

COMMUNIQUE PRESSE

06/05/2024

PARENTALITE

Conférence sur le burn out et répit parental, et les actions de prévention

Organisé dans le cadre et la continuité des actions de soutien à la parentalité, le Pôle Enfance, Famille et Parentalité de l'UDAF des Deux-Sèvres invite tous les parents, professionnels et bénévoles oeuvrant dans le domaine de la parentalité à s'inscrire et venir à la conférence sur le burn out parental*, le répit parental et les actions de prévention.

Travail, éducation, épanouissement personnel, pressions de la société : être parent aujourd'hui peut se révéler être épuisant. Qu'est-ce que le burnout parental ? Comment le repérer ? Comment s'en sortir et comment le prévenir ?



Après la journée réservée aux bénévoles et professionnel.le.s organisée le 26 janvier 2024 à Parthenay sur les questions de l'épuisement parental, du burn out parental et du répit parental, l'UDAF, dans le cadre des actions de soutien à la parentalité, a souhaité poursuivre les actions autour de cette thématique en s'adressant tout particulièrement cette fois-ci : aux **parents**, sans exclure bien évidemment les **bénévoles et les professionnel.le.s**.

Il s'agira d'aller explorer l'épuisement parental ou burn out parental : éléments de définition, causes, conséquences, symptômes chez le parent et chez l'enfant.

Les objectifs de cette soirée sont de proposer des temps d'échange autour de la parentalité aujourd'hui, des injonctions de la société, d'avoir des éléments de compréhension sur l'épuisement et le burn out parental, puis d'évoquer des perspectives de prévention.

La sensibilisation des parents, professionnels et bénévoles se fera à travers une intervention abordant le repérage et l'identification des signaux du burn out parental, la mise en place d'actions de prévention ainsi que le partage d'expériences.

La conférence sera animée par **Aurélie BOURGET**, formatrice qualifiée en Discipline Positive Développeuse de Compétences PsychoSociales Référencée par le Training Institute for Psychology & Health.

** Il traduit l'épuisement total qui frappe de plus en plus de parents.*

Informations pratiques

Jeudi 30 mai 2024, à 20h

Au siège de l'UDAF, 171 Avenue de Nantes, Niort

Gratuite et ouverte

Plus d'informations au 05 49 04 76 76

Inscription en ligne ou via le QR Code : www.conference.burn.out.parental.udaf79.fr



A propos de l'UDAF 79

L'Union Départementale des Associations Familiales des Deux-Sèvres (UDAF 79) a pour mission première de défendre et de représenter l'ensemble des familles du département des Deux-Sèvres dans toute leur diversité et leur richesse.

Notre engagement se traduit également par le développement d'actions permettant d'accompagner et d'aider les familles dans leur vie quotidienne.

www.udaf79.fr

Contact presse :

Pôle Institution familiale, Communication et Vie associative

Responsable : Laurence Hizette - l.hizette@udaf79.asso.fr - 05 49 04 76 50 - 06 74 64 14 76

