



LE REPIT PARENTAL VENDREDI 13 ET LUNDI 16 JANVIER VOUS Y ETIEZ... OU PAS (auquel cas, vous auriez dû !)

Lors de ces deux visios-flash dédiées au répit parental, nous avons échangé sur nos pratiques, nos questionnements, nos ressources.

Retrouvez ci-dessous :

- quelques infos et liens ressources
- ainsi que le fruit de nos échanges sous formes de :
 - 2 nuages de mots
 - 2 padlets renseignés par vos propres contributions
 - Différents messages relevés des chats des 2 visios

Merci d'y avoir participé

Merci de vous intéresser à nos initiatives

Ces deux rencontres vous étaient proposées par le réseau des professionnel.les du DSU (=Développement Social Urbain) Grand Est

[Pour adhérer au réseau DSU, c'est par ICI](#)

Le réseau DSU Grand Est fait partie de l'Inter-Réseaux du DSU, dont le [site national est visible ICI](#)

En préparant ces rencontres, nous avons découvert les sites de :

- [Vacances ouvertes](#), sur lequel vous pouvez retrouver un « [guide pour accompagner le répit parental au travers du projet vacances](#) » ; ou encore un récent rapport intitulé « [Un départ sans enfant, du répit pour les parents ?](#) » ; et tout un tas d'autres ressources...
- [Burnoutparental](#), sur lequel vous retrouverez aussi une somme importante d'informations, dont un [répertoire des professionnels formés](#)
- [1000 premiers jours](#)

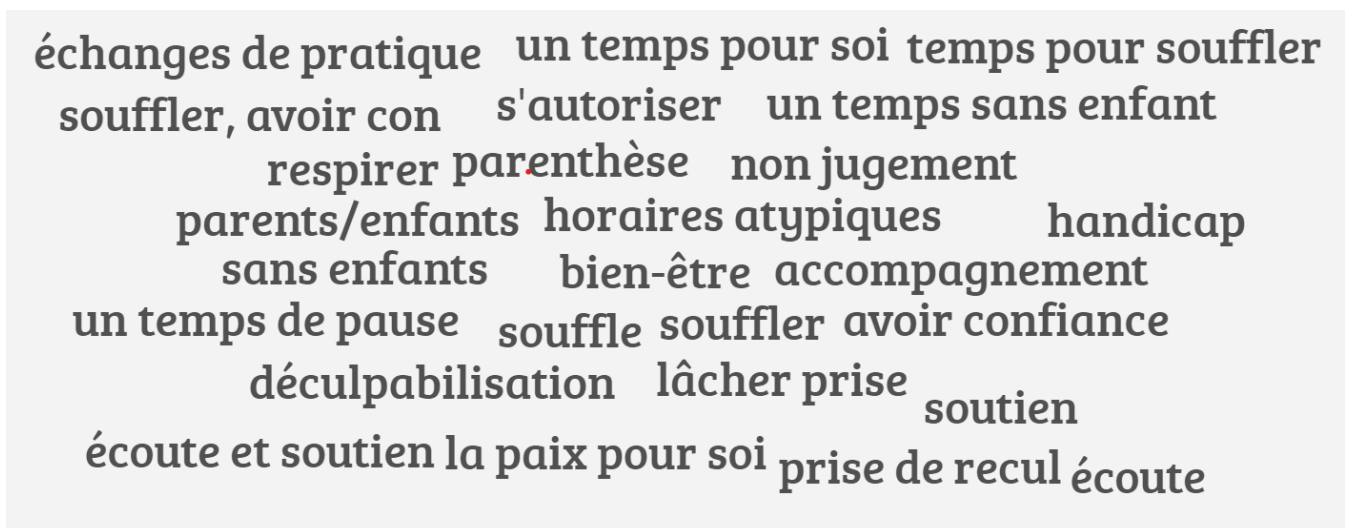
Les 2 nuages de mots illustrent
ce que répondent les participant.es à la question

C'est quoi le répit parental ?
qu'est-ce qui importe le plus ?

NUAGE DE MOTS DU 13 JANVIER



NUAGE DE MOTS DU 16 JANVIER



Ce qui suit illustre le fruit des échanges entre les participant.es réparti.es en petits groupes au tour de :
Leurs réalisations (réussites, difficultés...)
Les partenariats
Leurs ressources
Autres...

LES REALISATIONS

Atelier territorial des Partenaires autour du repérage des signes préalables au burn-out parental (18 mois de travail, 3 axes)

pièce de théâtre à destination des parents pour parler de manière humoristique du métier de parents

offrir un temps en soirée aux parents pour que des professionnelles accueillent en soirée des enfants en EAJE

Appel à projet des 1000 premiers jours : accueil à horaires atypiques et temps de discussion avec les parents

[maintenant tu sais pourquoi tu pleures](#) - spectacle animé

REAAP, réseaux d'écoute, d'appui et d'accompagnement des parents

Répit-Inclusion : permettre aux parents d'enfants porteurs de handicaps d'avoir un temps de répit, et aux enfants d'accéder aux services de droit commun. Groupe de parole "Parents épuisés" : éviter le burn-out parental(ouverts à tous)

activités sportives à destination des femmes (gi-gong, zumba et self défense)

« parenthèse » : réception de parent 1 fois par mois, sans les enfants.

proposition d'activités relaxation, sophrologie...

vacances, action de mise en confiance

crèche : accueil occasionnel +++

dans QPV : actions REAAP+LAEP+ESPACE RENCONTRE+MEDIATION FAMILIALE

accompagnements individuels et collectif sur épuisement parental et burnout parental

sortie spécifique nature répit parental pour se ressourcer, avoir des outils de mieux être

week end et semaine dédiée aux parents (enfants pris en charge à part)

ateliers collectifs de mieux être

LES PARTENARIATS

CAF, Département, Cité éducative (État), ARS

Les 5 axes d'action du projet national des 1000 premiers jours de l'enfant - Ministère de la Santé et de la Prévention : Depuis avril 2021, le projet national 1000 premiers jours se déploie sur 5 axes prioritaires d'action, à la croisée de plusieurs politiques publiques (santé, soutien à la parentalité, modes d'accueil du jeune enfant, handicap).

intervenante coach personnel, coach, praticienne en sylvothérapie, spécialisée dans l'épuisement parental et le répit parental

faire du réseau en identifiant les acteurs en lien avec les parents : LAEP, EAJE, centre social, RPE... et faire communauté éducative autour des familles

DES RESSOURCES

Faites des enfants ! qu'ils disaient... et maintenant, comment on fait ? [cliquer ICI](#)

Pas facile d'être parent : l'épuisement parental : le comprendre, l'éviter et s'en sortir.

[Conférence visible ICI](#)

Qu'est-ce que le burn-out parental ? [pour tout savoir, cliquer ICI](#)

expérimentation dans d'autres départements ?

PEP Lor Est propose du répit parental - coordinatrice Adeline CICERO. Personne qui pourrait présenter son dispositif

AUTRES CHOSES A AJOUTER ?

Réflexion en terme de projet global

Proposer des systèmes de garde, adaptés, réguliers pour permettre des moments off

Donner les moyens techniques, matériels, humains pour la mise en place d'actions "hors cadre" (horaires atypiques...)

Répit des enfants ?!

Cette question, abordée sous l'angle unique des parents, ne doit pas cacher un potentiel besoin de répit des enfants par rapport au rythme auquel ils sont soumis (en accueil collectif du matin au soir). Analyse familiale et sociétale indispensable

pas de pratiques harmonisées, ni de définition commune pour le répit parental

MESSAGES ISSUS DES CHATS DES 2 VISIOS

- L'intérêt des réseaux parentalité → quelques réseaux en Grand Est : [Remiremont et ses vallées](#) ; [réseau 67](#) ; [réseau Grand Est des familles rurales](#)

- SUR LES TRANCHES D'AGES

Le burn out parental concerne que la petite enfance ou aussi les ados et pré-adultes ?!!!
Pour nous a Verdun nous avons fait le choix d'arrêter ce projet a 11 ans pour des questions d'organisation

A 11ans iels sont en capacité de rester seul.es

C'est sûr mais c'est aussi très compliqué pour certains parents de gérer les ados. Je travaille en Mission Locale et les parents sont vraiment désemparés

tu as raison mais nous devons aussi travailler ensemble pour faire des propositions concrètes sur les plus de 11 ans

Fait le 17 janvier 2023



Pour le RDSU, **DSU GRAND EST**



Le réseau des acteurs du développement local en Grand Est

ambassadeur des

OBJECTIFS
de développement
DURABLE

Avec la contribution de