

Synthèse de la campagne sur le Répit Parental

La Caf à votre écoute



Commanditaire : DPFAS

Données du 26/02/2021



1

Aperçu général de la campagne

Résultats du sondage

2

3

Commentaires libres



Caf**Lab**





1

Aperçu général de la campagne

Résultats du sondage

2

3

Commentaires libres



Caf**Lab**



Une mobilisation en demi-teinte



CafLab



Un sondage et des commentaires libres

- Du 26/01 au 26/02/2021 (4 semaines)
- Campagnes de promotion : VDF, Résonance, E-mailing locaux, Réseaux sociaux (...)

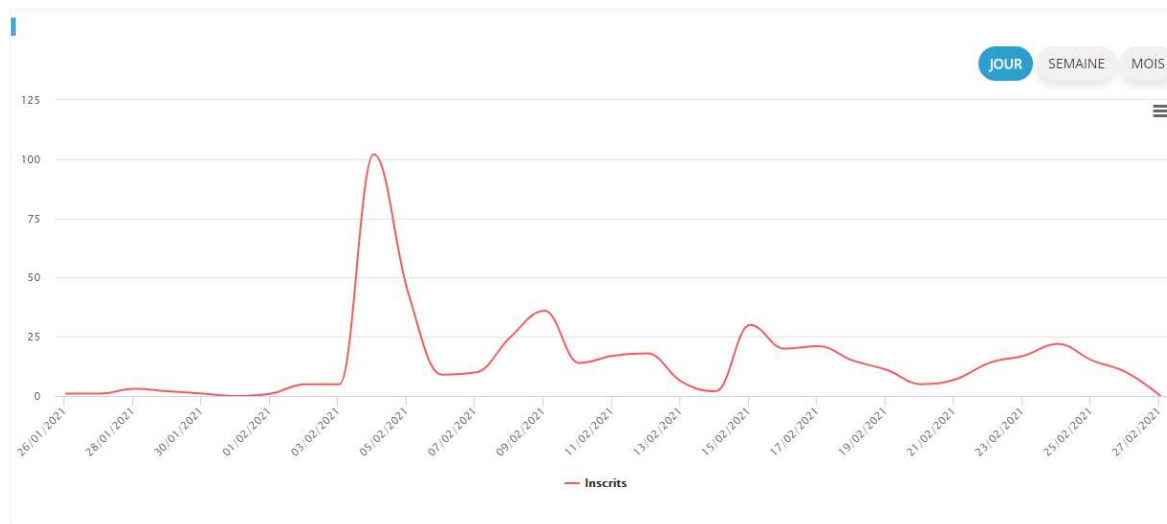
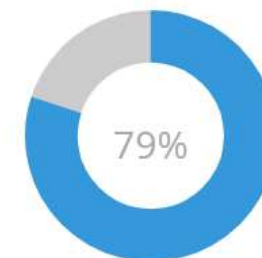
NB : les données présentées ci-après ont été extraites de la plateforme le **26/02/2021**

• Un taux de contribution honorable

- ✓ 465 participants au sondage
- ✓ 82 commentaires libres
- ✓ 270 likes
- Les contributeurs ont pu à la fois répondre au sondage et déposer et/ou réagir à un commentaire.



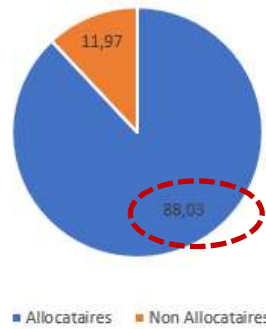
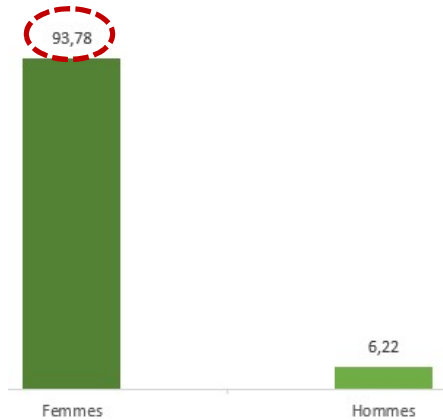
TAUX DE CONTRIBUTION



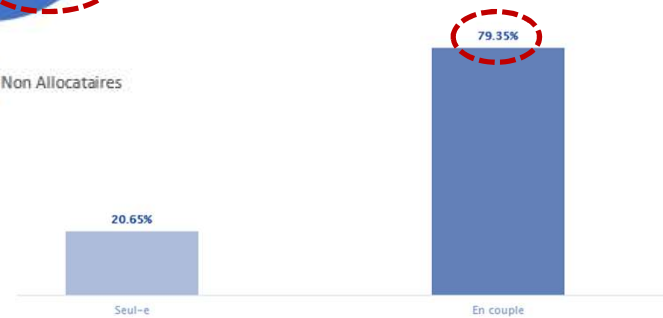
Résultats du sondage (Qui sont-ils ?)



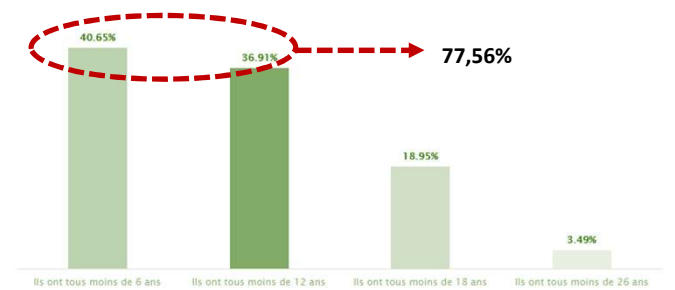
CafLab



Vous vivez ?



Quels âges ont vos enfants qui sont encore à votre charge ?



Avez-vous ?



MESSAGES CLÉS

- Qui sont les participants au sondage ?
 - ✓ Ce sont principalement des **femmes** (près de 94%)
 - ✓ Les répondants sont **allocataires** pour 88% d'entre eux; 12% se déclarent non allocataire.
 - ✓ La **vie en couple** est majoritaire pour 79% des répondants
 - ✓ Ils ont pour les $\frac{3}{4}$ des **enfants de moins de 12 ans** (77%)
 - ✓ **Près de 72% déclarent ne pas être dans une des situations particulières de vie** (famille nombreuse, enfant porteur de handicap, naissance multiple)





1

Aperçu général de la campagne

Résultats du sondage

2

3

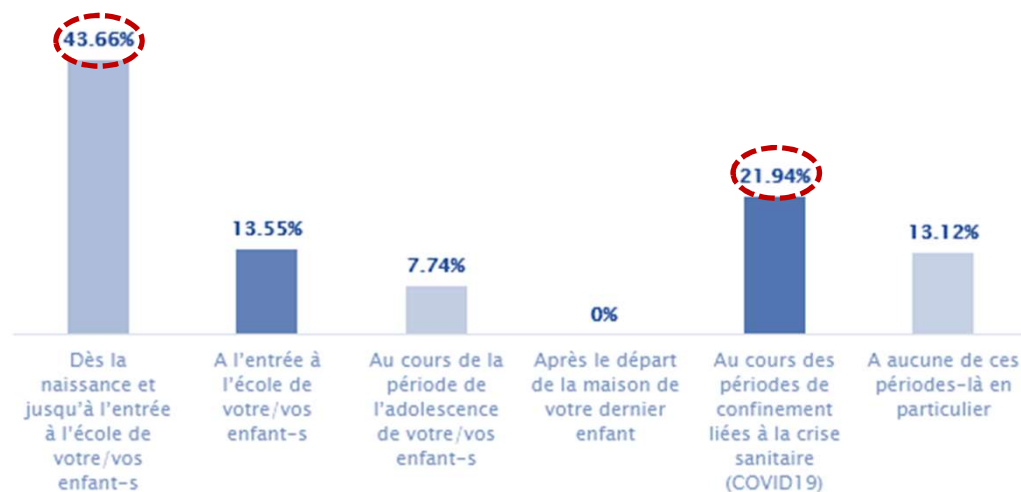
Commentaires libres



Caf**Lab**



A quelle période de votre vie de parent avez-vous eu le sentiment d'avoir le plus besoin de souffler ?



MESSAGES CLÉS

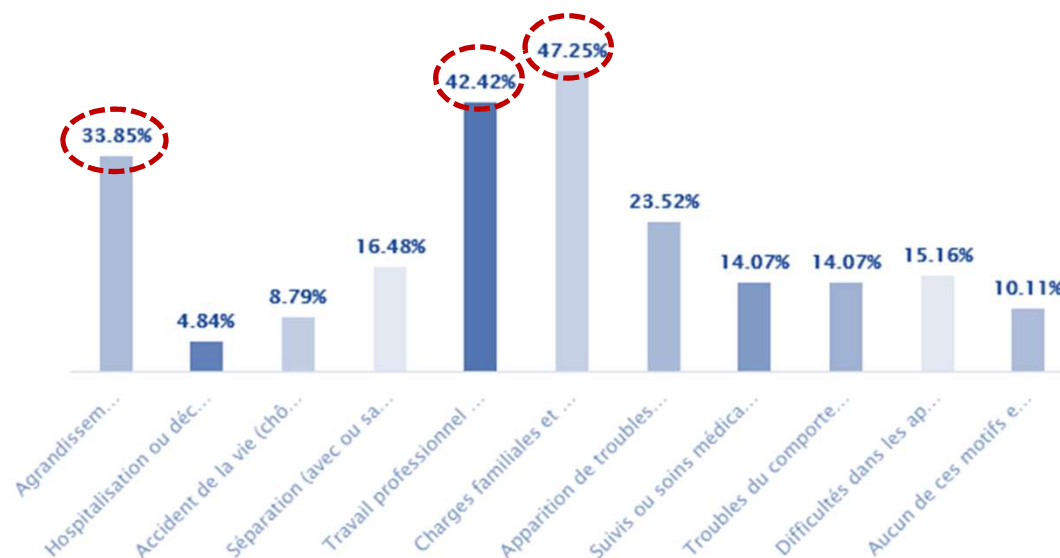
- Le besoin de souffler est davantage marqué sur la **période de la toute petite enfance**.
- La **période de confinement** (crise COVID) semble avoir accentué ce besoin pour près de 22 % des répondants.

Quel motif est venu accentuer votre besoin de souffler ?



LEGENDE

- Agrandissement de la famille (arrivée de frères et sœurs)
- Hospitalisation ou décès de l'un des parents
- Accident de la vie (chômage, arrêt de travail, longue maladie)
- Séparation (avec ou sans garde alternée)
- Travail professionnel ou formation professionnelle très prenant-e
- Charges familiales et éducatives pas suffisamment partagées (courses, ménages, démarches administratives, conduites aux activités, suivis de la scolarité...)
- Apparition de troubles du sommeil chez mon/mes enfant-s
- Suivis ou soins médicaux importants pour mon/mes enfant-s
- Troubles du comportement (agitation, TOC, agressivité, mensonge, vol, fugue...) chez mon/mes enfant-s
- Difficultés dans les apprentissages scolaires de mon/mes enfant-s
- Aucun de ces motifs en particulier



MESSAGES CLÉS

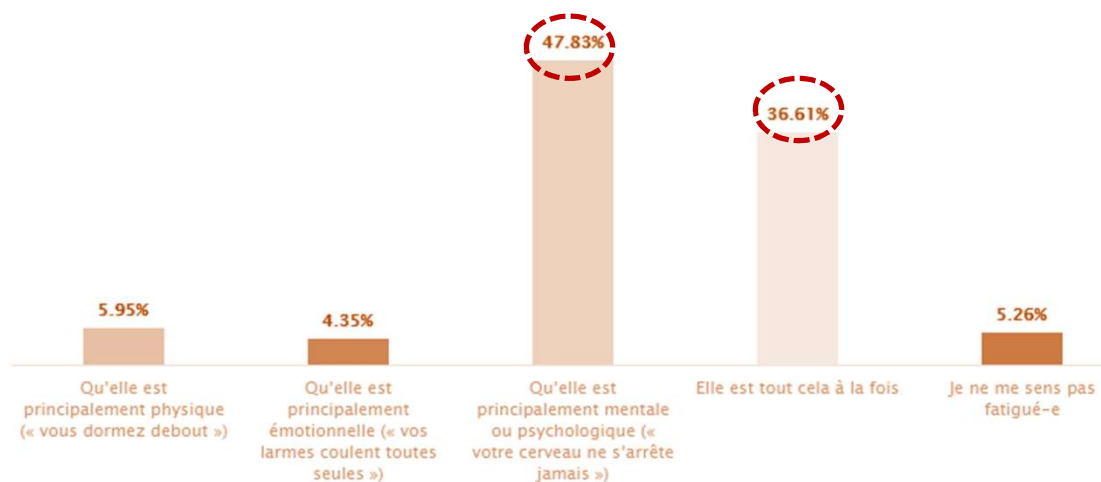
- Les 3 événements qui caractérisent plus précisément le besoin de souffler sont (par ordre décroissant) :
 1. Des charges familiales et éducatives insuffisamment partagées (courses, ménages, démarches administratives, conduites aux activités, suivis de la scolarité...) => près de 94% des répondants sont des femmes
 2. Un travail professionnel ou une formation professionnelle très prenant-e
 3. Un agrandissement de la famille (arrivée de frères et sœurs)
- A noter que les troubles du sommeil chez l'enfant sont pour un peu plus de 23% des répondants un motif amplificateur.

Résultats du sondage

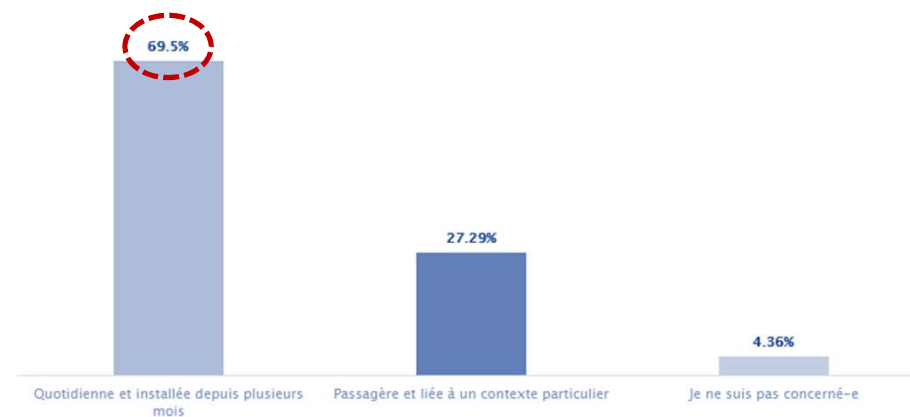


CafLab

Si vous deviez définir votre fatigue de parent, diriez-vous ?



Diriez-vous que votre fatigue est ?



MESSAGES CLÉS

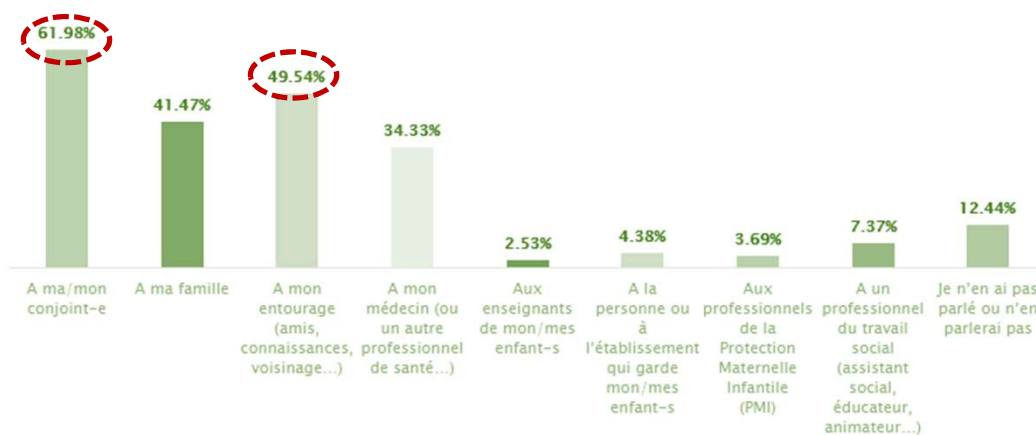
- Nombreux sont les parents qui parlent de **fatigue mentale ou psychologique** (près de 48%), bien en deçà de la fatigue physique (à peine 6%)
- Plus de **36 % considèrent toutefois qu'elle est de toutes natures.**
- Près de 70% déclarent que cette **fatigue est quotidienne et installée dans le temps.**

Résultats du sondage

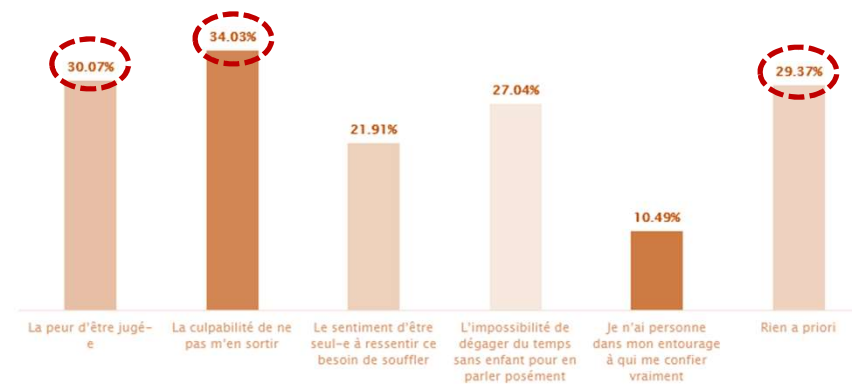


CafLab

A qui avez-vous exprimé votre besoin de souffler ou à qui pourriez-vous en parler si cela devait se produire ?



Qu'est-ce qui vous empêcherait ou freinerait votre envie d'en parler ?



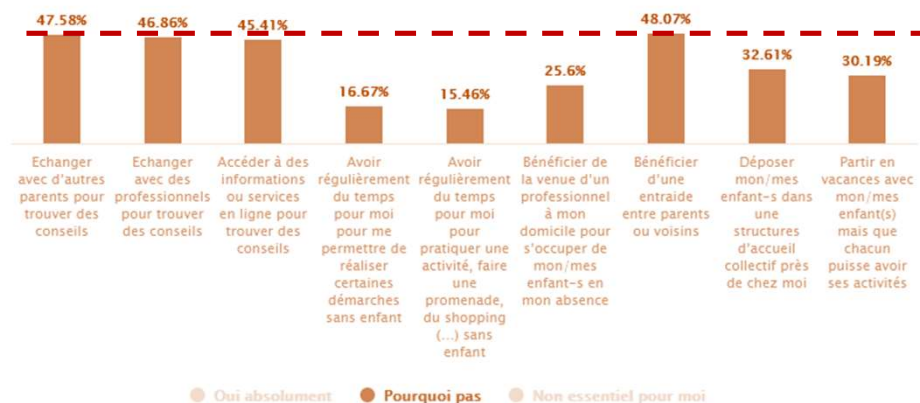
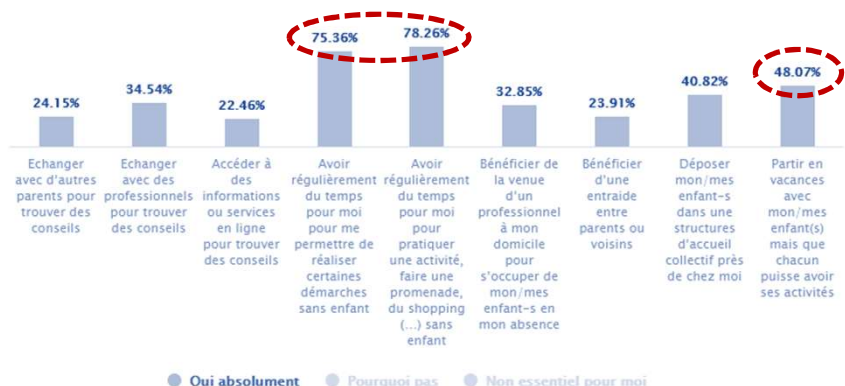
MESSAGES CLÉS

- Les confidents sont principalement les **conjoint-s** (62%) et l'**entourage proche** (familles et amis). Les professionnels sont très peu repérés ou plébiscités sur ce sujet. Un peu plus de 12% déclarent qu'ils n'en parleraient à personne.
- Les **freins** pour évoquer ce sujet semblent être **intimes** liés à des représentations de jugement ou d'isolement. Les aspects matériels (dégager du temps ou connaître une personne à qui se confier) sont néanmoins évoqués sans toutefois se démarquer. D'ailleurs, aucun frein ne se détache réellement parmi ceux proposés.

Résultats du sondage

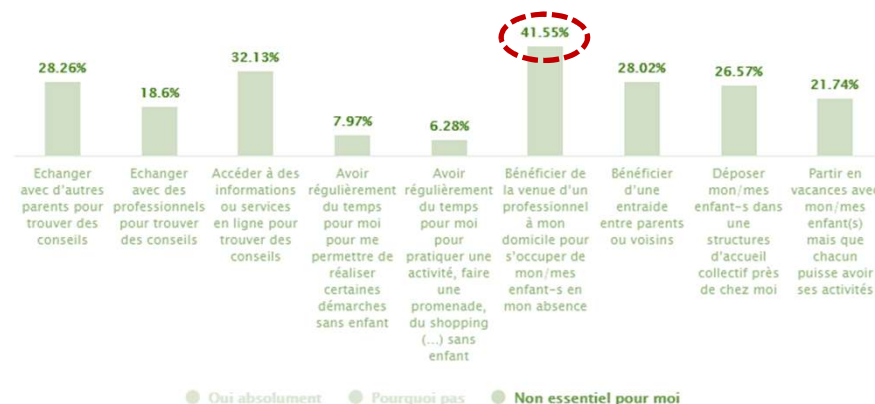


Qu'est-ce qui pourrait le mieux vous aider parmi les solutions suivantes ?

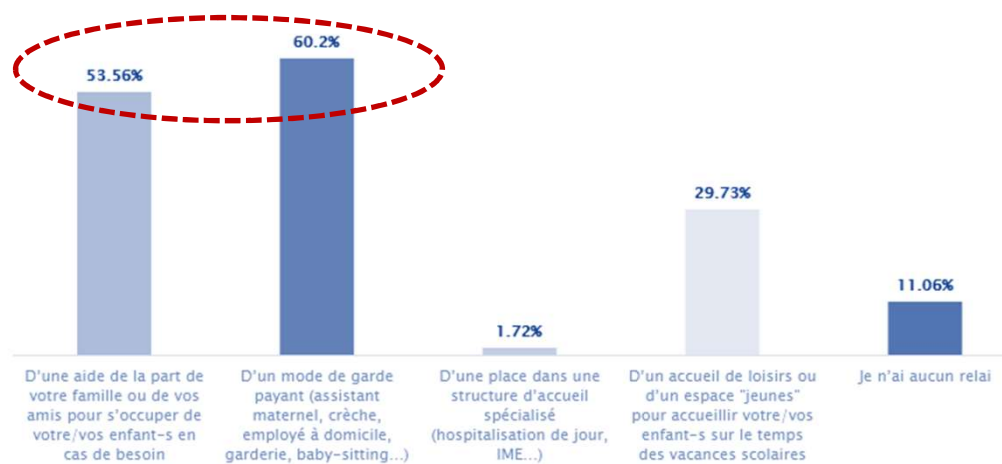


MESSAGES CLÉS

- La solution idéalisée par plus de 75% des répondants est directement en rapport avec la gestion de leur temps et le fait de pouvoir **dégager des plages d'activité pour eux-seuls, y compris sur le temps de vacances avec leurs enfants** (48%). Le besoin de souffler exprimé pourrait donc en grande partie être satisfait si cette condition était réunie.
- Une petite majorité souhaiterait échanger avec d'autres parents ou des professionnels pour obtenir des conseils. L'entraide entre parents ou voisins est également évoquée comme solution possible. A l'inverse, 41% d'entre eux jugent non essentiel le fait d'avoir recours à un professionnel à domicile pour prendre le relais.



Aujourd'hui, bénéficiez-vous ?



MESSAGES CLÉS

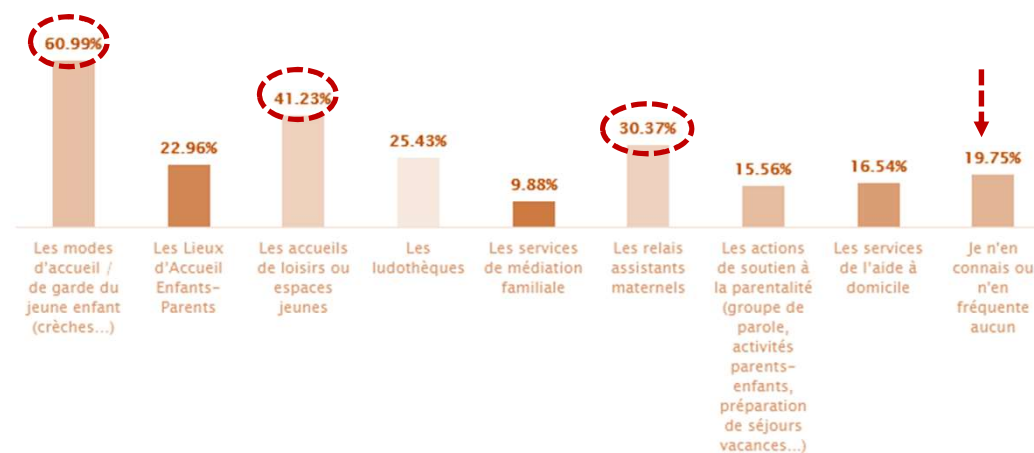
- Aujourd'hui, le recours à des solutions de garde payantes prédomine (60% des répondants). Rappelons que 77% d'entre eux déclarent avoir des enfants de moins de 12 ans. Environ 30% utilisent également les structures d'accueil collectif (de type Alsh) sur le temps des vacances scolaires.
- L'entraide familiale ou amicale, comme relai en cas de nécessité, est effective pour plus de 53% des répondants.
- En revanche, 11% déclarent ne disposer d'aucun relai. Il y a donc fort à parier que leur besoin de souffler est proportionnel à la charge supposée forte et continue de ces parents.

Résultats du sondage (2)



CafLab

La Caf soutient des services de proximité destinés aux familles. Cochez ceux que vous fréquentez ou connaissez



MESSAGES CLÉS

- Arrivent en tête, les structures d'accueil « classiques » (EAJE, ALSH) à hauteur respectivement de 61% et 41%.
- Un peu plus d'un quart ont repéré les RAM et ludothèques
- Les LAEP, les actions REAAP, l'aide à domicile et la médiation familiale restent encore des services insuffisamment connus du grand public.
- Et près de 20 % des répondants déclarent ne connaître ou ne fréquenter aucun des services cités.



1

Aperçu général de la campagne

Résultats du sondage

2

3

Commentaires libres



Caf**Lab** 



CONTRIBUTIONS

78

IDÉES

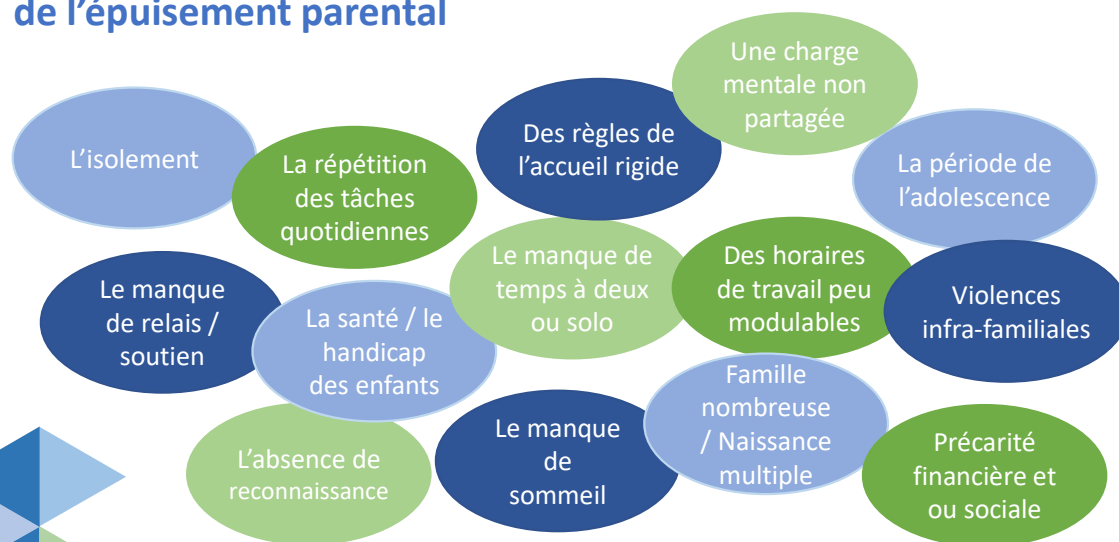
17

COMMENTAIRES

286

LIKES

Quelques situations ou facteurs observés à l'origine de l'épuisement parental



- Sans négliger la participation de plus en plus active des pères, voire totale dans des cas plus rares, ce sont encore très souvent les mères qui s'occupent de tous les à-côtés (travail domestique; accompagnement des enfants au quotidien...). « [Après mon travail de mère], je suis trop épuisée pour être une femme et une épouse »
- Les besoins exprimés portent essentiellement sur le temps (par tous les moyens possibles), la reconnaissance de son rôle de parent, l'articulation avec sa vie professionnelle, les places en crèche ou les aides financières pour du baby-sitting ou une garde à domicile, la prise en charge plus longue et plus large des enfants.
- Il ressort un besoin plus singulier autour des gardes ponctuelles et de courtes durées. Une formule de type « centres de répit » faciles d'accès et sans contrat est évoquée.
- Quelques parents expriment la mise en place de groupes de paroles ou de réunions. De manière plus massive, ils plébiscitent une meilleure information et communication autour du sujet « répit parental » notamment via le milieu médical.



« Au delà des nombreuses mamans qui ne se sentent pas soutenues par les pères... certains Papa comme moi élèvent seul des enfants, me concernant en bas âges (3 moins de 12 ans) et ont autant de mal qu'une femme... ou qu'un couple dans lequel l'un des parents (alternativement) doit toujours faire le sacrifice de son temps libre ou professionnel pour assumer ses obligations familiales ! La charge de famille que ce soit d'enfants en bas âge ou de parents âgés à domicile dépendants dans les deux cas n'est absolument pas pris en compte dans la vie professionnelle. La seule solution est la réduction du temps de travail (80%, mi-temps, arrêt d'un des conjoints) et donc des revenus qui vont avec alors que les besoins financiers sont les mêmes voir plus élevés. Un-e jeune diplômé-e corvéable a souhait ou un-e quinquagénaire parent d'adolescent indépendant peut s'investir sans compter dans son temps de travail à contrario d'un jeune parent qui doit découvrir et assumer la vie de famille et les nuits sans sommeil sans diminution des exigences professionnelles Un compteur temps ou la réduction du temps de travail avec le même salaire en regard d'obligations éducatives de la part des parents seraient quelques solutions parmi d'autres ... bien à vous et bon courage à toutes et tous ! »

« Le burn out parental est encore un tabou ! Et pourtant, il touche tant de mamans (ce sont souvent elles en première ligne...) qui ne cherchent qu'à bien faire. Quand on fait un burn out au boulot, on est mis en arrêt de travail. C'est quoi, un arrêt de travail, pour un parent ? Ce rôle s'exerce 24h/24, 365 jours par an ! Indispensable de briser la loi du silence, et de donner à ces parents épuisés les moyens de s'en sortir »

« C'est bel et bien la seule dialectique. Soit être en situation de précarité, soit travailler et faire des journées de 18/19h non stop et s'écrouler ».

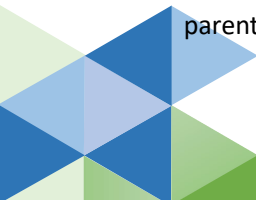
« En tant que mère, je me suis trouvée très entourée et socialement intégrée, lorsque mes fils étaient encore jeunes - cad moins de 10 ans : conseils PMI, LAEP, puis école, autant d'occasions pour rencontrer et se lier d'amitié avec d'autres parents, tout en ayant des conseils avisés (et gratuits!) grâce notamment aux LAEP quand les enfants sont encore jeunes. La vie va, et les enfants entrent au collège, la pré adolescence, l'adolescence, et là, GROS vide : comment devenir parents d'enfants qui grandissent? A part des bouquins à la médiathèque, les discussions avec d'autres parents devenus amis, plus grand chose de proposer au niveau "institutionnel". Un LAEP version "vos enfants entrent en adolescence" rencontrerait sans doute un franc succès, pourquoi pas en mode webinaire, car nous ne pouvons plus bénéficier d'un congé maternité ou parental lorsque les enfants grandissent, et ne sommes donc plus vraiment dispo en journée lorsque l'on travaille. Les échanges interactifs entre parents / accompagnements ne sauraient être remplacés par les nombreuses ressources que l'on peut trouver sur internet. »



« Ce serait bien que l'on éduque les hommes à devenir père. Par exemple au début de grossesse de la femme ou avant si c'est possible, il faudrait que l'homme ou le/la compagnon de vie de la mère ait un entretien obligatoire pour l'informer et lui apprendre ce qu'est être père, comment s'impliquer dans son rôle, ce qu'est la charge mentale, le partage des tâches... Mais aussi un suivi psychologique. Il faudrait qu'il y ait un suivi régulier tout au long de la grossesse et même après la naissance de l'enfant. Il serait bien de surveiller le père comme les sages femmes font avec les mères. Nous ne sommes plus au moyen âge, surtout quand l'homme à voulu cet enfant autant si ce n'est plus que la mère. »

« Mes enfants vivent en résidence alternée depuis 2013 (ils avaient 2 et 6 ans) et je n'ai jamais été considérée comme famille monoparentale par la CAF (par les impôts oui car un seul revenu). Pourtant, je suis seule pour les élever une semaine sur deux certes, mais la semaine durant laquelle ils sont chez leur papa, impossible de dire "ce n'est pas ma semaine, je ne suis pas maman". Ce qui concrètement signifie que la charge mentale n'est pas moindre les semaines où ils ne vivent pas avec moi. Je peux être sollicitée à tout moment par eux, par leur père, par les activités périscolaires, les accompagnements médico-sociaux ou par l'école. Impossible de s'appuyer sur un soutien familial (soit en activité, soit éloignée, soit pas de prise de conscience des difficultés). Et pourtant, ces semaines là, ils ne vivent pas avec moi, et les semaines durant lesquelles ils vivent avec moi, je cumule deux emplois pour m'en sortir financièrement et leur offrir des conditions de vie correctes. Pas d'aides complémentaires car ils sont en garde alternée, pas de pension alimentaire, et pas de cadeau de nos employeurs pour qui il faudrait que nous soyons disponibles à tout moment pour des réunions, pour se former... Difficile dans ces conditions de s'octroyer du temps pour soi (difficultés financières et journées à rallonges quelles que soient les semaines). Et le manque de reconnaissance de ce statut finalement "batard" qui sur le papier peut faire rêver et pourrait paraître le mieux pour les enfants, est un vrai cauchemar. Beaucoup de mamans "solos" lors de la crise des gilets jaunes ont fait remonter leurs difficultés mais des élus peu à l'écoute et depuis rien n'a changé, si ce n'est la baisse des aides sociales nous plongeant dans une plus grande précarité. A quand un changement de regard sur les familles monoparentales ? »

« De vrai séances de préparation à la naissance et à la paternité !! D'ailleurs, je trouve que globalement, on est accompagné avant la naissance, mais après, c'est chacun fait comme il peut et il n'y a plus aucun accompagnement, sauf pour vérifier la santé de l'enfant. Il serait intéressant de créer des accompagnements à la parentalité, ce qui pourrait réduire les vae... »





« Même les mamans qui ne travaillent pas devraient pouvoir facilement confier leur enfant en crèche ou à une nounou. Avoir quelques heures de "solitude" pour se ressourcer, pour faire certaines démarches difficiles à effectuer avec un enfant "dans les pattes", pour relâcher quelques heures la tension induite par la vigilance constante que nécessite un enfant en bas-âge. »

« J'ai vécu seule avec ma fille pendant plusieurs années suite à ma séparation d'avec son père quand elle avait 10 mois. N'ayant pas de famille à proximité il m'était difficile de pouvoir souffler en soirée et n week-end. Le rythme de la semaine était aussi intense avec la prise de mon emploi. Les frais d'assistante maternelle pesaient lourd sur mon budget, encore plus quand ma fille a eu 3 ans (en janvier) avec une entrée à l'école en septembre... Il serait intéressant de proposer à la fois des aides pour le mode de garde en journée jusqu'à l'entrée à l'école et non pas jusqu'au 3 ans de l'enfant. Par ailleurs, des aides permettant une garde à domicile de son enfant sur le week-end (quelques heures) ou en soirée aurait été les bienvenues pour me permettre de garder une vie sociale. »

« L'idéal pour les parents solo à 100% ne disposant d'absolument aucun relais, serait de pouvoir créer une structure "relais parents-enfants/adolescents" dans le Maine-et-Loire, permettant d'accueillir ponctuellement les enfants sur une demi-journée voire sur un Week-end. Les enfants seraient pris en charge par des professionnels et cela permettrait à parents comme enfants de séparer pour "mieux" se retrouver. Cela permettrait également aux parents de souffler et de prendre du temps pour eux, ce qui est indispensable pour pouvoir s'occuper au mieux de sa famille. »

« Il serait super d'avoir des garderies de loisir par exemple au cinéma (quand ils rouvriront), au musée, au restaurant... ou plus de « colonies de vacances » pour y déposer les enfants le temps d'un week-end par exemple lorsque la famille n'est pas disponible pour les garder »





« Je trouve que les structures d'accueil sont faites pour des parents travaillant avec des horaires classiques (semaine 8h 17h). Je pense qu'il faudrait penser que tous les parents n'ont pas le luxe d'avoir des horaires de travail classiques. Ma fille a eu la chance d'être en crèche mais ayant tous les 2 des horaires à rallonge le soir et travaillant le samedi, il a donc fallu sacrifier une partie de mon travail et donc on m'a mis au "placard" pour les responsabilités.... Est-il normal d'avoir une crèche fermant à 17h30 le vendredi ? Il faudrait être réaliste et que ce soit les structures qui s'adaptent aux horaires des parents et pas l'inverse ! Surtout que le choix de la crèche est souvent le plus économique pour des familles modestes et on sait bien que ce sont les parents modestes qui ont les travaux les plus compliqués en terme d'horaire (ouvrier, employés ...) sans parler du fait qu'il est très compliqué de trouver un mode de garde sur le week-end puisque les structures sont fermées donc à moins de trouver un assistant maternel travaillant le samedi (et c'est rare) on doit compter sur la famille (mais compliqué pour ceux qui n'ont pas de famille proche d'eux !) Du coup c'est souvent la maman qui faute de solution est obligé de sacrifier son travail afin de garder son enfant même si ce n'est pas son choix »

« Pour ma part je trouve qu'il devrait y avoir plus de possibilités de garde ponctuelles : dans ma ville il y a une crèche municipale qui est sensée faire garder ponctuelle, mais la crèche est tellement surchargée que ça fait des années qu'il n'y a plus de garderie. Pouvoir déposer les enfants 1 ou 2 heures pour pouvoir aller faire des courses sans les trainer dans le supermarché, ou pouvoir aller se promener seul, ou faire une activité sportive... je pense que c'est vital pour les mamans, mais que nous n'en avons que peu l'opportunité »

« Il faudrait aussi pour les femmes en couple, qui arrêtent/réduisent le travail salarié pour s'occuper des enfants, qu'elles puissent cotiser proportionnellement pour leur retraite sur le salaire de leur conjoint. Ainsi les pères se rendraient compte que s'occuper des enfants c'est du travail. tout travail mérite salaire... »



Principaux attendus exprimés à l'égard :

