

BROCHURE D'INFORMATION

Pour les familles avec de jeunes enfants
dans la région Morat Vully



Édition septembre 2026

INTRODUCTION

Cette brochure vous informe sur les offres pour les familles avec de jeunes enfants, disponibles dans la région Morat Vully. La brochure a été réalisée par le Service de promotion enfance et jeunesse, appelé Portail Jeunes. Ce service est porté par les communes de Courgevaux, Cressier, Greng, Meyriez, Mont-Vully, Morat et Muntelier.

La brochure n'est pas exhaustive et des modifications peuvent intervenir à tout moment. Pour connaître les détails de chaque offre, comme les horaires, merci de vous renseigner directement auprès des organisations partenaires.



CONTENU

4 SOINS DE SANTÉ APRÈS LA NAISSANCE

- 4 Sage-femme
- 8 Pédiatrie
- 9 Gynécologie
- 10 Ostéopathie
- 11 Physiothérapie

12 SOUTIEN AUX PARENTS ET AUX ENFANTS

16 INFORMATIONS POUR LES PARENTS

19 URGENCES

- 19 Urgences vitales
- 19 Urgences médicales
- 20 Urgences psychiques

21 GARDE D'ENFANTS ET ENCOURAGEMENT PRÉCOCE

- 21 Crèche
- 26 Accueil familial de jour
- 27 Autre structure d'accueil
- 28 Groupe de jeux et maternelle
- 32 Babysitting

34 SOUTIEN SOCIAL

- 34 Service social
- 35 Consultation et conseil

39 RENCONTRE

43 CULTURE

- 43 Bibliothèque
- 45 Ludothèque

46 SPORT ET MOUVEMENT

- 46 À l'extérieur
- 47 Gymnastique
- 48 Natation

49 FAMILLE ET PETIT BUDGET

SOINS DE SANTÉ APRÈS LA NAISSANCE

SAGE-FEMME



Les sages-femmes sont expertes de la maternité. Elles assurent le suivi des familles lors de la grossesse, de l'accouchement et de la période post-natale (appelée aussi post-partum). Les sages-femmes exercent en toute autonomie, pour autant que la grossesse, l'accouchement et le post-partum soient physiologiques (sans complication). Elles travaillent également en étroite collaboration avec les gynécologues, les pédiatres et d'autres professionnel-le-s de la santé.

Plus d'informations sur le rôle des sages-femmes : <https://sage-femme-fribourg.ch/presentation/role-sage-femme/>

Chaque sage-femme a ses spécificités en termes de :

- Prestations (par exemple suivi de grossesse à risque, organisation de cours de préparation à la naissance en groupe, pratique d'accouchement à domicile)
- Disponibilité
- Milieu d'intervention (à la maison, en cabinet, à l'hôpital)
- Zone géographique dans laquelle elles interviennent

Il convient donc de prendre contact avec une ou plusieurs sages-femmes le plus tôt possible, pour trouver une sage-femme disponible et qui corresponde à vos besoins. Après la naissance, votre sage-femme assure votre suivi et vous soutient pendant plusieurs semaines, à la maison.

ISABELLE FÜRST LEU



078 815 83 77



isabelle.fuerst_leu@hebamme-hin.ch



Merlachfeld 139 | 3280 Morat



www.neufmois.ch



Français, allemand, anglais



NUALA GREGORY

	078 661 37 40
	nualagregory@gmail.com
	1783 Pensier
	Français, anglais

MAJA ET NINA HECHT | BABYLACHEN

MAJA HECHT		NINA HECHT	
	079 403 92 74	079 431 53 57	
	maja.hecht@bluewin.ch maja.hecht@hebamme-hin.ch	nina.hecht@bluewin.ch	
	À partir de Chiètres dans un rayon de 15 km		
	www.babylachen.ch		
	Allemand		

SONJA IGNJATOVIC | SONJA - SAGE-FEMME

	078 690 34 15
	info@sonja-sage-femme.ch
	c/o Atelier Turmalin Freiburgstrasse 25 3280 Morat
	www.sonja-sage-femme.ch
	Français, allemand, serbe, croate, serbo-croate, bosniaque



BRIGITTA KRATTINGER-SIEGRIST

	026 674 13 42
	brigitta-krattinger@bluemail.ch
	Lindeweg 3213 Kleinbödingen
	Français, allemand

DORIS LUGINBÜHL

	079 323 93 78
	hebammessage-femme@bluewin.ch
	Chemin du Creux-Follet 1721 Courtion
	Français, allemand, anglais, serbe

ISABELLE RIEDER | MAMMAMIA | CABINET & BOUTIQUE

	079 946 95 71
	info@mammamia-hebamme.ch
	Im Marcoup 23 3286 Muntelier
	www.mammamia-hebamme.ch
	Français, allemand, italien

FLAVIA SOMMER | GRA·VIDA HEBAMMEN | SAGE-FEMME AGRÉÉE

	info@gravidia-hebammen.ch
	Wylersstrasse 15 3014 Berne
	www.gravidia-hebammen.ch
	Allemand, français, anglais



BETTINA STEPHL



079 662 47 21



bettina.hebamme@hotmail.com



Kreuzgasse 16 | 3280 Morat



www.bettina-stephl.com



Allemand

ESMÉRALDA TRIANDÉ SPICHER



079 508 82 30



info@accompagner-bebe.ch



Chemin des écoles 62 | 1791 Courtaman



www.accompagner-bebe.ch



Français

SAGE-FEMME FRIBOURG

D'autres possibilités pour chercher ou contacter une sage-femme dans la région figurent sur le site internet de la section fribourgeoise de la Fédération suisse des sages-femmes (FSSF). Vous trouverez également sur le site de nombreuses informations sur les prestations offertes par les sages-femmes et lesquelles sont prises en charge par l'assurance maladie de base ou complémentaire.



www.sage-femme-fribourg.ch



DR MED. VALENTINE ISCHI



026 673 20 20



Pôle Médical de Sugiez | Route du Péage 16a | 1786 Sugiez



Français

CENTRE PÉDIATRIQUE PEDIKIDS

Le centre pédiatrique Pedikids accompagne les nouveau-nés et les nourrissons, les jeunes enfants, les élèves et les adolescent·e·s jusqu'à l'âge de 18 ans. Le cabinet propose les offres suivantes : examen de prévention, consultation d'urgences, suivi de patient·e·s avec asthme, physiothérapie, psychologie, divers cours et conseils.



026 670 88 66



info@pedikids.ch



Freiburgstrasse 29 | 3280 Morat



www.pedikids.ch/fr/



Français, allemand, anglais, espagnol, portugais, italien, albanais



DR MED. REGINA WINKELMANN



026 672 20 80



praxis.winkelmann@hin.ch



Längmatt 32 | 3280 Morat



Allemand, français, anglais

DR MED. MANUEL MARIOTTA



026 670 58 51



manuel.mariotta@hin.ch



Chemin de l'Eglise 20 | 3280 Meyriez



Allemand



CABINET NATURBALANCE

	026 670 75 25
	lionel.fleury@naturbalance.info
	Engelhardstrasse 8 3280 Morat
	https://naturbalance.info/fr/
	Français, allemand, anglais
	Ostéopathie pour les nourrissons, les enfants et les femmes enceintes (avant et après l'accouchement)

OSTÉOPATHIE PLUS | CORNELIA WYSSBROD

	026 670 05 05
	info@osteopathieplus.ch
	Hauptstrasse 143 3286 Muntelier
	www.osteopathieplus.ch
	Français, allemand, anglais
	Ostéopathie pour les nourrissons et les enfants

OSTEOPATHIE ZENTRUM SÀRL

	079 941 42 44
	info@osteozentrum-murten.ch
	Merlachfeld 215 3280 Morat
	www.osteozentrum-murten.ch
	Français, allemand, anglais, italien
	Ostéopathie pour les nourrissons, les enfants et les femmes enceintes



PHYSIOPTIMA



026 525 24 94 ou whatsapp 079 195 90 27



info@physioptima.ch



Steindleren 1a | 3210 Chiètres

Muntelierstrasse 5 | 3280 Morat



www.physioptima.ch



Allemand, français, anglais, russe, espagnol



Physiothérapie générale, Physiothérapie spécialisée: Sport, femme enceinte, périnée, pédiatrie / Biohacking Lab (bain glacé, cryothérapie, sauna) et fitness médical.

SOUTIEN AUX PARENTS ET AUX ENFANTS



CENTRE DE PUÉRICULTURE

Le service de puériculture soutient les parents, les grands-parents et les personnes de référence des nourrissons et des jeunes enfants jusqu'à l'âge de 5 ans. Les puéricultrices répondent à vos questions sur le développement, l'éducation, l'allaitement, l'alimentation, la prévention et la santé de votre enfant ainsi que sur d'autres thèmes en lien avec la famille. Peu après la naissance, après le suivi par la sage-femme, les puéricultrices sont là pour vous (par téléphone, par mail, sur place ou à domicile). Les consultations sont libres, gratuites et confidentielles.

 026 670 72 72	Conseils par téléphone du lundi au vendredi de 8h00 à 16h00
 mvb@rsl-gns.ch	
 c/o Home de Morat (rez) Rue de l'Hôpital 38 Case postale 246 3280 Morat	Locaux de consultation à Chiètres, Courtepin, Gurmels, Morat et Sugiez (voir les adresses et horaires sur le site internet).
 www.rsl-gns.ch	
 Français, allemand, anglais	

CONSEILS AUX PARENTS PRO JUVENTUTE 24H/24 ET 7J/7

Des spécialistes répondent rapidement, simplement et gratuitement (par téléphone, WhatsApp ou e-mail) à vos questions sur l'éducation, le développement et l'accompagnement de votre enfant ou sur l'organisation familiale. Avec le service Conseils aux parents, Pro Juventute soutient les parents et les personnes de référence dans leurs petits et grands soucis, car chaque enfant est unique et chaque famille différente.



www.projuventute.ch/fr/conseils-aux-parents



ÉDUCATION FAMILIALE

L'Association pour l'Éducation Familiale (AEF) accompagne les parents dans l'éducation des enfants de 0 à 7 ans. L'AEF propose des offres variées aux familles : permanence téléphonique/mail, visites à domicile et suivi individuel, Cafés Parents-Enfants, ateliers en famille, permanences éducatives chez les pédiatres, les centres de puériculture et autres lieux d'accueil d'enfants. Ces offres sont généralement gratuites ou demandent une petite contribution ; seules les visites individuelles à domicile coûtent 30 fr. maximum (1h-1h30).



026 321 48 70



contact@educationfamiliale.ch



Association pour l'Éducation Familiale | c/o Maison des Associations
Boulevard de Pérolles 40 | 1700 Fribourg



www.educationfamiliale.ch



Français, allemand

PORTAIL JEUNES

Le Service de promotion de l'enfance et de la jeunesse, appelé Portail Jeunes, informe et oriente les enfants, les jeunes, les jeunes adultes, les parents et les personnes de référence sur les offres disponibles dans la région Morat Vully. Portail Jeunes est soutenu par les communes de Courgevaulx, Cressier, Greng, Meyriez, Mont-Vully, Morat et Muntelier. Portail Jeunes se tient à la disposition des 0-25 ans et des parents de la région par téléphone ou WhatsApp, par mail ou pour un entretien.



079 894 32 35



info@portail-jeunes.ch



Rathausgasse 17 | 3280 Morat



www.portail-jeunes.ch



Français, allemand



FAMILY BLOOM

La mission de Family Bloom est d'accompagner les parents, les familles et les enfants tout au long de leur parcours: de la fertilité à la grossesse, de la naissance à la parentalité, et tout au long de leur vie.

Pour cela, Family Bloom propose un service de physiothérapie générale, pédiatrique et spécialisée dans la rééducation du périnée. Mais aussi des cours et ateliers, allant de la préparation à l'enfantement, à la rééducation postnatale, en passant par le bien-être et le développement des petits et des grands (yoga parents-enfants, gym enfant, danse et yoga avec bébé, pilates, cours de premiers secours, et bien d'autres!).

 026 525 24 94 ou whatsapp 079 195 90 27

 info@familybloom.ch

 Steindleren 1a | 3210 Chiètres

 www.familybloom.ch/fr

 Allemand, français, anglais, russe, espagnol

OFFICE FAMILIAL

L'Office familial offre accompagnement et conseils spécialisés pour les couples, les familles, les enfants et les personnes seules face aux défis des différentes étapes de la vie : consultation couples et familles, médiation familiale, conseil aux mères et aux pères, accompagnement des enfants lors de la séparation de ses parents, d'un deuil et/ou de la maladie d'un·e proche et de fragilité psychique d'un parent.

 026 322 10 14

 Avenue de la Gare 14 | 1700 Fribourg

 www.officefamilial.ch/fr

 Français, allemand



SERVICE ÉDUCATIF ITINÉRANT

Offre destinée aux enfants, dès la naissance et jusqu'à la 2ème année de scolarité, qui présentent un développement inhabituel, différent ou à risque, ainsi que pour les enfants porteurs d'un handicap. L'inscription se fait par téléphone, par écrit ou en ligne par les parents, le pédiatre ou d'autres professionnel·le·s en accord avec les parents. L'éducation précoce spécialisée est gratuite pour la famille.

	026 484 21 13
	info@sei-fribourg.ch
	Route du Petit-Moncor 1e 1752 Villars-sur-Glâne
	www.sei-fribourg.ch
	Français, allemand

CENTRE FRIBOURGEOIS DE SANTÉ SEXUELLE CFSS

Les collaborateurs·trices du Centre vous informent, conseillent, soutiennent et accompagnent dans le domaine de la santé sexuelle, dans un climat de confiance, de tolérance et de confidentialité

	026 305 29 55	Voir les horaires de la permanence téléphonique sur le site internet
	Rue de la Grand-Fontaine 50 1700 Fribourg	Possibilité de prendre rendez-vous pour un entretien-conseil ou pour une consultation médicale
	www.fr.ch/dsas/cfss	
	Français, allemand	

INFORMATIONS POUR LES PARENTS



MESSAGES AUX PARENTS PRO JUVENTUTE

Les Messages aux parents accompagnent les parents pendant les six premières années de leur enfant. De manière brève et concise, les parents y trouvent des informations utiles et des conseils pratiques adaptés à l'âge de l'enfant. Les thèmes traitent, entre autres, des soins, du sommeil, de l'alimentation et du développement. Les Messages aux parents sont des brochures imprimées qui sont envoyées par poste à intervalles réguliers. La lecture en ligne est également possible. Les communes de Cressier, Mont-Vully, Morat et Muntelier offrent un abonnement gratuit à la naissance du premier enfant.



www.projuventute.ch/fr/parents/developpement-et-sante/messages-aux-parents

« L'APPRENTISSAGE CHEZ LES ENFANTS DE MOINS DE 4 ANS »

La Direction de l'éducation du canton de Zurich a réalisé des films pour les parents et les professionnel·le·s de la petite enfance. Le but de ces films est de servir de source d'inspiration et d'information pour les adultes, afin qu'ils·elles reconnaissent les processus d'apprentissage des jeunes enfants dans la vie quotidienne et se saisissent de ces occasions. Les films durent de 2 à 4 minutes et sont disponibles en 13 langues.



www.enfants-4.ch/filmfinder



THÈME	ORGANISATION	SITE INTERNET
Éducation et santé	Pro Juventute	www.projuventute.ch/fr/parents
Pour les parents de bébés nés prématurément	Né Trop Tôt	www.netroptot.ch
Paternité	männer.ch	www.niudad.ch
Jeunes parents	Association JeunesParents	www.jeunesparents.ch
Deuil périnatal	Association ADESSIA	www.adessia.ch
Types de familles	Fédération suisse des familles monoparentales	www.svamv.ch/fr/
	Association faitière Familles arc-en-ciel	www.regenbogenfamilien.ch/fr/
	Familles recomposées (en allemand)	www.patchwork-familie.ch
Santé mentale et parentalité	Santépsy.ch - Santé mentale et parentalité	www.santepsy.ch/sante-mentale-et-parentalite/
	Periparto	www.periparto.ch/fr
Écrans et enfants en bas âge	REPER - Plateforme DigiHarmo	www.digiharmo.ch/fr



THÈME	ORGANISATION	SITE INTERNET
Alimentation et activité physique	Programme cantonal - Alimentation, activité physique, santé mentale	www.fr.ch/sante/prevention-et-promotion/programme-cantonal-fribourgeois-alimentation-activite-physique-sante-mentale
Allaitement	Promotion allaitement maternel Suisse	www.allaiter.ch
Protection de la maternité	Secrétariat d'Etat à l'économie SECO	https://www.seco.admin.ch/fr/maternite-travailleuses
Allocations familiales et de naissance	Etablissement cantonal des assurances sociales ECAS	www.ecasfr.ch/fr/Assurances/P-C-Familles/Prestations-complementaires-pour-familles/Prestations-complementaires-pour-familles.html

URGENCES



URGENCES VITALES

144	Ambulance
145	Intoxication
117	Police
118	Pompiers

URGENCES MÉDICALES

0900 268 001	KidsHotline (2 fr. 99 par minute / max. 29 fr. 90 par appel) Conseil médical par téléphone 24h/24 en français, allemand, italien, anglais
Urgences enfants	HFR Fribourg Hôpital cantonal Urgences enfants Chemin des Pensionnats 2-6 1752 Villars-sur-Glâne
026 306 29 00	HFR - Gynécologie 24h/24
026 306 10 33	HFR - Salle d'accouchement 24h/24
0900 146 146	Pharmacie de garde (appel : 2 fr. par minute)
Plus d'informations sur les urgences médicales : www.fr.ch/sante/institutions-et-professionnels-de-sante/urgence-medicale-que-faire	



URGENCES PSYCHIQUES

143	La Main Tendue La Main Tendue est là, par téléphone, chat ou mail. L'anonymat et la confidentialité sont garantis.
026 308 08 08	Urgences psychiatriques Réseau fribourgeois de santé mentale (RFSM)
0848 35 45 55	Eltern Notruf (appel d'urgence pour les parents) Conseils 24 heures sur 24 (en français ainsi qu'en allemand; en italien et anglais, rappel dans les 24 heures). Pour les questions d'éducation, de surmenage, de présence parentale, de mise en danger et de maltraitance des enfants ou pour d'autres thèmes. Confidentiel, anonyme et gratuit. Tarif réseau fixe.
058 261 61 61	Conseils aux parents Service disponible 24h/24 et 7j/7. Pro Juventute apporte du soutien aux parents et aux personnes de référence pour les petits et grands soucis. Des spécialistes répondent aux questions relatives à l'éducation, au développement, à la prise en charge et à l'organisation familiale. Disponible par téléphone, par WhatsApp ou par email, ce service est gratuit et confidentiel.



GARDE D'ENFANTS ET ENCOURAGEMENT PRÉCOCE

CRÈCHE



Les crèches sont des lieux d'accueil collectif de jour pour les enfants en âge préscolaire et qui permettent la rencontre, l'exploration et l'apprentissage. Les crèches contribuent à l'égalité des chances entre enfants et permettent aux parents de mieux concilier famille, travail et formation. Les enfants sont accompagnés par des professionnel·le·s formé·e·s. Chaque crèche est unique et a ses particularités. En plus de l'Etat et des employeurs·euses, les communes soutiennent financièrement les parents pour les places d'accueil. Vous trouverez des informations sur le site internet de votre commune.

COMMUNE	SITE INTERNET
Courgevaux	Accueil extrafamilial
Cressier	Petite enfance
Grengr	Ecoles et accueil extrafamilial
Meyriez	Guichet online
Mont-Vully	Petite enfance
Morat	Contributions pour l'accueil extrafamilial
Muntelier	Accueil extrafamilial



KITA (CRÈCHE) HEPROLINO MORAT

	026 670 29 80
	info@heprolino.ch
	Bernstrasse 25 3280 Morat
	www.heprolino.ch
	Français, allemand
	• Différentes phases d'accompagnement (individuel, à deux, en petit ou en grand groupe) • Flexibilité pour les parents (larges horaires d'ouverture, ouvert 51 semaines par an, accueil supplémentaire et d'urgence possible) • Après l'entrée à l'école, possibilité de poursuivre la prise en charge avec l'accueil extrascolaire au Campus heprolino à Morat

CRÈCHE HEPROLINO SUGIEZ

	026 670 29 80
	info@heprolino.ch
	Route de la Gare 10 1786 Sugiez
	www.heprolino.ch
	Français, allemand
	• Groupe multîge • Différentes phases d'accompagnement (individuel, à deux, en petit ou en grand groupe) • Flexibilité pour les parents (larges horaires d'ouverture, ouvert 51 semaines par an, accueil supplémentaire et d'urgence possible) • Après l'entrée à l'école, possibilité de poursuivre la prise en charge avec l'accueil extrascolaire au Campus heprolino à Morat



KITA (CRÈCHE) KONFETTI

	026 670 16 44
	info@kita-konfetti.ch
	Hauptstrasse 57 3286 Muntelier
	www.verein-schildli.ch/creche-konfetti/
	Français, allemand
	• Découverte de la nature dans le jardin de la crèche, dans la forêt et au bord du lac • Locaux familiaux avec des coins stimulants, créatifs et relaxants • Groupe multiâge • Menus préparés selon le label « Fourchette verte-Ama terra » • Après l'entrée à l'école, possibilité de poursuivre la prise en charge avec l'accueil extrascolaire Trésor à Morat

KITA (CRÈCHE) SCHILDLI

	026 670 25 35
	kita@schildli.ch
	Merlachfeld 2 3280 Morat
	www.verein-schildli.ch/creche-schildli/
	Français, allemand
	• Grand et beau jardin à disposition, aventures en forêt • Nombreuses possibilités de mouvement à l'intérieur et à l'extérieur • Locaux spacieux et lumineux • Menus préparés sur place selon le label « Fourchette verte-Ama terra » • Groupe multiâge • Après l'entrée à l'école, possibilité de poursuivre la prise en charge avec l'accueil extrascolaire Trésor à Morat



KITA (CRÈCHE) SCHNÄGGEHUUS

	026 670 31 94
	Prehlstrasse 15 3280 Morat
	www.kitaschnaeggehuus.ch/fr/
	Français, allemand
	• Des locaux spacieux et lumineux • Place de jeu appartenant à la crèche ; de plus, le parc de Beaulieu se trouve juste à côté • Activités intergénérationnelles, grâce à la proximité de la résidence pour personnes âgées Beaulieu

KITA (CRÈCHE) SANDKASTEN I KERZERS ET RIED

	079 221 49 98	
	Neumatte 5 3210 Kerzers	Lindenweg 8 3216 Ried bei Kerzers
	hallo@kita-sandkasten.ch	
	www.kita-sandkasten.ch	
	Français, allemand	
	• Certifiée QualiKita • Bilingue (français et allemand) • Une à deux sorties en forêt par semaine • De beaux locaux adaptés, avec un grand jardin • Une alimentation équilibrée, durable et adaptée aux enfants, conforme au label « Fourchette verte - Ama terra » • Valeurs : curiosité, vie en communauté, durabilité	



KINDERKRIPPE (CRÈCHE) STORCHENÄSCHT



031 755 44 07



leitung@krippe.ch



Gerbegasse 14 | 3210 Kerzers



www.krippe.ch



Allemand



- Pelouse avec bac à sable, jeux et toboggans
- Locaux accueillants et aménagés avec soin
- Repas frais préparés sur place
- Trois groupes d'âge différent

Vous trouverez d'autres crèches sur:



www.fr.ch/vie-quotidienne/structures-daccueil/trouver-une-structure-daccueil-de-jour-pour-son-enfant



L'accueil familial de jour est un mode de garde à la journée, qui se déroule au domicile d'un·e accueillant·e. Ce mode de garde, tout comme les crèches, permet aux parents de concilier famille, travail et formation. Pour garder des enfants de manière régulière et rémunérée, une autorisation est nécessaire. C'est pourquoi, la plupart des accueillant·e·s en milieu familial sont employé·e·s par une association d'accueil familial de jour. Dans notre région, c'est à famiya qu'il faut s'adresser.

Il existe également des mamans de jour indépendantes, au bénéfice d'une autorisation d'accueil du Service de l'enfance et de la jeunesse. Votre commune de domicile dispose d'informations sur les mamans de jour indépendantes agréées.

FAMIYA | SERVICE DE GARDE D'ENFANTS



026 322 69 26



info@famiya.ch



Passage du Cardinal 12 | 1700 Fribourg



www.famiya.ch



Français, allemand



Toutes les accueillant·e·s en milieu familial employé·e·s par famiya ont suivi une formation initiale de 96 heures, incluant les gestes de premiers secours pédiatriques, et participent chaque année à des formations continues. Elles sont encadrées et soutenues par une coordinatrice.



ATELIER « LE JARDIN DES ELFES »



079 578 25 09



atelier.jardindeselfes@gmail.com



Route principale 90 | 1788 Praz



www.atelierjardindeselfes.ch



Français



- Structure familiale qui accueille des enfants de 2 à 5 ans
- Découverte de la nature, de l'écologie, de la cuisine et bricolage avec divers matériaux
- Ouverture de 8h00 à 12h00 et de 14h00 à 18h00





Les groupes de jeux et les maternelles sont des lieux d'apprentissage et de formation complémentaires à la famille, où le jeu libre est au centre. Ils contribuent à l'autonomie et à la socialisation des enfants. Les enfants se rencontrent une ou plusieurs fois par semaine pendant une demi-journée au maximum, à partir de 2.5 ans environ et jusqu'à l'entrée à l'école enfantine. Les enfants sont accompagnés par des professionnel·le·s formé·e·s. Chaque offre est unique et a ses particularités. Plusieurs communes soutiennent financièrement les groupes de jeux, les groupes de jeux en nature ou les maternelles. La commune de Morat accorde également un soutien financier aux parents d'enfants qui fréquentent un groupe de jeux.



Contribution pour la fréquentation d'un groupe de jeux - Morat

GROUPE DE JEUX EN FORÊT « À L'AIRE LIBRE »



079 511 60 61 (personne de contact : Yvonne Meyer)



info@alairelibre.ch



Murtenholz (Altavilla) | 3215 Morat



www.alairelibre.ch



Français, allemand



- Bilingue français et allemand
- Découverte de la nature au centre
- Cuisine sur feu de bois avec les enfants

MATERNELLE - LA LICORNE



maternelle.lalicorne@gmail.com



Route de la Gare 12 | 1785 Cressier



www.lalicorne.me



Français



- Enfants dès 2 ans bienvenus
- Beau jardin
- Créativité au centre



GROUPE DE JEUX LUFTIBUS

	info@spielgruppe-luftibus.ch
	Hintere Dorfstrasse 46 1794 Salvenach
	www.spielgruppe-luftibus.ch
	Allemand
	• Enfants dès 2 ans bienvenus • Groupes séparés entre les plus petits et les plus grands • Local dédié, avec un jardin à côté • Au centre : imagination et créativité, contacts et petites excursions

GROUPE DE JEUX EN NATURE MOMOS FARM

	079 743 23 64
	info@spielgruppe-momosfarm.ch
	Monique Maeder Maedergässli 5 1794 Salvenach
	www.spielgruppe-momosfarm.ch
	Allemand
	• Enfants dès 2 ans bienvenus • Découvrir la vie et le travail à la ferme (au jardin, dans les champs, à l'étable, au village, à la cidrerie, à la fromagerie ou au magasin du village) • Apprendre à respecter les animaux • Découvrir la nature à chaque saison (y compris forêt, prairies, animaux sauvages) • Sortir par tous les temps



MATERNELLE RONDIN-PICOTIN

	079 550 90 07
	lamaternellerondinpicotin@gmail.com
	Case postale 268 3280 Morat
	www.rondin-picotin.ch
	Français
	• Enfants dès 2 ans bienvenus • Ouvert à toutes les nationalités et langues • Objectif: grandir, devenir autonome et apprendre en s'amusant • Au programme: jeux, expériences sensorielles, activités créatives, préparation en douceur à l'école enfantine, éveil au bilinguisme

GROUPE DE JEUX EN NATURE ZWÄRGEHOF

	spielgruppe@elternverein-abgru.ch
	Exploitation agricole de la famille Roth-Etter Kreuzweg 20 3216 Ried b. Kerzers Lieu de rendez-vous : salle de gymnastique de Ried
	www.elternverein-abgru.ch/zwaergehof/
	Allemand
	• Découvrir la nature à chaque saison • Apprendre à traiter les animaux avec respect • Comprendre d'où viennent les aliments • Participer aux travaux de la ferme

MATERNELLE - LA RIBAMBELLE

	Route du Lac 30 1787 Môtier
	www.laribambelle.ch
	Français
	• Pour les enfants dès 3 ans de la commune de Mont-Vully • Développement de la créativité au centre



GROUPE DE JEU ZWÄRGESTUBE

	spielgruppe@elternverein-abgru.ch
	Bâtiment scolaire de Ried Schulhausgässli 1 3216 Ried b. Kerzers
	www.elternverein-abgru.ch/zwaergestube/
	Allemand
	• Objectifs variés (développer l'autonomie et la confiance en soi, être en contact avec des enfants du même âge, apprendre des chansons et des comptines, etc.) • Transition de la famille vers l'école enfantine • Nouveaux locaux

GROUPE DE JEUX ZWÄRGESTÜBLI

	026 670 58 13
	info@kinderspielgruppen-murten.ch
	Gotthelfstrasse 17 3280 Morat
	www.kinderspielgruppen-murten.ch
	Groupes de jeu principalement en allemand En plus : un groupe de jeux extérieur avec animation bilingue (allemand/français) ainsi qu'un groupe de jeux avec animation exclusivement en français
	• Enfants dès 2 ans bienvenus • Plusieurs groupes de jeu par semaine • Groupes de jeux à l'intérieur et à l'extérieur • Magnifique jardin



SERVICE DE BABYSITTING

Le service fournit aux parents qui cherchent un·e babysitter une liste d'adresses de jeunes qui ont suivi le cours babysitting de la Croix-Rouge suisse. Cette liste est accessible aux membres de la Croix-Rouge fribourgeoise.

Les babysitters interviennent principalement le soir et le week-end et s'occupent d'enfants entre 3 mois et 10 ans en bonne santé. Occasionnellement, ils-elles peuvent intervenir en journée, notamment pendant les vacances scolaires. Les babysitters ne remplacent en aucun cas les services d'aide familiale, d'aide-ménagère ou l'accueil en milieu familial.

Les tarifs, conditions et horaires sont définis entre les parents et les babysitters.



026 347 39 42



babysitting@croix-rouge-fr.ch



Croix-Rouge fribourgeoise | Rue G-Techtermann 2
Case postale | 1701 Fribourg



<https://croix-rouge-fr.ch/fr/prestations/services-aux-familles/babysitting/>



Français, allemand



CHAPERON ROUGE

Le Chaperon Rouge est un service de garde d'enfants à domicile en cas d'urgence proposé par la Croix-Rouge fribourgeoise. Ce service intervient par exemple si vous devez aller au travail et que votre enfant est malade, si vous devez vous absenter en urgence, si vous êtes malade ou à l'hôpital ou si votre solution de garde habituelle ne fonctionne pas. Des collaborateurs·trices formé·e·s et expérimenté·e·s prennent en charge vos enfants au domicile familial et veillent à leur bien-être et leur sécurité. Le service offre une solution de garde temporaire et limitée dans le temps pour les situations d'urgence pour des enfants de 0 à 12 ans. La durée minimale d'intervention est de 3 heures. Le tarif est défini selon le revenu. Certain·e·s employeurs·euses offrent des heures de garde à leurs collaborateurs·trices.

Du lundi au vendredi de 07h30 à 11h30 :
026 347 39 49



Du dimanche au jeudi soir de 20h00 à 21h00 pour les urgences du
lendemain matin :
076 347 39 49 (+ 5 fr. par mission)



chaperon-rouge@croix-rouge-fr.ch



Croix-Rouge fribourgeoise | Rue G-Techtermann 2
Case postale | 1701 Fribourg



<https://croix-rouge-fr.ch/fr/prestations/services-aux-familles/chaperon-rouge/>



Français, allemand

PRO FILIA – SÉJOURS AU PAIR

Un·e jeune au pair, venant d'une autre région linguistique, vit avec vous dans votre famille et vous aide à vous occuper des enfants et du ménage. En tant que parents, vous soutenez le·la jeune au pair dans son apprentissage de la langue et vous lui accordez également le temps nécessaire pour suivre un cours de langue.



026 347 33 89



fr@profilia.ch



PRO FILIA Fribourg | Foyer Beauséjour
Rue Joseph-Piller 4 | 1700 Fribourg



www.profilia.ch/fr/



Français, allemand

SOUTIEN SOCIAL

SERVICE SOCIAL - GUICHET FAMILLE



Le service social est votre point de contact si vous vous trouvez dans une situation difficile (par exemple problèmes financiers ou sociaux) et que vous avez besoin de soutien. Les collaborateurs·trices vous conseillent sans engagement sur les problèmes financiers, personnels et familiaux. Le conseil est gratuit et indépendant du fait que vous ayez besoin ou non d'une aide sociale matérielle.

Depuis janvier 2026, le guichet famille du service social accompagne les familles qui n'arrivent pas à couvrir leurs dépenses de base avec leurs revenus dans leurs démarches pour obtenir des prestations complémentaires.

SERVICE SOCIAL DE LA RÉGION DE MORAT - GUICHET FAMILLE

Pour les habitant·e·s de Greng, Meyriez et Morat

	026 550 22 90
	sozialdienst@murten-morat.ch
	Alte Freiburgstrasse 21 Case postale 321 3280 Morat
	www.murten-morat.ch
	Français, allemand

SERVICES SOCIAUX LAC - GUICHET FAMILLE

Pour les habitant·e·s de Courgevaux, Cressier, Mont-Vully et Muntelier

	026 550 22 80
	info@sd-lac.ch
	Alte Freiburgstrasse 21 Case postale 59 3280 Morat
	www.see-lac.ch
	Français, allemand



BUREAU DE CONSULTATION ET DE PRÉVENTION SOCIÉTÉ ET EMPLOI IMPULS DISTRICT DU LAC

Le bureau IMPULS District du Lac propose des conseils dans le domaine du droit du travail et des assurances sociales, une aide à la rédaction de curriculum vitae et de lettres de motivation, des entretiens de coaching, des bilans de compétences ainsi que des conseils et accompagnement en matière de budget. Les rendez-vous sont pris par téléphone, une contribution est perçue (si possible: 80 fr. jusqu'à 3 heures de conseils). Les conseils budgétaires sont gratuits pour les adolescent-e-s et jeunes adultes jusqu'à 25 ans.



026 672 11 77



office@impulsmurten.ch



Hauptgasse 25 | Entrée: Kreuzgasse, 2ème étage | 3280 Morat



www.impulsmurten.ch



Français, allemand



Consultations sociales: sans rendez-vous, tous les 2ème et 4ème lundis du mois de 14h à 17h

CONSULTATION SOCIALE CARITAS FRIBOURG

Vos soucis vous préoccupent au quotidien et vous ne savez souvent pas quoi faire ? Caritas vous soutient dans les situations difficiles, par exemple en cas de problèmes familiaux ou professionnels et si vous disposez de trop peu d'argent. Lors de consultations personnelles, nous cherchons avec vous des solutions pour améliorer votre situation à long terme. La consultation sociale de Caritas Fribourg est là pour vous - sur place sans rendez-vous ou par téléphone, gratuitement et en toute confidentialité.



026 321 18 54



info@caritas-fr.ch



Rue des Pilettes 1 | 1700 Fribourg



<https://caritas-regio.ch/fr/prestations/aide-et-conseil/consultations-sociales>



Français, allemand



SOS FUTURES MAMANS

Prestations gratuites pour toutes les mamans et futures mamans en difficulté : aide matérielle, soutien moral, orientation médicale et juridique, plan d'aide économique.



026 424 63 83



fribourg@sosfuturesmamans.org



Domdidier, Düdingen ou Fribourg (voir [site internet](#))



www.sosfuturesmamans.org/nos-centres



Français, allemand

PERMANENCE INTAKE

Grâce à son secteur de permanence Intake, le Service de la jeunesse donne des informations et des conseils aux jeunes et à leurs parents et offre une aide d'urgence. Des intervenant·e·s spécialisé·e·s en protection de l'enfant les orientent en fonction de leurs besoins et de leurs difficultés.



026 305 15 30



Formulaire de contact : www.fr.ch/dsas/sej/contact



Service de la jeunesse | Pérolles 24 | 1701 Fribourg



www.fr.ch/vie-quotidienne/en-cas-de-difficultes/tout-sur-la-protection-des-enfants-et-des-jeunes/permanence



Français, allemand



Par téléphone ou sur place: du lundi au vendredi de 14h00 à 17h00



SOUTIEN SOCIAL CROIX-ROUGE FRIBOURGEOISE

Vous rencontrez des difficultés sociales, administratives ou financières et vous avez besoin d'aide ? Nous vous offrons un espace professionnel et confidentiel d'écoute, de conseil et d'orientation. Une aide ponctuelle visant à combler les besoins de base peut être octroyée. Le Fonds Mimosa finance des camps extrascolaires et des activités de loisirs pour les enfants.



026 347 39 66 (mardi, mercredi, jeudi de 8h30 à 11h30)



soutien.social@croix-rouge-fr.ch



Croix-Rouge fribourgeoise | Rue G-Techtermann 2 | 1701 Fribourg



www.croix-rouge-fr.ch/fr/prestations/aide-individuelle/soutien-social/



Français, allemand

SOLIDARITÉ FEMMES FRIBOURG

L'association Solidarité femmes fribourg s'engage contre la violence envers les femmes. Les intervenant·e·s, spécialisé·e·s dans le domaine de la violence envers les femmes, conseillent par téléphone, par mail ou sur rendez-vous dans le centre de consultation. Les consultations sont gratuites et confidentielles. Les personnes concernées reçoivent une écoute, des informations et du soutien. L'organisation dispose également d'une maison d'accueil pour les femmes et leurs enfants qui ont besoin de sécurité.



026 322 22 02



info@sf-lavi.ch



Solidarité femmes fribourg / Centre LAVI | Rue de Lausanne 91
Case postale 538 | 1701 Fribourg



www.sf-lavi.ch



Français, allemand



EX-PRESSION

EX-expression est un organisme d'aide pour les hommes et les femmes dépassés par leurs propres émotions et agissant de manières violentes. L'association propose une écoute, un soutien et un accompagnement professionnels aux auteur·e·s de violence pour les aider à surmonter leurs comportements excessifs. L'offre est aussi proposée aux personnes germanophones et allophones (à l'aide d'interprètes).



0848 08 08 08 (coût réduit : 0.04 Fr./Min.)
SMS: 079 703 36 57



info@ex-expression.ch



Route de la Vignettaz 48 | 1700 Fribourg



www.ex-expression.ch/fr/



Français, allemand. Autres langues à l'aide d'interprètes.



RENCONTRE



BULLES-FAMILLES

Rencontres gratuites pour les enfants de 0 à 5 ans et leurs parents, grands-parents et autres personnes de référence. Autour d'un café, nous discutons, lisons et jouons, en français et en allemand. Les rencontres sont organisées en alternance par la Bibliothèque municipale de Morat, le Centre de puériculture du district du Lac, Education familiale, la ludothèque de Morat et Portail Jeunes.



mvb@rsl-gns.ch | contact@educationfamiliale.ch | info@portail-jeunes
statdbibliothek@murten-morat.ch | ludothek.murten@bluewin.ch



Bibliothèque municipale de Morat | Schaalgasse 6 | 3280 Morat



www.portail-jeunes.ch/bulles-familles



Français, allemand



Chaque lundi de 9 à 11 heures

CAFÉS PARENTS-ENFANTS À COURTEPIN

Lieu de rencontre et d'échange ouvert et bilingue pour les familles avec enfants de 0 à 7 ans organisé par le centre de puériculture du District du lac et l'association Éducation familiale. Pendant que les enfants jouent, vous pouvez discuter de questions autour du quotidien familial avec une équipe expérimentée et échanger avec d'autres familles. Offre gratuite, sans inscription.



026 321 48 70 | 026 670 72 72



contact@educationfamiliale.ch | mvb@rsl-gns.ch



Ancienne école allemande réformée | Route de Fribourg 19
1784 Courtepin



www.educationfamiliale.ch | www.rsl-gns.ch



Français, allemand



1 x vendredi par mois de 15h00 à 16h30



UN TEMPS POUR LES FAMILLES LE MERCREDI MATIN

À partir de février 2026, le mercredi matin sera consacré aux familles. Les paroisses réformées de Morat et Meyriez invitent cordialement les familles avec bébés et enfants en bas âge à participer à ces moments en famille, tous les mercredis, sauf pendant les vacances scolaires, alternativement à Morat et à Meyriez. Chaque semaine, un programme varié et différent est proposé :

- **Comptines chrétiennes** pour les bébés de 0 à 18 mois accompagnés d'un adulte (2 x par mois de 9h30 à 10h)
- **Groupe d'éveil musical** pour les tout-petits (1,5 à 4 ans) (2 x par mois de 10h15 à 11h00)
- **Pause-respiration avec garde d'enfants** (1 x par mois de 10h00 à 10h30)

Vous trouverez de plus amples informations sur le site internet des paroisses réformées de Morat et Meyriez.

ANTONIA BARTILLA (PASTEURE)	ANDREA MÖSCHING (PASTEURE)	EMANUEL NEF (ANIMATEUR JEUNESSE)
 026 672 37 01	077 463 19 88	
 antonia.bartilla @kirche-murten.ch	andrea.moesching @ref-fr.ch	emanuel.nef @kirche-murten.ch
 A la salle de paroisse de Morat (Deutsche Kirchgasse 20 3280 Morat) ou à la salle de paroisse de Meyriez (Chemin du Village 6 3280 Meyriez)		
 www.kirche-murten.ch/krabbelgruppe		
 Français, allemand		
 Chaque mercredi (en dehors des vacances scolaires)		



KRABELGRUPPE (GROUPE D'ÉVEIL) HIMMUGÜEGELI

L'objectif de ce groupe d'éveil est d'encourager les enfants à jouer ensemble au sein d'un groupe, d'entretenir des contacts et d'offrir aux parents l'opportunité d'échanger leurs expériences. Krabelgruppe Himmugüegeli s'adresse aux enfants de 0 à 4 ans avec leurs mamans, papas, grands-parents ou autres accompagnant·e·s.

 077 477 03 90	
 krabelgruppehimmuguegeli@gmail.com	
 De novembre à mars : Local de l'HARA Sport (entrée derrière le restaurant Fellini, en dessous du magasin Mondo Sports) Bernstrasse 30 3280 Morat	D'avril à octobre : Sur la place de jeux en face de la Coop à Morat Bahnhofstrasse 3280 Morat
 Français, allemand	
 Chaque vendredi de 9h30 à 11h00	

COUCOU - APPRENDRE ET JOUER POUR ENFANTS ET PARENTS

Le projet d'intégration CouCou donne aux enfants et aux parents une possibilité de soutien dans la vie quotidienne et scolaire, sans inscription, volontaire et gratuite. Les enfants scolarisés sont accompagnés dans leurs devoirs, puis il reste du temps pour jouer et bricoler ensemble. Les mères et les pères échangent en allemand avec des médiateurs·trices interculturel·le·s (pas de cours de langue régulier), tandis que les frères et sœurs plus jeunes peuvent découvrir des jeux et des livres adaptés à leur âge.

ROXANA HÜGLI COORDINATRICE SCOLAIRE - ÉCOLE PRIMAIRE DE LA RÉGION DE MORAT ET RESPONSABLE DU PROJET COUCOU	
 079 701 66 47	
 roxana.huegli@edufr.ch	
 Ecole primaire de Morat (en face de l'aula) Längmatt 4-6 3280 Morat	
 www.psmurten.ch	
 Français, allemand	
 Lundi, mardi et jeudi de 15h30 à 16h45 (pendant les semaines d'école)	



ESPACEFEMMES FRIBOURG

Les activités d'espacefemmes-frauenraum s'adressent à toutes les femmes d'ici et d'ailleurs, de tout âge et de toute origine sociale. L'ensemble du programme est orienté vers l'empowerment, c'est-à-dire vers un renforcement des compétences et de la confiance en soi. L'espace enfants permet aux mères de participer aux activités.

	026 424 59 24
	info@espacefemmes.org
	espacefemmes-frauenraum Rue St-Pierre 10 1700 Fribourg
	https://espacefemmes.org/
	Français, allemand
	Toutes les activités sur le site internet

RENCONTRES ALLAITEMENT

Espace d'échanges et de conseils pour les femmes enceintes et pour les femmes qui allaitent. Peut-on se préparer à l'allaitement? Si oui, comment? Ces rencontres permettent de poser des questions, de partager des expériences et de bénéficier de l'accompagnement d'une conseillère en lactation.

	026 525 24 94 ou 079 195 90 27
	info@familybloom.ch
	Steindleren 1a 3210 Chiètres
	www.familybloom.ch/fr
	Français, allemand
	Chaque premier mardi du mois à 14h00

BIBLIOTHÈQUE



BIBLIOTHÈQUE - LE CHEVAL SAVANT

Le Cheval Savant est une bibliothèque publique et scolaire, aménagée principalement pour les (petits et grands) enfants. La bibliothèque est ouverte au public tous les mercredis après-midi de 13h30 à 18h00. Des activités sont organisées tout au long de l'année pour promouvoir l'image de la lecture pour toutes et tous, adultes et enfants.



cressier.bibliotheque@outlook.com



Route de l'Ecole 21 | 1785 Cressier



<https://www.facebook.com/people/Biblioth%C3%A8que-Cressier/100090241868805/>



Français

BIBLIOTHÈQUE - LE PALET ROULANT

La bibliothèque du Mont-Vully est gérée par une équipe de bénévoles et vous propose un grand choix de livres pour les enfants (y compris les tout-petits), les jeunes et les adultes. Des activités sont régulièrement organisées, surtout pour les enfants.



026 673 10 10



info@palet-roulant.ch



Route principale 69 | 1786 Mont-Vully



www.palet-roulant.ch



Français



BIBLIOTHÈQUE MUNICIPALE DE MORAT

Ouverte à toutes et tous, la bibliothèque municipale se trouve au cœur de la vieille ville de Morat. Actuellement, la bibliothèque dispose d'environ 10'000 médias qui peuvent être empruntés : des livres de toutes sortes et pour tous les âges, des magazines, des bandes dessinées, des Tonies et des livres audio. Pour flâner, boire un café, lire le journal ou emprunter des médias, tout le monde est bienvenu à tout moment.



026 670 55 24



stadtbibliothek@murten-morat.ch



Schaalgasse 6 | 3280 Morat



<https://www.winmedio.net/murten/>



Allemand

Cependant, grâce à un système d'échange, il y a toujours de nouveaux livres en français et en anglais.



LUDOTHÈQUE DE MORAT

Située au même endroit que la bibliothèque municipale, la ludothèque est facilement accessible, dans la vieille ville de Morat. Vous y trouverez une offre variée et actuelle de jeux et de jouets (par exemple Playmobil, jeux de société, véhicules ainsi que quelques grands jeux pour les fêtes d'anniversaire en famille ou autres occasions). Venez nous rendre visite et laissez-vous inspirer. Nous nous réjouissons de vous accueillir.



026 670 36 06



ludothek.murten@bluewin.ch



Schaalgasse 6 | 3280 Morat



<https://ludothek-murten.ch/fr/>



Allemand

SPORT ET MOUVEMENT

À L'EXTÉRIEUR



PLACES DE JEUX

Bouger, jouer dehors, sauter, grimper : une activité physique régulière est importante pour la santé, aussi pour les jeunes enfants. Dans la région, plusieurs parcs et places de jeux sont à la disposition des familles :



<https://www.murten-morat.ch/spielplaetze/41639> (en allemand)



<https://mont-vully.ch/culture-loisirs/plages-places-de-jeux-pour-enfants>

PLACES DE PIQUE-NIQUE ET DE JEUX EN FORÊT

Dans la région, il existe de nombreux sites magnifiques en forêt ou au bord du lac pour jouer, pique-niquer ou faire un feu. A découvrir par exemple en famille ou avec des ami·e·s :



<https://fribourg.ch/fr/regionlacdemorat/groupees/foyer-et-places-de-grillades/>



<https://braetlistellen.ch/> (en allemand)



GYMNASTIQUE PARENTS+ENFANTS

La gymnastique Parents+Enfants (MuKi / VaKi) de la société de gymnastique de Morat s'adresse aux enfants de 3 à 5 ans avec leur maman, papa, grand-maman, grand-papa, parrain, marraine, etc. Au centre : faire de la gymnastique, jouer et se défouler ensemble tout en découvrant la salle de gymnastique, les engins et les jeux.

	info@tvmurten.ch
	Salle de gymnastique jaune Prehlstrasse 1 3280 Morat
	https://tvmurten.ch/
	Allemand
	Lundi de 16h45 à 17h45 et mardi de 16h45 à 17h45 (à partir des vacances d'automne jusqu'aux vacances de Pâques)

KIBIM

En hiver, il est parfois difficile d'occuper les enfants. Dans la salle de gymnastique, les petits ont beaucoup de place pour grimper, glisser et se balancer et les parents ont le temps d'échanger. Des parcours pour les plus petits sont aménagés et encadrés par des parents engagés, qui s'occupent de leurs propres enfants en bas âge. A KiBim, il n'est pas nécessaire de s'inscrire et les parents surveillent leurs enfants.

	info@kibim.ch
	Salle de gymnastique jaune Prehlstrasse 1 3280 Morat
	www.kibim.ch
	Allemand
	Environ 2 dimanches par mois de 9h30 à 11h30 (uniquement en hiver)



BÉBÉS-NAGEURS

Cours de natation pour jeunes enfants à partir de 4 mois et un parent, dans une piscine couverte à 33°C.

	026 672 36 36
	info@schwimmbad-murten.ch
	Piscine couverte de la région de Morat Lausannestrasse 2 3280 Morat
	www.schwimmbad-murten.ch
	Français, allemand
	Le samedi (horaires exacts sur le site internet)

FIRST FLOW

Différents cours de natation pour bébés et jeunes enfants.

	0848 577 977
	info@wassererleben.ch
	HFR Meyriez-Morat Chemin du Village 24 3280 Meyriez
	https://firstflow.wassererleben.ch/fr/
	Français, allemand
	Lundi et mardi (horaires exacts sur le site internet)

FAMILLE ET PETIT BUDGET



PRESTATIONS COMPLÉMENTAIRES POUR FAMILLES

Les prestations complémentaires pour familles sont une aide financière destinée aux familles qui ne parviennent pas couvrir leurs dépenses de base avec leurs revenus. Elles sont versées par le canton de Fribourg. Le guichet familles de votre service social vous aide à faire une demande pour obtenir ces prestations complémentaires (voir page 34). Vous trouverez toutes les informations nécessaires sous le lien suivant.



www.ecasfr.ch/fr/Assurances/PC-Familles/Prestations-complementaires-pour-familles/Prestations-complementaires-pour-familles.html

PRO JUNIOR FREIBURG

Pro Junior Fribourg est une association sans but lucratif qui aide les enfants, les jeunes et leurs familles dans le besoin. Nos bénévoles de tous âges et de tous horizons partagent une volonté commune : promouvoir l'égalité des chances pour tous les enfants de la région de Fribourg. Pro Junior Fribourg propose de l'aide financière aux familles ainsi que des camps pour les familles monoparentales.



www.proju-fr.ch

FONDS KIDS SEE/LAC

Le fonds du Lions Club 3 Seen/Lac soutient les enfants et les jeunes (jusqu'à la fin de l'école obligatoire) qui résident dans une commune du District du Lac et qui vivent au sein d'une famille aux moyens financiers modestes. Il s'agit souvent de petites contributions pour de nouvelles chaussures de football, pour la location d'un instrument, pour une cotisation à une association ou pour un nouveau lit.



<https://kidsfonds.ch/fr/>

FAMILLE ET PETIT BUDGET



CARTECULTURE

La CarteCulture est une carte personnelle pour les personnes qui doivent vivre avec un budget serré. Elle donne accès à la culture, à la formation et à la santé à des prix avantageux. Les détenteurs·trices de la CarteCulture bénéficient de rabais allant jusqu'à 70% sur plus de 3'800 offres dans toute la Suisse. La CarteCulture est accessible à toute personne habitant le canton de Fribourg.



www.carteculture.ch/fribourg

FONDATION REKA POUR L'AIDE AUX VACANCES

Chaque année, la Fondation permet à 1'000 familles de passer une semaine de vacances pour 200 fr. Les vacances ont lieu dans un village ou un appartement de vacances Reka ou encore dans une auberge de jeunesse en Suisse. Reka prend en charge les frais de location et paie une contribution aux frais de voyage.



www.reka-aide-vacances.ch/notre-offre

FONDS DE VACANCES DE PRO JUVENTUTE

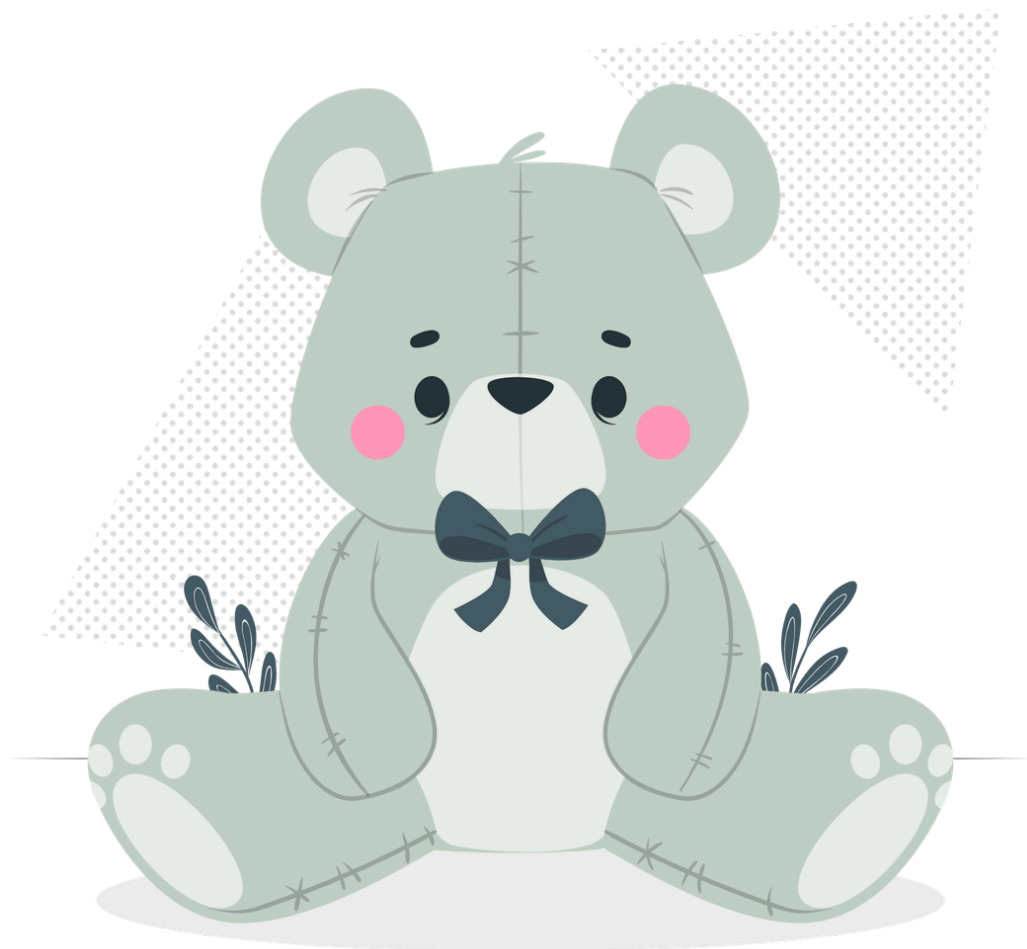
Avec le fonds de vacances, Pro Juventute permet aux familles qui vivent avec le minimum vital de passer des journées inoubliables à l'hôtel Chesa Spuondas à Saint-Moritz.



www.projuventute.ch/fr/parents/loisirs-et-vacances/fonds-vacances

ACCÉDER À LA BROCHURE EN LIGNE

<https://portail-jeunes.ch/brochure-famille/>





www.portail-jeunes.ch



info@portail-jeunes.ch



+41 79 894 32 35



IMPRESSUM

Portail Jeunes

Service de promotion de l'enfance et de la jeunesse de la région Morat Vully
Morat, septembre 2026

Cette brochure n'est pas exhaustive; elle est régulièrement mise à jour.
En cas d'oubli ou d'erreur, n'hésitez pas à nous contacter.