD. Vous pouvez à tout moment demander l'accès, la correction ou la suppression de vos informations.

CPTS du VAL D'ORGE — ars Agence Régionale de Santé Île-de-France — L'Assurance Maladie

Si vous souhaitez être accompagné•e, trouver du soutien et échanger avec d'autres parents près de chez vous : inscrivez-vous dès maintenant aux ateliers de la CPTS du Val d'Orge sur leur site web ou en scannant ce QR code.

**Inscrivez-vous aux ateliers de soutien à parentalité !**

cptsvaldorge.fr