



Isolement et quarantaine des enfants et des adolescents

Suggestions pour la quarantaine ou l'isolement

Idées de jeux :

- Elternsein.info : [Idées pour les familles | Elternsein.info](#) (en allemand)
- Pro Juventute : [Jeux créatifs à la maison \(projuventute.ch\)](#)
- Spielschweiz.ch : [Spielschweiz – Ta porte vers le monde du jeu](#) (en allemand)
- Freizeit.ch : [Des idées géniales pour se distraire chez soi – Nouveautés – Freizeit.ch](#) (en allemand)
- Idées de l'UNICEF : [Que faire pendant la pandémie ? S'occuper pendant le confinement | UNICEF](#) (en allemand)
- KI!ck-T!pps.net : [Applications et sites Internet pour les enfants | klick-tipps.net](#) (en allemand)

Conseils aux parents concernant la consommation de médias :

Pendant une quarantaine ou un isolement, la consommation de médias est généralement plus élevée. Plusieurs cantons indiquent des points de contact consacrés à l'utilisation des médias par les enfants et les adolescents et à la problématique de l'addiction :

- Pro Juventute : [Combien de temps d'écran est bon pour votre enfant ? \(projuventute.ch\)](#)
- Addiction Suisse : [Guide de survie – Pour les parents | Addictions et crise du coronavirus \(addictionsuisse.ch\)](#)
- Monado.ch : [Écrans – MonAdo](#)

Points de contact en cas de questions et d'inquiétudes

Parents

- Conseils aux parents 24 h/24 et 7 j/7 de Pro Juvente (tél. : 058 261 61 61) : [Conseils aux parents 24 heures sur 24 \(projuventute.ch\)](#)
- Elternnotruf – 24/7 conseil : [Accueil – Elternnotruf](#)
- Pro Mente Sana : [Pro Mente Sana – association romande](#)



- Association suisse des consultations parents-enfants (organisation par régions) : [Association suisse des consultations parents-enfants \(sf-mvb.ch\)](https://www.sf-mvb.ch)
- Pro Familia Suisse (organisation par régions) : [Les familles en temps de crise Corona : offres, points de contact et services – Pro Familia Suisse](#)
- Service de psychologie scolaire (organisation par régions) : [Schulpsychologie Schweiz](#) (en allemand)
- Dureschnufe : [Découvrez les campagnes suisses consacrées à la santé psychique \(dureschnufe.ch\)](https://dureschnufe.ch) (en allemand)
- Conseil dans les hôpitaux (diffère selon les régions)

Enfants et jeunes

- ciao.ch : [Site d'information, d'aide et d'échanges pour les 11-20 ans – CIAO](#)
- Consultation 147 de Pro Juventute : [Nous contacter – 147.ch](https://www.147.ch)
- Protection de l'enfance Suisse : [Services de consultation | Protection de l'enfance Suisse \(kinderschutz.ch\)](https://www.kinderschutz.ch)
- Comment vas-tu ? [Conseils pour en parler | Comment vas-tu \(comment-vas-tu.ch\)](#)
- Dureschnufe : [Découvrez les campagnes suisses consacrées à la santé psychique \(dureschnufe.ch\)](https://dureschnufe.ch) (en allemand)
- Kinderseele.ch : [Qu'est-ce qu'il t'arrive ? – Institut Kinderseele Schweiz](#) (en allemand)
- Enseignants
- Services de pédopsychiatre (diffère selon les régions)
- Conseil dans les hôpitaux pédiatriques (diffère selon les régions)

Pages d'information des cantons sur le thème du coronavirus

Pages d'information :

- Berne : [Santé psychique](#)
- Fribourg : [Tout sur la santé mentale | État de Fribourg](#)
- Nidwald : [Santé psychique](#) (en allemand)
- Saint-Gall : [Infos et conseils pour la maison en période de coronavirus | sg.ch](#) (en allemand)
- Zoug : [Coronavirus – prendre soin de soi et de sa famille](#) (en allemand)
- Bâle-Campagne : [Fürenand à Bâle-Campagne — baselland.ch](#) (en allemand)
- Soleure : [Services de consultation et d'assistance – Population – Canton de Soleure](#) (en allemand)



- Appenzell Rhodes-Intérieures : [Conseil et aide – Appenzell Rhodes-Intérieures \(ai.ch\)](#)
(en allemand)

Informations sur les dispositions légales

[Isolement et quarantaine](#)

[APG en cas de mesures destinées à lutter contre le coronavirus](#)