



## Communiqué de presse

Le 3 septembre 2020

# Conférence « Quand le bonheur d'être parent vire au cauchemar »

**La naissance d'un enfant apparaît comme la promesse de moments de bonheur et de partage. Mais, guidé par le désir de bien faire, il arrive que l'on s'oublie dans une course à la perfection. La fatigue prend insidieusement le dessus pour se transformer en un profond épuisement. Le repos reste sans effet. Face aux sollicitations trop nombreuses ou aux exigences fortes de nos enfants, on tente de faire face. Mais le plaisir de s'occuper d'eux laisse progressivement la place au stress, aux questionnements sur nos pratiques, parfois jusqu'à la souffrance et à l'isolement.**

Cette conférence proposée par le Pôle Famille de la Ville de Maîche, en partenariat avec le Relais Assistants Maternels de la CCPM, aura lieu, dans le respect des gestes barrières avec port obligatoire du masque, le **mardi 29 septembre à 20h, Salle des Fêtes à Maîche**. En libérant la parole, elle nous invitera à mieux comprendre ce phénomène et proposera un véritable kit de survie afin de répondre au burn-out des parents.

Alors que l'on entend beaucoup parler du burn-out professionnel, **l'épuisement parental reste un sujet méconnu, très sensible, souvent tabou**. Pourtant, il touche de plus en plus de parents. Épuisement, doutes, culpabilité, sentiment d'échec, remises en question permanentes... Que faire ?



**29 SEPTEMBRE  
20H - MAÏCHE  
SALLE DES FÊTES**

### CONFÉRENCE

**Quand le bonheur  
d'être parent vire  
au cauchemar**

Par Véronique POISSON,  
Psychopédagogue



Conférence  
proposée par le  
Pôle Famille de la  
Ville de Maîche en  
partenariat avec  
le Relais  
Assistants  
Maternels de la  
CCPM

Doutes,  
culpabilité,  
épuisement,  
remises en  
question  
permanente...  
Que faire ?

Entrée libre - Gratuite

Respect des gestes  
barrières  
Masque obligatoire



**Animée par Véronique Poisson, psychopédagogue-conférencière**, cette conférence permettra de répondre à de nombreuses questions : comment soutenir les parents face au monde en perpétuelle accélération qui les met en difficultés ? Comment les aider à être à l'écoute de leurs émotions et de celles de leurs enfants ? Le but de cette soirée : Apprendre à gérer le stress, éviter les attitudes qui s'aggravent, mais aussi répondre aux besoins spécifiques des enfants à chaque étape de la vie. Une soirée comme un présage de jours meilleurs.