

• Mjd (Maison de justice et du droit) : lieu ouvert à tout-e-s les citoyen-ne-s qui favorise l'accès au droit, délivre des informations sur les droits et propose l'aide juridictionnelle. Elle oriente également vers des professionnel-le-s compétent-e-s chargé-e-s de faciliter l'exercice des droits des citoyens. Prestations gratuites et confidentielles - Tél : **04 97 00 03 90**

❖ **Pour des démarches liées aux pensions alimentaires, convention parentale**

• Aripa (Agence de recouvrement et d'intermédiation des pensions alimentaires) - Tél : **3238**

❖ **Pour des démarches liées à l'emploi**

• Pôle emploi Tél : **3949**  
• Mission Locale Tél : **04 92 10 19 15**

❖ **Pour les lieux de maintien du lien social et de la citoyenneté**

• Evs (Espace de vie sociale) St-André de la Roche Tél : **06 85 22 49 37**

❖ **Pour du soutien social, médico-social et psychologique**

• Msd (Maison solidarité départementale) St-André de la Roche  
Tél : **04 89 04 39 40**  
• Msd des vallées (uniquement St-Martin du Var) Tél : **04 88 04 32 70**  
• Pmi (Protection maternel infantile) St-André de la Roche  
Tél : **04 89 04 39 85**  
• Centre d'action médico-sociale précoce → 3 lieux  
- Chu Lenval Tél : **04 92 03 04 00**  
- Chu de Nice l'Archet II Tél : **04 92 03 60 77**  
- Camps de l'association Apajh Tél : **04 93 88 45 98**

❖ **Pour un accompagnement Budgétaire**

• Point conseil budget Espace social formation à St-Martin du var (Aide éducative budgétaire, point conseil budget, aides sur projet ...)  
Tél : **04 97 27 59 27**

❖ **Points Ressources**

• Mdd (Maison du département) à St-André de la Roche  
Tél : **04 89 04 30 80**  
• Maison France Active à Colomars Tél : **04 93 37 82 42**  
• Esf (Espace social et formation) à St-Martin du Var Tél : **04 97 27 59 27**  
• Evs (Espace de vie et informatique en libre-service) St-André de la Roche Tél : **06 85 22 49 37**

**Services de proximité**

*Nous nous séparons ou nous l'envisageons et maintenant, que dois-je faire?*

*Quelles démarches dois-je effectuer?*

*A qui dois-je m'adresser?*

*Je m'informe sur les aides et les droits.*

**Permanences de l'Udaf et du Cidff au local Pmi,**  
Pôle petite enfance de Tourrette-Levens  
Uniquement sur rendez-vous

**Udaf** - Tél : 04 92 47 81 10 **LE MARDI MATIN 12/10**  
**Cidff** - Tél : 04 93 71 55 69 **LES LUNDIS MATINS 18/10 ET 13/12**

## Mes premières démarches



Je déclare ma séparation auprès de :

- Caf Tél : **3230** (service gratuit + prix d'un appel)  
[www.caf.fr](http://www.caf.fr) - Mon compte  
Caf Web service : angle des rues Pastorelli et Alberti  
06 000 Nice

- L'administration fiscale : [www.impots.gouv.fr](http://www.impots.gouv.fr)
- Cnam Tél : **3646** (service gratuit + prix d'un appel)  
[www.ameli.fr](http://www.ameli.fr) - Compte Ameli
- Mon banquier prise de rendez-vous pour l'ensemble des comptes
- Pôle emploi : [www.pole-emploi.fr](http://www.pole-emploi.fr)


### A qui m'adresser ?

❖ **Pour un mode d'accueil 0-3 ans** (assistants maternels, crèches)  
Relais petite enfance Tel : **04 92 00 50 53** / [ram@svdub.fr](mailto:ram@svdub.fr)

❖ **Pour un accueil de loisirs** (centre de vacances)

Service enfance (3-11 ans) et jeunesse (12-17 ans) -  
Tél : **04 93 27 72 80** [www.sivomvaldebanquiere.fr](http://www.sivomvaldebanquiere.fr) □

❖ **Pour un soutien à la parentalité** : vous informer sur l'ensemble des actions et des structures

 • Coordination réseau parentalité [reseau.parentalite@svdub.fr](mailto:reseau.parentalite@svdub.fr)  
Tél : **06 13 86 44 59 / 06 19 71 39 74**

• Ludothèques St-André de la roche et Tourrette-Levens  
Tél : **04 92 00 50 53**

• Lieux d'accueil enfant-parent : La Trinité, St-André de la Roche, Castagniers, Tourrette-Levens et St-Martin du Var  
Tél : **04 92 00 50 53**

• Coordinatrice inter-compétences « accueil spécifique » : pour l'accueil et l'accompagnement des publics en situation de handicap en milieu ordinaire (dépistage précoce et inclusion sociale) dans les crèches et accès aux loisirs enfance/jeunesse

Tél : **06 29 65 01 81** - [imilczarek@sadlr.fr](mailto:imilczarek@sadlr.fr)



• Médiation Familiale  
Udaf : 15 rue Alberti 06000  
Nice Tél : **04 92 47 81 10**

La médiation familiale accompagne les personnes en situation de séparation ou de divorce. Il s'agit d'un temps d'écoute et d'échanges en présence d'un professionnel neutre et impartial. Cela permet de parler du conflit, de prendre en compte les besoins de chacun, notamment ceux des enfants, de parvenir à un apaisement et d'envisager des solutions mutuellement acceptables.

• Aide à domicile : Admr - Tél : **04 97 11 87 11**

❖ **Pour des démarches juridiques**



Cidff (Centre d'information des droits des femmes et des familles)

Le Cidff 06 est une association d'accès aux droits : Connaître ses droits pour savoir comment agir en matière de droit des personnes, droit de la famille, procédure civile, droit pénal... Les services du Cidff s'engagent à une prise en compte globale, un accueil personnalisé et une information confidentielle et gratuite. Le Cidff 06 reçoit dans tout le département. Plus d'informations au **04 93 71 55 69**

• Cdad (Conseil départemental d'accès aux droits) :  
[www.cdad06.fr](http://www.cdad06.fr)