



## **Dossier**

# **Faire face au coming-out de son enfant**

## **Comprendre, accepter, et soutenir**

Faire son « coming out » (sortir du placard), en annonçant volontairement son homosexualité ou son identité de genre est encore de nos jours une épreuve difficile à franchir pour les personnes LGBT+\*, et à comprendre pour leurs proches. Pour les parents, cela peut provoquer culpabilité, rejet ou empathie, avec des réactions très différentes d'un parent à l'autre, mais toujours de multiples questions. Un constat demeure : la parole des jeunes, comme des parents, reste difficile à libérer.

Par manque d'information, il n'est en effet ni simple d'aborder le sujet, de comprendre, de ne pas changer de regard sur son enfant, de trouver les mots justes ou d'adopter la « bonne » réaction, ni de commencer à accepter et de maintenir les relations avec son enfant.

A l'occasion de la soirée-ciné organisée en mars autour du film *Coming-out* de Denis Parrot, des parents ont accepté de partager leurs témoignages pour cette Lettre destinée à tous les futurs parents et parents des Pyrénées-Orientales. A découvrir et partager autour de soi...

## **Sommaire**

### **Dossier**

#### **Faire face au coming de son enfant**

#### **Comprendre, accepter et soutenir**

#### **De parents à parents**

Deux témoignages - p. 2 - 4

- *Le ciel m'est tombé sur la tête !*

- *As-tu lu ce qu'il y a d'écrit ?*

#### **L'avis d'un professionnel**

Au sujet du coming out - p.5

#### **Au service des parents** - p.6

#### **Des ressources pour les parents** - p.7

### **La vie du Réaap 66**

Soirées-ciné pour les parents autour du mal-être parental - p. 8



\*LGBT+ : Lesbienne, Gay, Bisexuel, Transgenre, et toutes orientations affectives, sexuelles ou identités de genre.

## De parents à parents

Extraits de témoignages recueillis auprès de parents avec le soutien des associations Contact HG et SOS homophobie Languedoc Roussillon.

### « *Le ciel m'est tombé sur la tête !* »



**N**ous sommes mariés depuis 40 ans avec mon mari et avons 4 enfants. Nous avons toujours été une famille très complice, avec de nombreux moments de partage, d'écoute, de jeux. Nos amis s'exclamaient souvent « ici, c'est la maison du bonheur ! ». Mais lorsque Fabrice le « petit dernier » nous a annoncé son homosexualité, j'ai basculé dans un état second, puis je me suis sentie envahie de questions et de culpabilité.

**C**'était un enfant facile, comme on dit, jovial, farceur, entouré d'amis. Plutôt connecté aux filles avec qui il aimait passer du temps et jouer, pas bagarreur et pas porté sur le sport ou des activités qu'on dit « pour les garçons », il voulait être styliste (et doué sur ses premiers ouvrages !). Parfois, comme tous les enfants il se déguisait, il ne faisait que s'amuser... Mais quand il s'habillait en fille je l'avoue, il y avait quelque chose qui me dérangeait, je l'envoyais se changer dans sa chambre. Ça me questionnait... Pourtant, quand une amie me parlait d'un proche homosexuel je disais « ce n'est rien » ; et j'avais un cousin homosexuel, ça ne m'avait jamais posé de problème. Au fond, je ne me pensais pas homophobe, mais trouver les choses « normales » pour les autres c'est peut-être plus simple que lorsque nous sommes nous-mêmes dans cette situation. Je craignais plutôt que mon mari ne réagisse mal si s'eût été le cas. Il avait parfois des remarques moqueuses ou déplacées qui laissaient entendre qu'il n'était pas très ouvert sur le sujet. Durant plusieurs années, j'ai imaginé la réaction des autres et pas une seule seconde comment j'aurais pu accueillir l'annonce de l'homosexualité de mon fils. Quand je me demandais pourquoi Fabrice ne parlait jamais de petite copine, je m'inquiétais de sa solitude, de son manque affectif, de sa trop grande pudeur envers nous au point de ne jamais en parler. Je refoulais probablement l'idée qu'il puisse aimer les garçons...

**L**i nous l'a annoncé une année à Noël au cours du repas. Nous étions témoins d'échanges de textos répétés, et un peu agacée et curieuse à la fois, je lui ai dit « Bon alors, avec qui tu discutes comme ça ? Tu nous dis comment elle s'appelle ? ». J'étais si loin de me douter que cette mention d'une « elle » n'était pas appropriée et soulignait que je n'étais pas prête à entendre autre chose... Je n'avais jamais ouvertement posé la question, et à ma grande surprise il s'est effondré en larmes et a sorti « C'est pas une fille, c'est un garçon... ». A ce moment là, le ciel m'est tombé sur la tête. Je n'ai rien su dire d'autre que « On en reparlera... » puis je me suis réfugiée dans la cuisine et me suis mise à pleurer. Un véritable état de choc s'est installé en une fraction de seconde et je suis restée dans ma bulle de bouillard durant près d'une semaine sans parvenir à parler ni à lui ni à personne. Mon mari, lui, l'a pris dans ses bras, sans un mot, comme pour lui dire « Ça ne change rien mon fils ». Ses frères et sœurs ont essayé de me raisonner « C'est pas grave maman, c'est comme ça, c'est tout ».

**O**n réagit comme on peut chacun à sa manière à une annonce qu'on n'attend pas. Et après coup, on réalise qu'il lui a fallu beaucoup de courage pour faire cette annonce, exprimer qui il est après tant d'années de secret, et qu'il craignait la réaction... que j'ai finalement eu. J'ai aussi été très choquée de ma propre réaction. Aujourd'hui je perçois que cette annonce m'a envahie de questionnements : est-ce que notre éducation l'a « encouragé » à aimer les garçons ? Pourquoi ce secret durant tant d'années ? Il risque d'être rejeté ou agressé parce qu'il est homosexuel ! il ne pourra pas vivre sa vie amoureuse au grand jour, il ne pourra pas devenir père... Je n'aurais probablement pas de petits-enfants venant de lui. Toutes ces questions je les ai gardées pour moi. Mon mari lui a demandé directement « T'es sûr de toi ? ».

Comme si c'était une passade, ou un phénomène de mode. Fabrice nous a dit plus tard que cette question avait été pour lui d'une extrême violence. Cela soulignait qu'on ne comprenait pas encore qu'il ne s'agit pas d'un choix mais d'un état de fait et qu'il lui a fallu du temps, d'abord à lui, pour accepter lui-même son homosexualité, puis du temps encore pour se livrer à ses proches.

Pour nous aider à mieux le comprendre, il nous a prêté un film, l'histoire d'une maman qui apprend l'homosexualité de son fils et le suicide de ce dernier. Plutôt dur comme approche ! Mais il fallait peut-être cet électrochoc pour voir les choses de son point de vue, sur ce qu'il a traversé, ce qu'il risquait de plus dramatique et que nous n'avions pas perçu une seule seconde. Cela m'a ouvert la voie pour m'informer, d'abord sur internet (il y a des sites bien adaptés pour les parents), et j'ai découvert l'association *Contact* qui propose une écoute et des groupes de paroles pour les parents et les personnes LGBT+. Au début, l'idée de rejoindre un groupe d'inconnus et de devoir m'exprimer sur ce que je vivais, sur ma réaction initiale envers mon fils, de devoir passer pour une « mauvaise mère » me terrifiait. Et en parler, c'était déjà commencer le chemin de l'acceptation pour lequel je n'étais pas prête. Mon mari et moi avons donc préféré consulter une psychologue, pour comprendre, être plus serein sur le sujet, diminuer notre culpabilité. Elle a su nous faire entendre que l'homosexualité n'est pas une dérive, ni le résultat d'une éducation « inadaptée » ou de relations parents-enfants « non équilibrées ». Au fur et à mesure, notre regard sur notre fils a évolué, nous l'avons découvert, épanoui, avec visiblement un poids en moins sur les épaules, et sans rejet de ses proches (amis et fratrie). J'ai pu lui poser des questions sur son adolescence, j'avais besoin de me rassurer : quand avait-il su ? Avait-il été harcelé à cause de ça ? Avait-il pu se confier à quelqu'un sans jugement quand il en avait besoin ? Il m'a confié être sorti avec des filles pour se prouver qu'il n'était pas homosexuel mais que ça avait été finalement une évidence.

Puis un jour, je me suis sentie prête à rencontrer d'autres parents qui ont vécu le coming out de leur enfant. J'y ai découvert toutes sortes de situations d'annonce, de réactions aussi, mais souvent les mêmes craintes des jeunes à le dire à leurs proches, et les mêmes questions des parents. Avec le recul, je sais que j'aurais dû envisager qu'il ne soit pas hétéro, dans ma tête mais aussi dans mes mots quand on parlait de relations affectives et sexuelles. Ça aurait pu libérer sa parole plus tôt et j'aurais été là pour le soutenir dès qu'il s'est posé des questions. Aujourd'hui, je peux mettre des mots sur ce qui m'a traversée, sans honte, et je suis devenue parent bénévole pour aider d'autres parents à avancer dans leurs parcours d'acceptation du coming out de leur enfant.

*La maman de Fabrice*

## « As-tu lu ce qu'il y a d'écrit ? »



**C**harly est né fille, avec un autre prénom que nous lui avons choisi, même si aujourd'hui je sais qu'il a toujours été un garçon. Il a un petit frère. Je suis séparée de son père. Dans son enfance, il m'a semblé percevoir des petits signes que Charly ne se sentait pas « comme toutes les filles » de son âge surtout sur le plan vestimentaire. Son comportement d'enfant ne m'a en revanche pas posé de question. A son âge, moi aussi je me cherchais et « ma » mode n'était pas forcément celle de mes copines. Quand « elle » est devenue ado, nous avons eu quelques tensions comme tous les ados, et c'était plus conflictuel avec son papa. Quand les enfants étaient petits, leur papa voulait éviter le conflit en disant oui à tout, et il était plu proche de son petite frère que de Charly. Quant à moi, je préférais instaurer un cadre et des règles. Quand ils ont grandi, les liens avec leur papa se sont peu à peu réduits ; de mon côté ils ont toujours trouvé du soutien quand ils en ont eu besoin...

**U**n jour, elle m'a annoncé qu'elle aimait les filles et m'a demandé de ne pas en parler à son père car elle voulait lui annoncer elle même. Elle a fini par lui dire le jour où sa petite copine l'a quittée. Son papa m'en a voulu de ne pas lui avoir dit mais je tenais à respecter la volonté de Charly. De mon côté, je n'ai jamais fermé la porte aux possibilités que mes enfants soient lesbienne ou gay alors ça ne m'a ni choquée ni inquiétée. Puis, plus tard, Charly a fait une autre déclaration sous forme de dessin. J'étais au téléphone avec une amie, Charly a glissé un dessin du drapeau arc-en-ciel (connu pour représenter la diversité des orientations sexuelles, affectives et identités de genre) sur lequel était écrit quelque chose. Sur le coup, j'ai vu le dessin, et ne me suis pas vraiment préoccupé du texte. J'ai discrètement dit « oh c'est joli ! ». Mais, une fois ma conversation terminée, Charly m'a demandé « As-tu lu ce qu'il y a d'écrit ? ». Et j'ai lu : *Je suis transgenre*. Ma réaction spontanée fut sans doute celle de tout parent : « C'est vrai ? » comme si j'avais besoin d'une confirmation, pas pour remettre en question son ressenti. La transidentité, j'en avais un peu entendu parlé sans vraiment savoir de quoi il s'agit, alors j'ai pris la décision de me renseigner. Je suis d'abord tombée sur des sites internet qui parlaient de « désordre psychique », de « maladie ». Mais je voyais bien que Charly n'avait aucun trouble particulier et que ces présentations de la transidentité étaient très culpabilisantes, homophobes ou transphobes. J'espérai que Charly n'ait pas eu connaissance de ces désinformations... Puis, Charly et moi avons parlé. Il s'était bien renseigné lorsqu'il a perçu qu'il se sentait « différent ».

Il m'a mieux informée. Je lui ai fait part de mon émotion, touchée qu'il se sente suffisamment en confiance pour me le dire. Il m'a donné son accord pour en parler à ma meilleure amie, et à ma mère qui ont aussi accepté, parce que c'était sa vie et qu'il était désormais heureux d'être lui-même au grand jour. Très complice avec son frère, cela n'a pas changé leur belle relation.

**Q**uand son père a appris son homosexualité, il a insisté sur le fait qu'il ne la croyait pas, pensant que c'était une provocation pour le faire sortir de ses gonds. Ses grands-parents paternels avaient déjà fait part de leur point de vue sur l'homosexualité « c'est contre-nature ». Charly a attendu de se sentir suffisamment armé émotionnellement avant d'aborder cet aspect de sa vie privée avec eux. Alors, quand il a fallu parler de transidentité, avec son père puis avec ses grands-parents, ça n'a pas été simple pour eux de l'entendre et leur réaction a été violente, Charly ne s'est pas senti pris au sérieux, ni soutenu, et ça l'a beaucoup blessé. Il a rompu les ponts avec son père qui tente aujourd'hui de renouer les liens, mais Charly reste très fermé.

**A**près son coming-out sur sa transidentité, une fois son identité de genre reconnue officiellement, Charly s'est senti soutenu au lycée. Ses professeurs et camarades ont rapidement pris l'habitude de l'appeler par son « nouveau » prénom (c'est une obligation légale). Il ne souhaite pas modifier son corps par crainte de l'opération ou de la prise d'hormones. Pour le moment, il utilise une brassière de compression pour diminuer en apparence sa poitrine, signe d'une féminité qui ne lui correspond pas. C'est grâce à la rencontre avec l'association Licorne 66 que nous avons su que la *transition* physique (on ne parle pas de *transformation* comme pour les super-héros !) n'était pas une obligation pour que l'identité de genre soit reconnue. Ça nous a beaucoup soulagés pour laisser du temps à Charly de voir s'il veut ou non, un jour, franchir cette étape.

**S**i je devais partager un « conseil » avec d'autres parents, j'insisterais sur le fait de rester à l'écoute de son enfant, sans l'interrompre le jour où il se lancera, sans interpréter. De le prendre au sérieux quoi qu'il dise sur son orientation sexuelle, affective ou son identité de genre en particulier. De l'épauler même si on ne trouve pas les mots. Et de s'informer pour pouvoir le soutenir dans sa propre acceptation de ce qu'il est vraiment, pour qu'il s'épanouisse. C'est difficile parfois, mais c'est l'essentiel de notre rôle de parent, non ?

*La maman de Charly*

# L'avis d'un professionnel

## Au sujet du coming-out

Denis Parrot, réalisateur du film-documentaire *Coming out nous livre ce qu'il retient des interviews et rencontres avec les parents autour du coming out de leur enfant. Il était à nos côtés lors de la soirée-ciné organisée pour les parents, par le Réaap66 avec les associations SOS homophobie 66, Contact HG, LGBT+66 et Licorne 66,*

Le coming out, ces quelques mots prononcés aux parents, à la famille ou aux amis proches, sont souvent un **moment de tension après des mois, des années durant lesquelles ces jeunes ont tout gardé en eux**, sans oser en parler. Le coming out est aussi une espèce d'instant suspendu : *quelle va être la réaction des parents ? Se sont-ils préparés à cette éventualité ou tombent-ils de leur chaise ?* Beaucoup de jeunes redoutent une réaction négative, celle qui risque de leur faire perdre l'amour de leurs parents, voir d'engendrer un rejet. Après cette révélation, leur vie ne sera plus tout à fait la même, il n'y aura pas de retour en arrière possible, ils en ont pleinement conscience.

S'il n'y avait pas tant de discriminations encore envers les personnes LGBT+, y compris dans nos sociétés qui se présentent comme progressistes, cette annonce ne serait pas aussi difficile. Dans une société idéale, on pourrait présenter son ou sa petit·e ami·e aux parents, comme une évidence, mais cette annonce est un modèle – voire un cérémonial – essentiellement hétérosexuel et occidental. Il peut sembler évident, dans un monde majoritairement hétérosexuel – ce que les sociologues appellent l'hétéronormativité. Mais les **personnes LGBT+ que je connais ne se voient pas nécessairement exposer leur amoureux ou leur amoureuse à une éventuelle scène des parents !** Dans une société où les LGBT+ seraient complètement acceptés, la pression serait moindre...

A travers ce film et les nombreux témoignages que j'ai vu, recueillis et partagé dans *Coming out*, je voudrais **susciter une prise de conscience chez les parents : votre enfant est peut-être gay, lesbienne, bi ou trans et vous l'ignorez. Vous ne l'avez pas choisi, mais votre enfant ne l'a pas choisi non plus.** Ce n'est ni bien ni mal, c'est juste comme ça. Personne ne choisit son identité de genre ou son orientation sexuelle. Posons-nous la même question : « quand avons-nous choisi d'être hétérosexuel ? ». C'est très juste de renverser la question.

Si les parents étaient préparés à cette éventualité, les choses seraient peut-être plus faciles pour leurs enfants. Gardons à l'esprit que le taux de suicide des jeunes LGBT+ est important, le nombre de jeunes rejetés et mis à la porte aussi. Il reste beaucoup de travail à faire... Mais voilà, **les parents – et pas seulement les parents hétéros – ont encore très souvent autant de difficulté à imaginer leur enfant «différent».** Certains ont aussi peur. Peur de ne pas être à la hauteur si leur enfant fait un coming out. Peut-être faudrait-il voir les choses d'un autre point de vue. **Le coming out, ce n'est pas aux parents que cela arrive, c'est à leur enfant, qui a dû lui-même comprendre puis accepter qu'il-elle est L, G, B ou T !**

Ceci dit, je ne jette pas du tout la pierre aux parents. Chacun a sa propre histoire, et notre société n'informe pas encore suffisamment sur ce que vive les jeunes LGBT+ avant et après leur coming out. Nous avançons peu à peu vers une prise de conscience commune, pour que tout ceci devienne enfin banal, normal. **J'ai vu beaucoup de parents faire un chemin énorme après le coming out de leur enfant.** Ce que je voudrais leur dire, c'est que **leur enfant n'a pas changé, il a toujours été comme ça, que le fait de leur annoncer est une marque de profonde confiance, et qu'il demande, désormais, probablement encore plus qu'avant, leur soutien.** Beaucoup de parents culpabilisent, se demandent ce qu'ils ont fait dans leur éducation. Evidemment, il n'y a pas de lien entre son identité de genre ou son orientation sexuelle et l'éducation qu'on a reçu. En commençant par déculpabiliser, les parents débiteront un chemin vers l'acceptation de leur enfant comme il est, pour son bien-être. Et ce n'est pas simple ! **Les parents qui se sentent en difficulté ne doivent pas rester isolés avec leurs questions, leur ressentis, ni avoir honte.** Il y a beaucoup d'associations, telles que Contact HG ou LGBT+66, qui peuvent les aider sur ce cheminement d'acceptation. Mais je suis confiant, les choses avancent malgré tout, la situation n'est pas la même qu'il y a quelques années, les jeunes et leurs parents s'informent petit-à-petit, les esprits évoluent lentement mais sûrement.

# Au service des parents

*Vous avez besoin de parler, d'être soutenu suite au coming out de votre enfant*

Dans les Pyrénées-Orientales, les parents peuvent contacter 3 associations



## L'association Contact HG

Aide les parents à accepter l'orientation sexuelle ou l'identité de genre de leur enfant.

- Une écoute personnalisée par téléphone au **05 61 55 43 86** ou par mail à [associationcontactmp@gmail.com](mailto:associationcontactmp@gmail.com) ou par le numéro national **0805 69 64 64**
- Des groupes d'échanges proposés en visioconférence pour partager vos questions ou inquiétudes en rencontrant d'autres parents et des personnes homosexuelles, bi ou transgenre, pour comprendre leurs parcours à travers leurs témoignages.



[asso-contact.org](http://asso-contact.org)



## L'association LGBT+66

Apporte un soutien aux personnes lesbiennes, gays, bi, trans et autres et à leurs proches pour être acceptées et s'accepter, protéger et se protéger, respecter et se faire respecter, en accompagnant les personnes en particulier contre les discriminations et l'homophobie à leur rencontre.

- Une écoute personnalisée par téléphone au **09 54 01 99 89** ou par mail à [contact@lgbt66.fr](mailto:contact@lgbt66.fr) et une ligne d'urgence au **06 46 15 91 84**
- Une permanence d'accueil à Perpignan



[www.lgbt66.fr](http://www.lgbt66.fr)



## L'association Licorne 66

Apporte un soutien aux personnes dans leurs questionnements et leur parcours de transition d'identité de genre, et à leurs proches.

- Une écoute personnalisée par téléphone au **07 73 56 36 30** ou par mail à [licorne66@outlook.fr](mailto:licorne66@outlook.fr)
- Une permanence d'accueil à Perpignan



<https://assolicorne66.simplesite.com>



# Des ressources pour les parents

Le Réaap 66 a recensé pour vous quelques sites internet et des supports sur le coming out.



## Une série de vidéos « Accompagner » réalisées par Contact HG, avec les témoignages de personnes ayant fait leur coming out et de leurs parents

A l'adolescence / Vers le coming-out / La réaction des parents en Haute-Garonne  
Face à l'homophobie / En groupe d'écoute et de parole « coming out, homosexualités et familles » / Et quand on est trans ? Dialogue Trans / Parents à l'association Contact HG

<https://www.asso-contact.org/asso/31/actualites/2021/03/29/videos-accompagner-coming-out-acceptation>

## Un forum de discussion en ligne pour les parents d'un enfant homosexuel, bi ou transgenre

<https://www.asso-contact.org/asso/31>



## Une brochure en ligne dédiée aux parents pour les soutenir dans l'acceptation de l'orientation sexuelle ou l'identité de genre de leur enfant



QR code pour télécharger la brochure

ou sur le site <https://www.asso-contact.org/brochures/>

## Un site internet dédié aux jeunes et à leurs proches

Sur l'orientation amoureuse, sexuelle et l'identité de genre  
[cestcommeca.net](http://cestcommeca.net)



## Un replay « Vous êtes formidables » (France 3 du 2 décembre 2021 - 40 min))

*Transidentité : le message de tolérance d'une maman, auteure du livre « Maxence ou le journal d'un mec bancal »*

<https://youtu.be/LYqCRQOV3LE>

## Un document ressource reprend ces informations pour les parents

Élaboré par le Réaap66, les associations LGBT66, Contact HG, SOS homophobie66 et Licorne66, ce dépliant présente un lexique de différentes orientations affectives, sexuelles et identité de genre pour mieux comprendre leur diversité.

Il présente les services locaux pouvant soutenir les personnes LGBT+ et leurs proches et quelques ressources en ligne utile pour s'informer.

Vous pouvez télécharger le document sur le site du Réaap66, [parents-pros66.fr](http://parents-pros66.fr) < Publications < Parents < [le-depliant-etre-soutenu-lors-du-coming-out-de-son-enfant/](http://le-depliant-etre-soutenu-lors-du-coming-out-de-son-enfant/)



# La vie du Réaap 66

## Soirées-ciné pour les parents autour du mal-être parental

Mettre au monde leur enfant n'a pas été le plus beau jour de leur vie.

Clémence, Elise, Gaëlle, Laetitia et Lauriane racontent leurs expériences de difficultés maternelles, celles qu'elles ont vécues à la naissance de leur enfant, parfois même durant la grossesse.

Elles retracent comment ce savoir « être mère » n'est pas tombé sur elle d'un coup de baguette magique, ces sentiments d'angoisse, comment des choses simples sont devenues impossibles, et le chemin parcouru pour pallier ce trouble.

Les différents récits s'alternent, se complètent, se nuancent.

C'est la parole de ces femmes qui est au centre, dans une grande sincérité mais cependant avec légèreté...

**Soirées ciné**  
en présence de la réalisatrice  
**Témoignages,**  
échanges et informations

# INVITATION

**Vous êtes parent ?**  
**Le Réaap 66 et Maman Blues 66**  
vous invitent

à des soirées sur le thème  
**de la dépression post-partum et du soutien aux parents**

**Deux dates proposées :**  
**A Prades : 23 juin 2022**  
de 18h30 à 20h30 - Cinéma le Lido  
**A Canet-en-Roussillon : 24 juin 2022**  
de 18h30 à 20h30 – Cinéma Clap Ciné

**Inscription recommandée - Gratuit dans la limite des places disponibles**

Retrouvez toutes les informations sur [Parents-pros66.fr](http://Parents-pros66.fr) ou sur [caf.fr](http://caf.fr) > Ma Caf (66000) > Actualités

Cet événement est financé par le Coeur d'allocataires familiales, la Mutualité sociale agricole Grand Sud, le Commissariat général à l'égalité des territoires et la Ville de Perpignan, dans le cadre du Réseau d'écoute, d'appui et d'accompagnement des parents des Pyrénées-Orientales. Le cinéma le Lido de Prades met gracieusement sa salle à disposition de l'événement.

Un événement pour **comprendre la différence entre burn out parental et dépression du post-partum et découvrir les actions de soutien aux parents** lorsqu'ils rencontrent une difficulté ou un mal-être parental.

Pour + d'info RV sur le site [parents-pros66.fr](http://parents-pros66.fr) rubrique [Événements](#)

Retrouvez tous les autres numéros de la Lettre des parents 66 sur le site [parents-pros66.fr](http://parents-pros66.fr) rubrique Publications < Parents < [La Lettre des parents 66](#)



Logo «Adhérent au Réaap 66 » affiché lorsque la structure a adhéré. Elle s'engage alors à respecter les principes de la Charte nationale des Réaap visant notamment à considérer les parents comme le premier éducateur de leur enfant, à valoriser leurs compétences, et à proposer une action pour les aider dans leur rôle de parent et les relations avec leur enfant, ou à les orienter de façon adaptée vers les actions en fonction de leurs besoins.



Coordonnatrice du Réaap 66  
Alice Pézé - 04 68 08 17 50  
[reaap@caf66.caf.fr](mailto:reaap@caf66.caf.fr)