Accusé de réception - Ministère de l'Intérieur
021-212102313-20250624-VD20250623_2-DE
Accusé certifié exécutoire
Réception par le préfet : 24/06/2025
Publication : 24/06/2025

Rapport d'analyse - Familles monoparentales

Table des matières

Introduction 2
Méthodologie 2
Qui sont-elles ? 3
Le quotidien des familles monoparentales 4
Les principales difficultés rencontrées 5
Logement 5
Ressources financières 6
Emploi et formation 7
Accès aux services publics 7
Accès à la culture, aux sports et aux loisirs 8
L'accès aux soins 9
Déplacements 10
Modes de gardes 11
Gestion du temps, soutien aux familles et vie sociale 12
Les sources de plaisirs et les leviers de répit 13
Les aides identifiées et besoins exprimés (propositions) 14
Soutien financier & aides matérielles 14
Logement 14
Enfance & parentalité 14
Santé mentale & bien-être 14
Inclusion sociale & entraide 14
Éducation & formation 14
Accès & qualité des services publics 15
Points d'attention spécifiques 15
Handicap et troubles spécifiques des enfants 15
Isolement et détresse psychologique 15
Conclusion 15
Annexes 15

Introduction

La monoparentalité concerne aujourd'hui une part significative des configurations familiales en France. Près d'une famille sur quatre vit dans ce cadre, souvent porté par un seul parent, majoritairement des femmes. Si cette réalité est de plus en plus fréquente, elle implique des conditions d'organisation et de vie spécifiques, qui peuvent rendre le quotidien plus contraint.

Ce rapport s'appuie sur deux démarches complémentaires : une enquête par questionnaire diffusée en ligne (423 réponses analysées) et des séances d'écoute active menées avec des parents isolés. Il vise à décrire les expériences de ces familles en croisant les données chiffrées et les récits, dans une approche à la fois quantitative et qualitative.

L'objectif est double :

- Restituer la diversité des parcours et des vécus des familles monoparentales,
- Identifier des leviers d'action concrets, pertinents et accessibles

Cette analyse ne se veut ni exhaustive, ni représentative de toutes les situations. Elle propose une photographie sensible et structurée des besoins exprimés, dans le but d'orienter des réponses opérationnelles adaptées aux réalités du terrain.

Méthodologie

La présente analyse repose sur une approche à la fois quantitative et qualitative, pensée pour donner la parole aux familles monoparentales et rendre compte de la diversité de leurs expériences. La méthodologie a été construite en plusieurs étapes complémentaires :

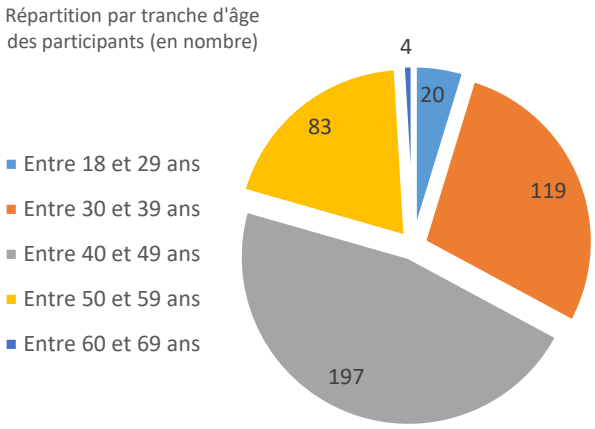
1. **Construction et diffusion d'un questionnaire en ligne** : conçu pour recueillir des données sur les profils, les priorités, les freins et les besoins exprimés par les familles monoparentales. Il a été largement diffusé auprès des usagers et via les partenaires du territoire.464 réponses réceptionnées.
2. **Élaboration d'une grille d'entretien** : afin de mener des séances d'écoute active, une trame semi-directive a été conçue pour faciliter la parole et permettre une remontée libre et fine des vécus et des ressentis.
3. **Rédaction d'un guide d'animation** : ce document a été destiné aux agents et partenaires associatifs animant les séances d'écoute active. Il visait à garantir une homogénéité dans la posture, les conditions d'accueil et les modalités de recueil de la parole. 30 personnes entendues
4. **Analyse quantitative** : les réponses au questionnaire (423 analysées) ont fait l'objet d'un traitement statistique descriptif permettant de dégager les grandes tendances.
5. **Analyse qualitative** : les verbatim issus des séances d'écoute ont été organisés par thématiques afin de faire émerger les lignes de force du vécu des familles.

Cette méthode mixte permet de croiser les regards, de fonder les constats sur une base solide, et d'articuler des propositions issues directement du terrain.

A noter qu'il peut exister un biais de méthode entre les questionnaires et les séances d'écoute active. Une grande partie des séance d'écoute ont été réalisé par une référente famille de centre sociale, avec des mères dont la situation sociale est - ou tend - à être complexe. Il peut donc y avoir un décalage entre les chiffres du questionnaire, et la réalité du terrain beaucoup plus axée sur la précarité des familles.

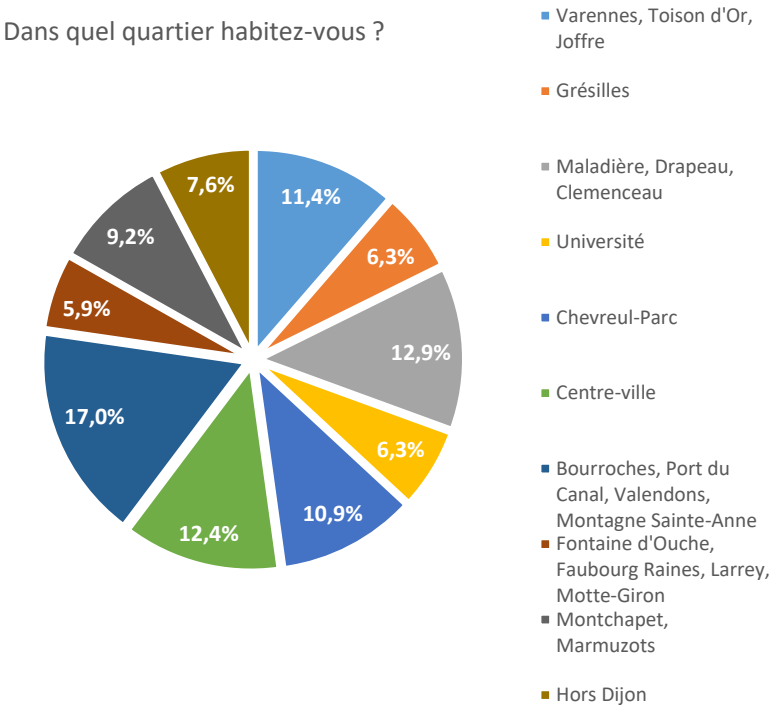
Enfin, une dernière étape essentielle est prévue : l'organisation d'**assises locales le 22 mai**, réunissant professionnels, agents et familles, pour co-construire des actions concrètes à partir des constats et propositions issus de l'analyse quantitative et qualitative. Ces ateliers visent à traduire les besoins exprimés en engagements opérationnels adaptés au territoire.

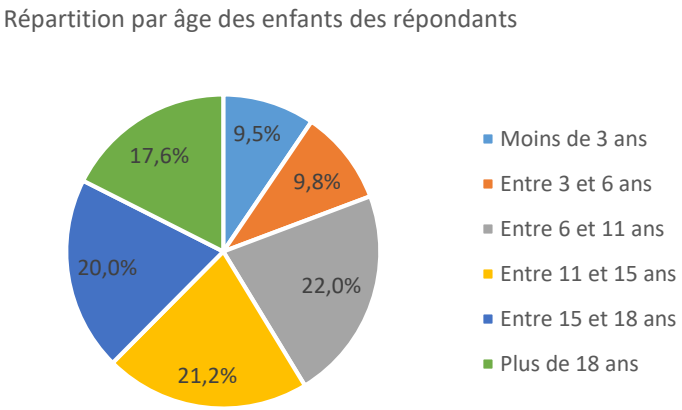
Qui sont-elles ?



Les répondantes à notre enquête sont majoritairement des femmes (92,4%), situées dans la tranche d'âge 30-49 ans.

L'ensemble des quartiers de Dijon est représenté même si on note une légère surreprésentation dans le quartier des Bourroches.



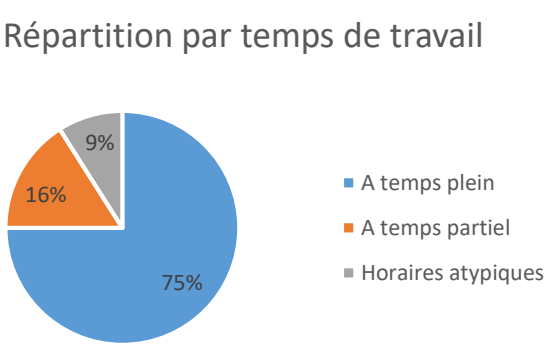


La quasi-totalité (99%) élèvent des enfants seules, avec un nombre moyen de 1,7 enfant par foyer et un âge moyen des enfants de 11,9 ans.

Professionnellement, 81% des répondants sont en emploi, majoritairement à temps plein (75%).

Parmi ceux qui travaillent (334), plus de la moitié **(52%) déclarent que les horaires des services publics ne sont pas adaptés.**

Pour ceux qui ne travaillent pas (80), 76% disent que les horaires des services publics sont adaptés.



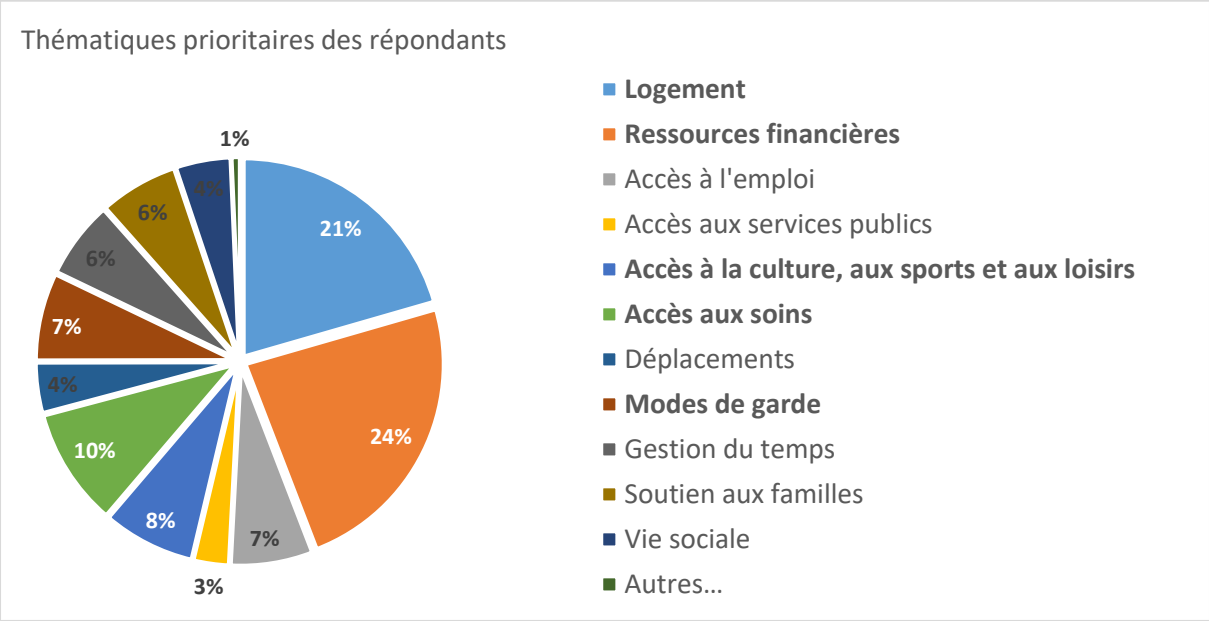
Le quotidien des familles monoparentales

Le quotidien des familles monoparentales est caractérisé par une gestion extrêmement rigoureuse du temps, où chaque minute est précieuse. Les mères doivent jongler entre obligations professionnelles, tâches domestiques, suivi scolaire des enfants et démarches administratives.

« Alice elle est au périscolaire jusqu'à tard. Je vais la chercher vers 18h45. Donc quand on rentre c'est un peu la course parce que du coup il n'y a pas beaucoup de temps. »

« Me préparer le matin, préparer ma petite… L'emmener à l'école, aller travailler, finir ma journée, aller la chercher, les quatre heures, les devoirs, la douche, le repas et dodo. »

Les préoccupations des familles sont nombreuses. Certains aspects du quotidien sont néanmoins jugés comme prioritaires :

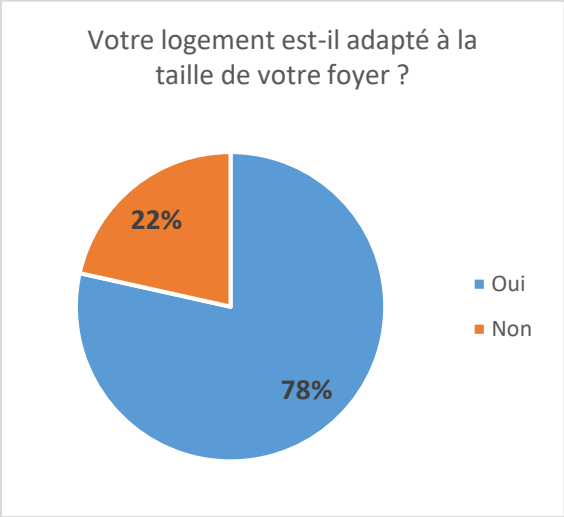


Ainsi, on constate que « ressources financières » est la principale priorité, suivi par « le logement », « l'accès aux soins », « l'accès à la culture » et « les modes de garde »[1]

[1] **Dans la catégorie « autres », on retrouve : l'é**ducation, la compensation du handicap des enfants**, l'a**ccès à la scolarité**, s**écurité, les études supérieurs, l'accès aux vacances, l'obligation parentale, l'alimentation, la mobilité/RQTH, aide aux personnes aidantes

Les principales difficultés rencontrées

Logement



Pour **63% d'entre eux, le logement est adapté à leur besoin**.

Parmi ceux dont le logement **n'est pas** adapté à la taille du foyer (91), **42%** déclarent **qu'il n'est** pas non plus adapté aux ressources du foyer.

Parmi ceux dont le logement **est adapté** à la taille du foyer (332), **33%** déclarent cependant **qu'il n'est pas** adapté aux ressources du foyer.

Parmi ceux dont le logement est adapté aux ressources, (267), la **majorité 81%** sont en emploi (51% des personnes pas en emploi ont un logement adapté à leurs ressources).

L'accès à un logement décent est une difficulté majeure pour les familles monoparentales. Les loyers élevés, la concurrence avec des familles biparentales et les discriminations basées sur le statut monoparental complexifient l'accès à un logement adéquat.

« Même avec un bon salaire, être seule avec des enfants est un frein insurmontable pour louer. »

L'accès au logement est une difficulté structurelle pour ces familles. Si 63% des répondantes estiment que leur logement est adapté à leurs besoins, une part significative fait état de situations de mal-logement, de précarité résidentielle ou de difficultés d'accès au parc locatif, notamment privé.

« Avec un seul salaire et un enfant, je ne peux plus me loger dans un T3 à Dijon. »

La condition monoparentale est un frein dans l'accès au logement non seulement en raison de ressources financières limitées, mais aussi à cause de discriminations indirectes : les bailleurs sont perçus comme privilégiant les couples, plus sûrs financièrement.

« Les familles monoparentales doivent elles aussi gagné 3 fois le loyer, et même si c'est le cas, nous ne faisons pas le poids face aux familles dites " classiques" pour les propriétaires. Déplier le canapé lit, ne pas avoir de chambre, l'isolement social (car les couples ne fréquentent pas des parents solo) n'aident pas à garder la tête haute. »

Certaines mères doivent se résoudre à vivre dans des logements trop petits, insalubres ou éloignés des services essentiels, avec des conséquences sur la santé physique et mentale de toute la famille.

« Le logement c'est la base tout mais nous sont réservées les passoires thermiques car les charges ne rentrent pas en compte dans le loyer, ou l'insécurité des quartiers où personne ne voudrait vivre. »

« Je vois chez moi, j'ai plein de problèmes avec la moisissure, l'humidité. Ça fait des années que je me bagarre avec mon bailleur. C'est une prise de tête inimaginable. Et rien n'est fait. Il doit toujours justifier, justifier, justifier C'est une histoire qui est sans fin. J'aimerais tellement qu'il vienne, qu'il m'enlève toute cette humidité, cette moisissure. Parce que c'est dangereux pour moi, c'est dangereux pour les enfants. J'ai donné mon dossier médical. Ils s'en fichent complètement. Je ne comprends pas pourquoi on me laisse comme ça. Alors qu'ils ont juste à venir.

Enlever le papier qu'ils ont collé en fibre de verre. Enlever toute cette moisissure, réparer ce qu'il faut réparer. Ils m'ont envoyé tout le temps des agents pour contrôler, vérifier que ça n'aboutisse à rien du tout. Voilà. Après… »

Des témoignages évoquent aussi le sentiment d'abandon dans les démarches de relogement ou l'absence de réponse des bailleurs sociaux, malgré une ancienneté de dossier ou un besoin clairement établi.

« Une demande de logement avec une ancienneté de 2021… je n'ai jamais eu de proposition. »

L'isolement social est accentué par les conditions de logement, parfois partagées avec d'autres familles dans des hébergements provisoires, ou situées dans des quartiers périphériques mal desservis.

« Je vis dans un hébergement provisoire avec deux autres mamans et leurs enfants. On passe beaucoup de temps dans les transports. »

Des situations accentuées par la principale préoccupation de ces ménages à savoir, les ressources financières.

Ressources financières

Les ressources financières sont une source constante de préoccupation. Le coût de la vie, combiné à l'absence de soutien du second parent et à l'insuffisance des aides sociales, met les familles dans une situation de grande vulnérabilité.

De nombreux témoignages font état de situations où les dépenses essentielles (logement, alimentation, santé, garde d'enfant) dépassent les revenus disponibles. Une maman soulignera qu'elles sautent des repas ou une autre qu'elle renonce à des soins pour pouvoir subvenir aux besoins de leurs enfants.

« Nous ne pouvons pas manger à notre faim, on saute souvent le repas du midi. »

Un point de tension récurrent concerne la pension alimentaire : non versée ou mal prise en compte dans les barèmes d'aides, elle est source d'injustice.

« La pension alimentaire est imposée comme un revenu, c'est une double peine. Mon ex bénéficie d'un abattement d'impôt grâce à cette pension, et moi je perds des aides. »

Les dispositifs de soutien sont perçus comme rigides, non réactifs, mal adaptés à la temporalité des urgences vécues.

« Pas de logements à 3 chambres car on ne touche pas assez ! Pas d'activités possibles, cela fait un trop gros budget. Jamais de vacances pour nous. »

Certaines mères alertent sur l'effet de seuil et la perte de droits dès qu'un revenu modeste est perçu, notamment quand le foyer entre dans la catégorie des « classes moyennes ». Cette situation crée un sentiment d'abandon et d'invisibilité institutionnelle.

« La classe moyenne aussi connaît la monoparentalité. Sans revenu aisé, elle est exclue de tous les dispositifs. »

L'accès au crédit, au micro-financement ou même à des aides ponctuelles est aussi problématique. L'absence de co-emprunteur ou encore la précarité du statut professionnel rendent les démarches difficiles et sont perçus comme humiliantes.

« J'ai voulu acheter une machine à laver. On m'a refusé le paiement en plusieurs fois. Mon fils a dû aller travailler pour m'en acheter une. »

Emploi et formation

Si 81% des répondantes sont en emploi, beaucoup sont contraintes de choisir des postes peu qualifiés ou à horaires flexibles, souvent précaires, pour concilier vie familiale et professionnelle.

« Les femmes seules ont du mal à trouver du temps pour se former »

« J'adapte mes horaires de travail aux horaires d'école [...]Pour être là à 4 heures. C'est pour ça que j'ai gardé ce travail-là. Sinon, je sais que ce n'est pas possible d'avoir des horaires aussi flexibles que je les ai actuellement. » Cette maman est aide-ménagère

Les horaires atypiques, l'absence de réseau familial et les exigences scolaires des enfants compliquent l'insertion professionnelle durable.

« Oui, ce n'est pas facile. Parce que du coup, au niveau professionnel, j'ai dû trouver un emploi que j'aime, mais changer le nombre d'heures en fait, parce que je ne peux pas travailler à temps plein. 35 heures, ce n'est même pas envisageable. »

Enfin, certaines mères relatent les discriminations ou incompréhensions auxquelles elles font face dans leur environnement professionnel à cause de leur situation parentale.

« J'ai fait ça pendant un an et puis après, je ne serai pas restée longtemps à mon travail parce que je n'avais que des remarques par rapport à mon enfant, alors que ce n'est pas comme si j'avais choisi ça. Donc je suis partie et puis je me suis mis à mon compte dans la chose que je voulais faire depuis toujours, être photographe. »

Par ailleurs, l'accès à la formation, à la reconversion ou même à l'accompagnement à l'emploi est souvent lacunaire.

« On a beau dire France Travail, ils ne sont pas là pour vous accompagner. C'est ici (au TEMPO) que je vais refaire mon CV. »

Accès aux services publics

Certaines mères expriment un besoin fort d'accompagnement dans les démarches administratives, et de lieux ressources qui puissent les aider à comprendre, remplir ou suivre leurs dossiers (CAF, logement, santé, etc.).

« Besoins d'accompagnement pour les problèmes administratifs, d'aide à la vie quotidienne, besoin d'être orientée, écoutée et soutenue dans n'importe quelle situation ! »

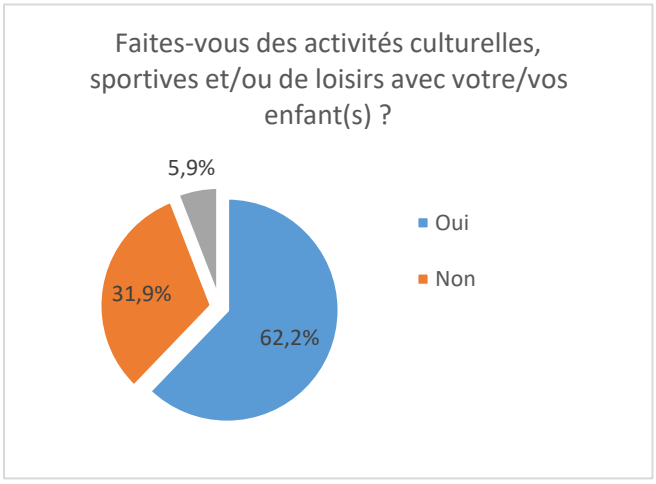
D'autres témoignages pointent un manque de communication ou de coordination entre les différents services éducatifs, sociaux et de santé, ce qui génère frustration et perte de confiance.

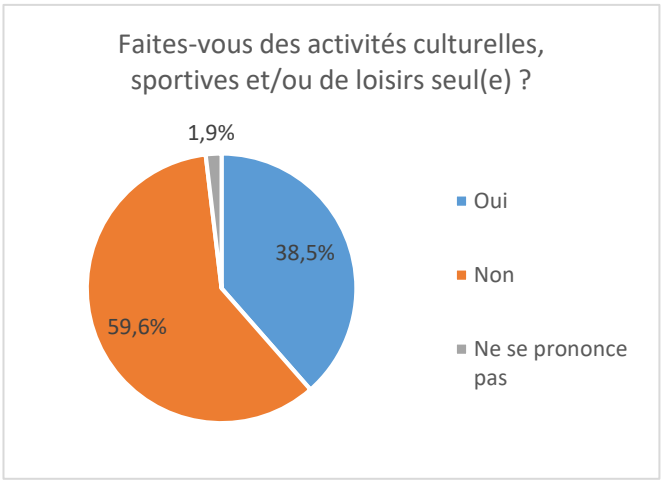
« Oui, je suis inquiète [pour le collège] parce que je n'ai pas de nouvelles. En fait, on fait un dossier avec la MDPH, on a des rendez-vous avec l'école. Après, ils envoient le dossier à la MDPH et on doit attendre. »

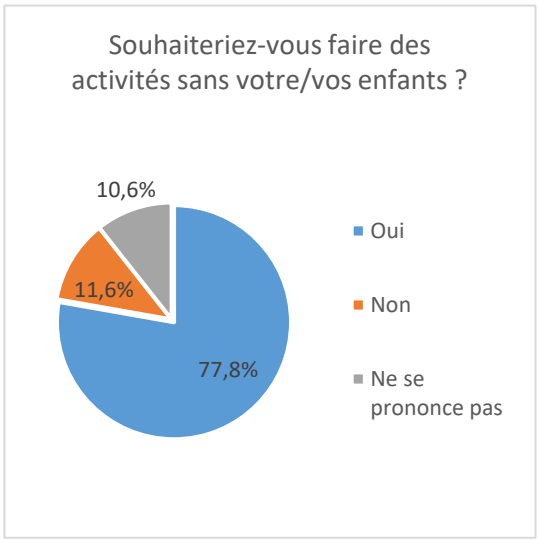
Enfin, certaines mères rappellent l'importance d'être traitées avec dignité et sans jugement, et de pouvoir accéder aux services publics sans avoir à se justifier en permanence de leur monoparentalité.

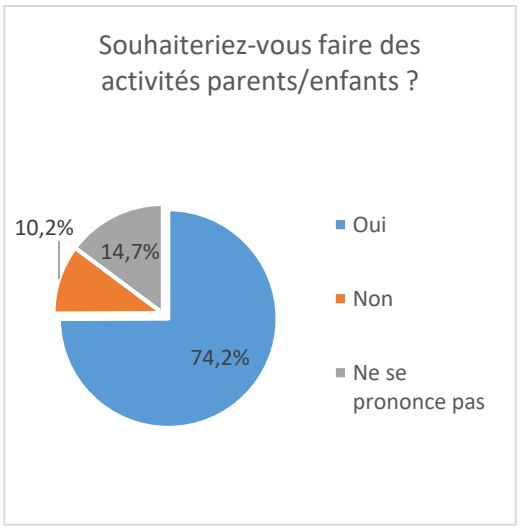
« Et par rapport aussi à l'école. Les grilles sont fermées, il faut réappuyer, rejustifier, expliquer pourquoi on est en retard et tout »

Accès à la culture, aux sports et aux loisirs[2]

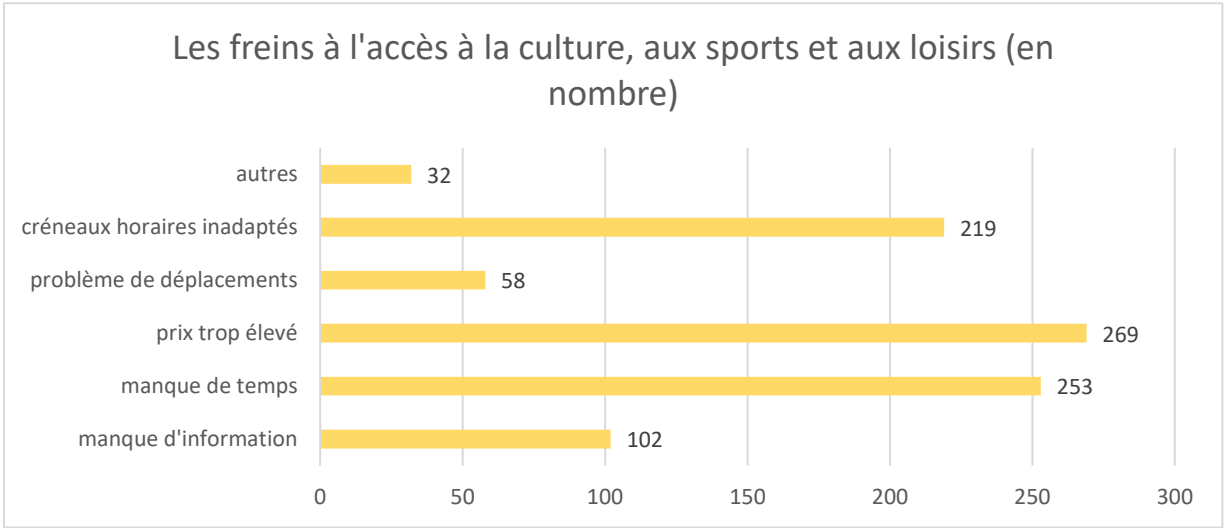








Parmi ceux faisant des activités avec leurs enfants (62,2%), 76% déclarent souhaiter en faire seul



[2] **Dans la catégorie « autres », on retrouve :** la complexité des démarches, problème de santé, manque d'activité adaptées aux jeunes enfants, l'absence de motivation, manque d'activité dans le quartier

Accéder aux activités culturelles, sportives ou de loisirs est souvent un luxe pour les familles monoparentales, en raison du coût élevé et de la difficulté à trouver des créneaux horaires compatibles avec leurs contraintes.

« L'accès à la culture est bien plus cher pour les familles monoparentales, car nous payons déjà essentiellement seules les autres loisirs. »

« Impossible de m'engager en club de sport car une semaine sur deux je suis absente et je devrais payer une année entière »

Au-delà du prix, les contraintes logistiques et le manque de créneaux adaptés aggravent l'exclusion de ces espaces. Les inscriptions limitées, ou les horaires décalés rendent la participation difficile, voire impossible.

« Seulement 8 places pour chaque activité enfant dans les musées, pour une ville comme Dijon, c'est trop peu. »

Certaines expliquent alors se replier sur soi, et s'isoler.

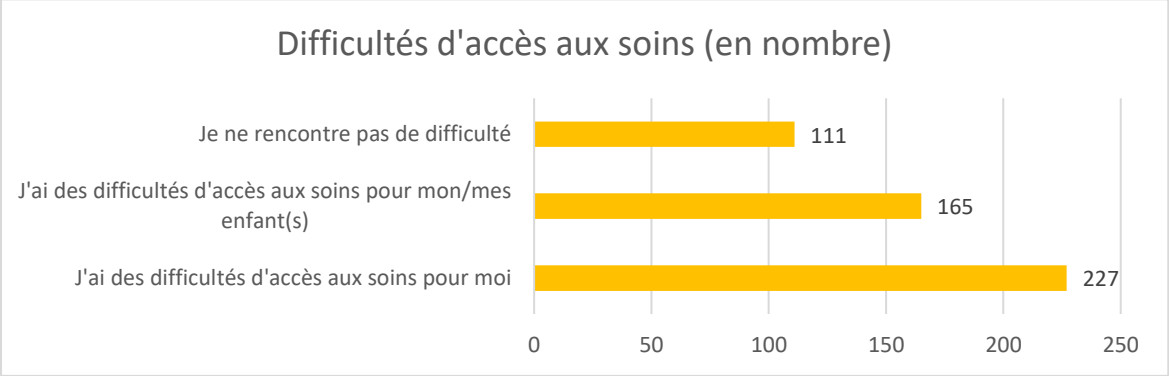
« Ça fait très longtemps que je ne sors plus. Ça fait 4-5 ans que je ne fais plus rien. Je suis tout le temps à la maison. »

« J'aimerais bien faire une activité sportive. Mais voilà, c'est un budget. Donc on tourne, c'est vrai. »

Certaines mères expriment également leur envie de reprendre une activité culturelle ou physique, non seulement pour leur santé mentale, mais aussi pour rompre avec l'isolement et la routine pesante du quotidien.

« Je m'étais dit qu'il faut que j'aille me renseigner avec les demandeurs d'emploi. J'aimerais bien faire une activité en salle de sport. Ça me ferait sortir et puis en même temps, ça me ferait du bien. »

L'accès aux soins[3]



L'accès aux soins constitue une préoccupation majeure pour les familles monoparentales, tant pour elles-mêmes que pour leurs enfants. Les difficultés sont multiples : délais d'attente très longs, inégalités territoriales, spécificités des enfants en situation de handicap ou souffrant de troubles psychiques.

« Actuellement, la principale problématique que je rencontre pour ma fille est l'accès aux soins (orthophoniste notamment, CMP...). Les délais d'attente sont incroyablement longs. »

« J'avais découvert qu'il était… Qu'il y avait un truc vers deux ans et demi. Donc, pour vous dire, il a 11 ans. Et… Et je n'ai pas été prise, enfin j'ai pas été à l'écoute. Alors mon médecin traitant a été à l'écoute, il m'avait fait un papier pour ses confrères. Sauf que moi j'ai appelé, mais on m'a dit qu'il fallait attendre que l'enfant soit à l'école. Donc j'ai

3 A noter : Dans le remplissage du questionnaire, un problème technique a obligé les 253 premiers participants à se positionner sur « j'ai des difficultés d'accès aux soins pour moi » ou « « j'ai des difficultés d'accès aux soins pour mon/mes enfants ». La mention « je ne rencontres pas de difficultés » ayant été rajouté qu'après. Il est impossible de savoir pour qui cela est véritablement le cas.

dû attendre la scolarisation. Et c'est à ce moment-là que ça a commencé, quand ils ont commencé à voir que mon fils avait des symptômes de quelque chose. Donc là, j'ai pu commencer à faire les démarches. Pour moi, j'ai perdu bien un peu plus de six mois, six mois, un an déjà dans ça. »

Ces difficultés sont d'autant plus critiques lorsqu'il s'agit de santé mentale. Les témoignages font état d'une réelle détresse face à l'absence de relais psychologiques adaptés, notamment pour les adolescents. L'attente pour un rendez-vous en CMP (Centre Médico-Psychologique) peut s'étendre sur plusieurs mois, ce qui met les familles en grande souffrance.

« J'ai deux enfants en difficulté, 16 ans est autiste et 14 ans en dépression grave. »

La santé de la mère est également affectée par cette accumulation de charges, de stress et d'épuisement, avec des conséquences parfois graves :

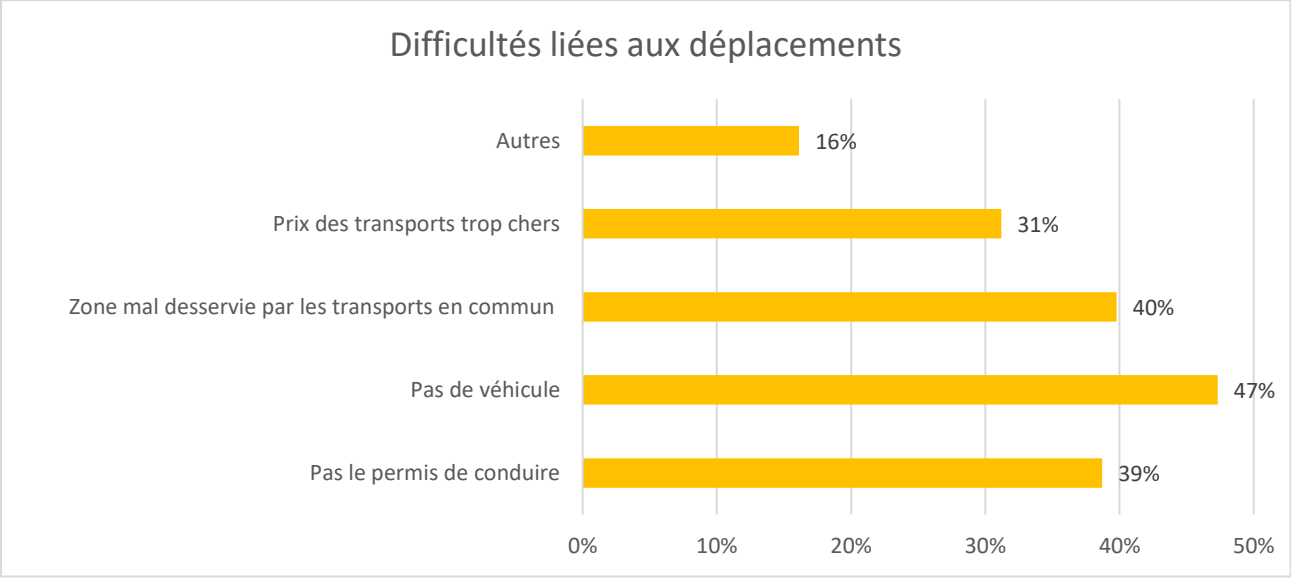
« Je me suis toujours dit que c'était moi qui offrirais le permis à mes enfants et je n'ai pas pu. Donc, oui, c'est… C'est dur, mais si on me demandait de tirer deux cartes... je choisirais la maladie et le combat. Voilà. Donc je ne regrette rien. »

« Il lui arrive d'être triste et de pleurer devant ses enfants car la charge mentale est trop conséquente, elle leur dit qu'elle est fatiguée. »

« Si tu veux, on a beaucoup, beaucoup, beaucoup de boîtes de conserve. Et moi, j'ai peur de trop en manger, en fait, parce que oui, c'était l'année dernière, j'ai fait une analyse, le médecin m'a dit, il faut arrêter les boîtes de conserve, vous avez trop de cholestérol. Et puis, ça va. Donc, je n'ai pas envie de rechuter. J'ai deux enfants, il faut que je sois en bonne santé »

Déplacements

La majorité des répondants n'ont pas de difficulté à se déplacer (76%).



Parmi ceux qui ont des difficultés (22%), **70%** ont des difficultés à se déplacer entre **chez elles et les activités culturelles, sportives ou de loisirs** – **45%** ont des difficultés à se **déplacer entre chez elles et le travail – 37%** ont des difficultés à se déplacer entre **chez elle et les espaces d'accueil ou de services.**

Les déplacements peuvent donc être un autre point de tension. L'éloignement des structures scolaires, de loisirs ou de santé, combiné au coût des transports, constitue un frein important. Le sentiment d'être pénalisée, voire exclue

de l'espace public, revient dans plusieurs témoignages. Le stationnement en centre-ville, par exemple, devient un casse-tête quotidien.

« Quand je ne peux pas me déplacer, je ne peux pas aller à certains rendez-vous. Et même participer à des ateliers ou à des sorties, par exemple, à la maison des familles, je ne peux pas. Et ça m'embête parce que, bon, j'espère que tout le monde comprend que si je ne viens pas, ce n'est pas que je ne veux pas, c'est parce que je ne peux pas. Parce que je n'ai pas envie de me prendre une prune. Il y a beaucoup de contrôles dehors. Moi, je m'en suis déjà pris deux fois des amendes. C'est bon, je ne veux pas. »

Les difficultés de mobilité exacerbent l'isolement social et limitent les opportunités professionnelles et de loisirs.

Les déplacements représentent une contrainte majeure pour de nombreuses familles monoparentales, notamment lorsqu'elles ne disposent pas de véhicule personnel ou vivent dans des quartiers mal desservis par les transports en commun.

« Quand on habite à moins de 5mn de 3 lycées à proximité et qu'on a 20mn de marche à faire pour se rendre dans le lycée dans lequel on est affecté et qu'il n'y a des bus que tous les 17mn… c'est un problème ! »

« Je passe beaucoup de temps dans les transports pour emmener mon fils à la crèche et aller à ma formation. »

Enfin, certaines demandent des solutions simples mais concrètes, comme des tarifs adaptés ou la reconnaissance de leur statut dans l'attribution des aides à la mobilité.

« Il faut se stationner à 1km de son logement et de manière inadaptée pour décharger ses courses, un achat de meubles ou autre et un adulte seul ne peut pas tout faire à la fois »

Modes de gardes

Le manque de modes de garde adaptés est une des difficultés majeures exprimées par les familles monoparentales (23% indiquent qu'ils ne sont pas adaptés et 16% s'abstiennent), notamment celles en horaires décalés ou atypiques Sur les 30 personnes en horaires atypiques, 8 indiquent que le mode de garde n'est pas adapté. 45% des répondants font appel à des modes de garde alternatifs : baby-sitter/garde à domicile ou familles/amis/connaissances

Les structures existantes ne couvrent pas suffisamment les besoins réels : plages horaires trop restreintes, manque de places disponibles, rigidité des conditions d'inscription.

« Exerçant à l'hôpital avec des horaires atypiques, les modes de garde sont extrêmement chers et difficiles à trouver. »

Le coût des gardes représente également un fardeau conséquent, avec des systèmes de tarification perçus comme injustes.

« Payer trois fois le prix avec 980 euros de salaire alors qu'une personne à revenu égal ne travaillant pas ne paie quasi rien... Cantine et garde. »

Certaines mères racontent la complexité anxiogène du processus d'inscription, notamment pour les centres de loisirs pendant les vacances scolaires.

« C'est très, très compliqué, le centre de loisirs, parce que si tu ne vas pas… si tu n'y vas pas à l'heure, tu n'as pas de place. »

« C'est toujours compliqué et stressant d'inscrire nos enfants pour les vacances. »

D'autres témoignages soulignent la frustration de ne pouvoir modifier une réservation lorsque l'occasion se présente de passer du temps avec son enfant.

« Je suis facturée même si mon enfant n'a pas fréquenté l'accueil au final, parce que j'ai eu la possibilité d'être avec lui à la dernière minute. »

Le manque d'options de garde d'urgence ou d'espaces pour les devoirs après l'école accentue encore les inégalités vécues par ces mères.

« Il faudrait développer des espaces où les enfants peuvent faire leurs devoirs pendant que le parent est encore au travail pour éviter le décrochage scolaire »

Enfin, plusieurs mères dénoncent l'invisibilisation de leur réalité dans les critères d'attribution des places ou d'ajustement tarifaire.

« [Je voudrais] qu'on soit plus reconnus vu qu'on est seul avec nos enfants. Le problème, c'est qu'on nous met à la même position qu'une personne en couple. On n'a pas les mêmes aides, entre guillemets. Moi, un truc tout bête, ma fille, elle est malade. J'appelle mon travail parce que je ne peux pas aller travailler. Je m'en prends. Encore, encore, encore. Une personne en couple, elle n'aura pas ce problème-là parce qu'elle aura forcément une personne, entre guillemets, l'un ou l'autre. Moi, en fait, quand elle est malade, des fois, je peux ne pas aller travailler pendant une semaine. Ça a été quand même récurrent sur un an, tant qu'on sache ce qu'elle avait. Des fois, je n'allais pas travailler une semaine, deux semaines. Et ça, c'est le problème que j'ai. J'en ai même parlé à mon entreprise. Ils s'en foutent. Ça, là-dessus, du coup, je perds de l'argent. Et à ce moment-là, après, c'est compliqué. »

Ces modes de gardes sont vus comme une vraie nécessité pour les familles et leurs enfants :

« Moi, j'aime bien quand il va au périscolaire. Parce que je sais qu'il va s'amuser, il va avoir ses copains. Et puis moi, ça me permet de… de ne pas trop lui transmettre les soucis qu'on a à la maison. Il vit sa petite vie d'enfant. »

Gestion du temps, soutien aux familles et vie sociale

La gestion du temps est une préoccupation centrale. Jongler entre le travail, les enfants, l'entretien du foyer et les démarches administratives laisse peu de place à la vie sociale et au repos personnel.

« Quand tu portes un fardeau sur ton épaule... c'est lourd, parce que tu es tout seul. »

La gestion du temps constitue un véritable casse-tête pour les familles monoparentales. La journée type est une course permanente, rythmée par l'enchaînement du lever, des trajets, du travail, de la récupération des enfants, des devoirs, du dîner, du coucher… et des tâches ménagères à faire après.

« Chaque jour, on court à gauche, à droite, tout le temps. C'est compliqué. »

Cette intensité constante laisse peu, voire aucun espace de récupération. Le week-end, censé être un moment de repos, se transforme souvent en une prolongation du quotidien, avec ses corvées et ses exigences logistiques.

« Les week-ends, c'est vraiment ce que j'aime le moins [...] parce qu'il faut gérer toute la maison, il faut gérer les enfants, il faut trouver un moment. Mais parfois, je laisse tomber tout et on sort. »

Le manque de relais et l'absence de tiers de confiance auxquels déléguer temporairement les enfants accentuent l'isolement et peut devenir une source d'un mal-être latent et de sentiment d'injustice

« J'ai honte de le dire… Mais le moment que je préfère dans la journée, c'est quand elles dorment. C'est parfait. »

« C'est le timing, c'est horrible. Surtout quand on n'est pas véhiculé, qu'il faut courir derrière les bus et qu'on a l'impression d'être incomprise aussi bien par le monde professionnel, par mon employeur qui ne comprend pas que j'arrive en retard le matin. Et par rapport aussi à l'école. Les grilles sont fermées, il faut réappuyer, rejustifier, expliquer pourquoi on est en retard et tout, alors que c'est tout un long combat, un parcours de rire et de crie en même temps. »

« Je trouve que la femme qui demande le divorce, elle est toujours punie, même après le divorce. C'est-à-dire que je vois le père des enfants, lui, il a tous les droits, qu'ils viennent ou qu'ils ne viennent pas. Il a tous les droits, c'est son choix. Si nous, on ne présente pas l'enfant, c'est nous qui avons des problèmes. S'il ne paye pas la pension alimentaire, il a le droit parce qu'il s'amuse à jongler un mois sur deux. Donc, on ne pourra jamais rien lui faire. [...]Quand on veut demander un crédit ou quoi que ce soit, ce n'est pas possible. Et ce n'est pas l'ex-mari qui va venir nous aider à payer la machine à laver ou le frigo ou tout ça. Mais par contre, si lui, il sait qu'à la maison, il n'y a pas de machine à laver ou le frigo est en panne, lui, il a le droit de porter plainte contre nous. Oui, oui. Parce que ça m'est déjà arrivé, hein. Donc, non, je trouve que c'est injuste. »

Le soutien aux familles, qu'il soit moral, logistique ou social, apparaît comme une urgence partagée. Beaucoup de mères interrogées expriment un besoin crucial d'espaces de parole, d'écoute, mais aussi de lieux pour souffler, créer du lien et ne pas se sentir seules dans leur parentalité.

« On a besoin de quelqu'un, au moins dans le quotidien, qui puisse nous écouter. »

« C'est très dur… Mais si je tiens encore debout aujourd'hui, c'est grâce à mes enfants. »

Les interactions sociales sont aussi profondément affectées par le manque de temps, l'isolement, les jugements extérieurs.

« Je ne me projette pas trop… C'est plus au jour le jour. »

« Mon loisir, c'est mon travail. »

Les sources de plaisirs et les leviers de répit

Il existe cependant des espaces de répit pour les mères isolées, souvent dans les moments les plus simples : un temps partagé avec les enfants, une activité extérieure, ou un échange avec les autres parents.

Nombre de femmes interrogées évoquent ces instants comme des soupapes nécessaires.

« Ces sorties sont ma bouffée d'oxygène. »

« Pouvoir sortir et respirer est vital. »

Pour certaines, ce sont les animations collectives qui permettent de relâcher la pression, rire, parler, se sentir enfin comprises.

« Quand je suis là, au café du lundi, je me sens bien. Je peux rigoler, discuter. C'est un moment que j'attends toute la semaine. »

D'autres évoquent des moments solitaires, lorsque les enfants dorment enfin, mais sans qu'ils apportent un vrai repos :

« Quand elles dorment, c'est parfait. Mais après, je fais le ménage, je plie le linge… ce n'est pas vraiment du repos. »

« Je me divertis sur Facebook. Et puis c'est tout. »

Beaucoup expriment le désir d'accéder à des temps de bien-être sans que cela devienne un luxe inabordable.

« Des petits massages à moitié prix, une petite sortie, ce serait déjà énorme. Juste qu'on puisse se permettre un petit plaisir de temps en temps. »

Enfin, les mères isolées aspirent à un accompagnement qui ne soit pas seulement basé sur la gestion ou la réparation, mais aussi sur la valorisation et le soutien émotionnel.

« J'ai besoin de parler, juste parler. Qu'on m'écoute, qu'on me dise que c'est normal, que je ne suis pas seule. »

Les aides identifiées et besoins exprimés (propositions)

Soutien financier & aides matérielles

- Aide financière ponctuelle d'urgence, sans passage en commission
- Plafonds d'aides revalorisés pour prendre en compte le statut monoparental
- Aides au déménagement (ex. FSL)
- Prêts aidés pour l'achat immobilier accessibles aux parents seuls
- Aides à la rénovation énergétique
- Microcrédit / possibilité de paiement fractionné (ex. électroménager)
- Revalorisation des aides pour les enfants en études supérieures
- Tarifs spécifiques pour parents isolés : culture, sport, transport, cantine
- Aides pour le transport (tarifs, entretien véhicule)
- Aides pour dépenses de santé / psychologue pour enfants

Logement

- Caution publique pour location
- Accès équitable au logement (contre les discriminations des bailleurs)

Enfance & parentalité

- Prise en charge psychologique / éducative pour les enfants
- Réservation de places en crèche ou centre de loisirs pour parents isolés
- Espaces où les enfants peuvent faire leurs devoirs
- Garde d'enfants en horaires atypiques / d'urgence
- Accès simplifié aux diagnostics pour enfants en difficulté
- Moins de rigidité dans les inscriptions aux centres de loisirs
- Souplesse pour annuler une réservation périscolaire en cas d'imprévu
- Espaces de loisirs accessibles aux enfants au-delà du bas âge
- Communication fluide entre école, MDPH, santé, mairie

Santé mentale & bien-être

- Création de lieux de répit / espaces de parole
- Temps pour soi (sans culpabilité, à prix accessible)
- Allègement de la charge mentale quotidienne
- Accompagnement moral pour les parents en détresse

Inclusion sociale & entraide

- Création d'un réseau d'entraide entre mères isolées
- Réseaux d'échange de services (entraide manuelle, garde, bricolage, etc.)
- Lien social / inclusion dans la ville et les services
- Sortir de l'isolement par des activités collectives encadrées
- Reconnaissance sociale et institutionnelle du statut de parent solo

Éducation & formation

- Soutien à l'accès à la formation ou reconversion
- Éducation financière (pour adultes et enfants)

Accès & qualité des services publics

- Accès facilité aux aides CAF en cas de séparation
- Soutien à l'accompagnement dans les démarches administratives
- Souplesse des services publics (plages horaires élargies, écoute, suivi)

Points d'attention spécifiques

Certaines familles monoparentales cumulent plusieurs facteurs de vulnérabilité.

Handicap et troubles spécifiques des enfants

Les familles dont les enfants sont en situation de handicap expriment une grande détresse face à l'absence de relais, aux délais d'attente interminables, à la complexité des parcours administratifs (MDPH, scolarité adaptée, santé, etc.) et au manque de considération de leur réalité quotidienne.

« J'ai deux enfants en difficulté, 16 ans est autiste et 14 ans en dépression grave. »

« J'ai dû attendre la scolarisation pour entamer les démarches de diagnostic, on m'a dit de patienter, que ce serait plus clair plus tard. »

Ces familles réclament une meilleure coordination des acteurs médico-sociaux, un accès facilité aux soins, et des solutions de répit adaptées à leurs contraintes.

Isolement et détresse psychologique

Certaines mères expriment une solitude profonde, qui va au-delà du manque de réseau ou d'amis. Il s'agit d'un isolement social, émotionnel, institutionnel. Des propos très forts émergent sur la fatigue, le désespoir, le sentiment d'abandon ou de honte.

« Il y a eu un moment où j'aurais pu mettre fin mes jours. Mais j'ai pensé à mes enfants. »

« Je supporte parce que je suis forgée par mon passé. Mais parfois j'y pense. Je n'ai pas le droit de faire ça à mes enfants. »

Conclusion

Ce rapport propose une analyse approfondie de la situation des familles monoparentales à l'échelle locale, en croisant les données issues du questionnaire en ligne et les témoignages recueillis lors de séances d'écoute active. Il met en lumière la diversité des réalités vécues, les contraintes spécifiques liées à la monoparentalité, ainsi que les ressources mobilisées au quotidien. Au fil des thématiques abordées — logement, emploi, santé, mobilité, modes de garde, vie sociale — les familles expriment des besoins concrets, souvent récurrents, et des propositions d'amélioration. L'analyse permet ainsi de dégager plusieurs leviers d'action susceptibles de mieux répondre aux attentes formulées : renforcement du soutien administratif, amélioration de l'accès aux services, souplesse des dispositifs existants, accompagnement psychologique ou encore reconnaissance explicite du statut de parent isolé dans les politiques publiques.

Ce travail vise à nourrir une réflexion collective et partagée. Il constitue une base de discussion pour les assises du 22 mai, dont l'ambition est de faire émerger, en atelier, des pistes d'action opérationnelles, adaptées au territoire et co-construites avec les acteurs concernés.

Annexes

Le questionnaire

La grille d’entretien

Le guide pour les animatrices des séances d’écoute active

Document de travail – Questionnaire à destination des parents vivant seul avec son/ses enfant(s).

Questionnaire en ligne sur dessinons.dijon.fr :

La Ville mène actuellement une réflexion sur les familles monoparentales, leurs besoins et leurs difficultés. Elle souhaite à ce titre, recueillir votre avis afin d'avoir une vision la plus juste possible. Votre témoignage anonyme à travers ce questionnaire est précieux, l'objectif étant de mieux vous accompagner.

Votre situation

Dans quel quartier habitez-vous ?

- ☐ Varennes, Toison d'Or, Joffre
- ☐ Grésilles
- ☐ Maladière, Drapeau, Clémenceau
- ☐ Université
- ☐ Chevreul-Parc
- ☐ Centre-ville
- ☐ Bourroches, Port du Canal, Valendons, Montagne Sainte-Anne
- ☐ Fontaine d'Ouche, Faubourg Raines, Larrey, Motte-Giron
- ☐ Montchapet, Marmuzots
- ☐ Hors Dijon → Fin du questionnaire

Vous êtes :

- ☐ Une femme
- ☐ Un homme
- ☐ Ne souhaite pas répondre

Vous avez :

- ☐ Moins de 18 ans
- ☐ Entre 18 et 29 ans
- ☐ Entre 30 et 39 ans
- ☐ Entre 40 et 49 ans
- ☐ Entre 50 et 59 ans
- ☐ Entre 60 et 69 ans
- ☐ Entre 70 et 79 ans
- ☐ 80 ans et plus

Avez-vous des enfants ?

- ☐ Oui
  - Si oui, combien et quel âge ?
- ☐ Non

Etes-vous en situation de monoparentalité (parent vivant seul avec ses enfants) ?

- ☐ Oui
- ☐ Non

Document de travail – Questionnaire à destination des parents vivant seul avec son/ses enfant(s).

Vos priorités

Dans cette liste, quelles sont les 5 sujets que vous jugez comme prioritaire pour vous (1 étant le plus important)

1 : 2 : 3 : 4 : 5:	- Logement - Ressources financières - Accès à l'emploi - Accès aux services publics - Accès à la culture, aux sports et aux loisirs - Accès aux soins - Déplacements - Modes de garde - Gestion du temps - Soutien aux familles - Vie sociale - Autres...

Pour en savoir plus

La situation dans le logement

Votre logement est-il adapté à la taille de votre foyer ?

- ☐ Oui
- ☐ Non

Est-il adapté à vos ressources ?

- ☐ Oui
- ☐ Non

L'accès à l'emploi

- ☐ Je suis en emploi
  - o A temps plein
  - o A temps partiels
  - o Horaires atypiques
- ☐ Je ne suis pas en emploi

L'accès aux services publics

Les horaires des services publics vous semblent-ils adaptés ?

- ☐ Oui
- ☐ Non

Document de travail – Questionnaire à destination des parents vivant seul avec son/ses enfant(s).

L'accès à la culture, aux sports et aux loisirs

Faites-vous des activités culturelles, sportives et/ou de loisirs avec votre/vos enfant(s) ?

- ☐ Oui
- ☐ Non

Faites-vous des activités culturelles, sportives et/ou de loisirs seul(e) ?

- ☐ Oui
- ☐ Non

Souhaiteriez-vous faire des activités parents/enfants ?

- ☐ Oui
- ☐ Non

Souhaiteriez-vous faire des activités sans votre/vos enfants ?

- ☐ Oui
- ☐ Non

Dans votre situation, quels sont les freins empêchant l'accès à la culture, aux sports et aux loisirs ? (Plusieurs réponses possibles)

- ☐ Manque d'informations
- ☐ Manque de temps
- ☐ Prix trop élevé
- ☐ Problème de déplacements
- ☐ Créneaux horaires inadaptés
- ☐ Autres : ……..

L'accès aux soins

Rencontrez-vous des difficultés pour accéder aux soins ? (Plusieurs réponses possibles)

- ☐ J'ai des difficultés d'accès aux soins pour moi
- ☐ J'ai des difficultés d'accès aux soins pour mon/mes enfant(s)

Les déplacements

Rencontrez-vous des difficultés pour vous déplacer ?

- ☐ Oui
    - Si oui, pour quel(s) type(s) de trajets ?
        - ☐ Domicile →←Travail
        - ☐ Domicile →← Espaces d'accueil ou de services
        - ☐ Domicile →← activités culturelles, sportives et de loisirs ?
    - Quelles sont les difficultés que vous rencontrez ?
        - ☐ Pas le permis de conduire
        - ☐ Pas de véhicule
        - ☐ Zone mal desservie par les transports en commun
        - ☐ Prix des transports trop chers
        - ☐ Autres : ……

- ☐ Non

Document de travail – Questionnaire à destination des parents vivant seul avec son/ses enfant(s).

Les espaces d'accueil

Est-ce que votre mode de garde est adapté à votre situation personnelle ?

- ☐ Oui
- ☐ Non

Faites-vous appel à des modes de garde alternatifs : baby-sitter/garde à domicile ou familles/amis/connaissances ?

- ☐ Oui
- ☐ Non

Le soutien aux familles

De quelle(s) aide(s) avez-vous besoin ?

- ☐ Individuel : écoute, informations
- ☐ Collectif : temps de rencontres et d'échanges, informations
- ☐ Répit, temps pour soi, relais
- ☐ Aide dans la gestion du quotidien
- ☐ Aide au départ en vacances
- ☐ Médiation familiale
- ☐ Aucune
- ☐ Autres : ……

Identifiez-vous d'autres sujets sur lesquels une réflexion pourrait être engagée ? (Question ouverte)

Explications/ Eléments de langage:
Cette discussion doit nous permettre de mieux saisir votre quotidien, vos difficultés et vos besoins. Il est anonyme. Le principe est d'échanger librement sur votre quotidien.

*Les sous questions sont là pour aider l'animateur à relancer les échanges, pour creuser une question. Elles n'ont pas vocations à être toutes posées en fonction de la discussion. Les questions peuvent être reformulées au besoin. Les verbatims doivent être compléter dans le form ici : https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=1dq0JWewXEWnjZ5rg2JqaTygBTyvlnJAqr85RJuuochURFJWWklZUkRMNDNYSFZBV1QyWkFHMUhCNy4u

1. Racontez-nous votre quotidien...

- *À quoi ressemble une journée type pour vous ?*
- *Quels sont les moments les plus agréables et les plus difficiles dans votre journée ?*
- *Avez-vous du temps pour vous ? Comment l'utilisez-vous ?*
- *Quelles sont vos principales préoccupations au quotidien ?*

2. De manière globale, quelles sont les difficultés que vous rencontrez en tant que parent vivant seul avec son/ses enfant(s)?

- *Quelles sont les principales difficultés d'ordre matériel ou financier ?*
- *Comment gérez-vous l'organisation familiale (emploi du temps, garde des enfants, devoirs, loisirs…) ?*
- *Rencontrez-vous des difficultés particulières pour concilier vie professionnelle et vie familiale ?*
- *Recevez-vous du soutien de votre entourage ou d'institutions ? Lequel ?*
- *Avez-vous parfois le sentiment d'être isolé(e) ou en manque de soutien ?*

3. Au quotidien, qu'est-ce qui vous aide ou pourrait vous aider ?

- *Avez-vous accès à des aides ou des dispositifs de soutien adaptés à votre situation ?*
- *Existe-t-il des services ou des structures qui vous facilitent la vie (crèche, assistante sociale, aides financières, associations…) ?*
- *Quels types d'aides ou de soutiens manquent aujourd'hui selon vous ?*
- *Qu'attendriez-vous d'un accompagnement idéal pour les familles monoparentales ?*
- *Si vous pouviez changer une seule chose pour améliorer votre quotidien, laquelle serait-ce ?*

4. Qu'est-ce qui vous ressource ou vous fait plaisir ?

- *Quels sont les moments où vous vous sentez bien, épanoui(e) ?*
- *Avez-vous des activités ou des loisirs qui vous permettent de souffler un peu ?*
- *Passez-vous du temps avec d'autres parents ou amis ?*
- *Quels sont les petits plaisirs ou rituels qui vous aident à tenir au quotidien ?*
- *Qu'est-ce qui vous motive et vous donne de l'énergie malgré les difficultés ?*

Document à destination des animateurs des séances d'écoute active.

Conduite d'un entretien collectif / focus group

Introduction

Dans un premier temps, pour lever les inquiétudes, il est important d'expliquer aux participants l'objectif de la séance. Il ne s'agit pas d'une évaluation, mais d'un travail mené par la ville sur la thématique des familles monoparentales afin de mieux comprendre les enjeux. Pour cela, nous échangeons avec des personnes concernées.

Il est essentiel de préciser que les témoignages recueillis resteront anonymes. Vous pouvez attribuer des pseudonymes ou des lettres dans vos notes pour vous y retrouver.

🚫 **À éviter** :

- Trop en dire.
- Dire « la ville recueille des avis pour proposer des choses », car cela pourrait laisser entendre que des propositions ou avantages seront accordés, ce qui n'est pas l'objectif.
- Employer des formules comme « pour mieux comprendre vos difficultés », car cela risquerait d'orienter les échanges vers un discours focalisé uniquement sur les problèmes, rendant plus difficile un échange neutre.

L'entretien collectif / focus group : un outil qualitatif

Par nature, un focus group ne peut jamais être totalement objectif. L'entretien repose sur une **grille de questions**, qui est un guide souple. Cela signifie que :

- Vous n'êtes pas tenu(e) de poser toutes les questions ni de les suivre dans un ordre strict.
- L'objectif est de favoriser une discussion fluide et naturelle, plus riche qu'un simple enchaînement de questions-réponses.
- Il est important que les participants ne se sentent pas « analysés » (référence à Stéphane Beaud).

Enfin, **ne jamais dire non** à une réponse, même si une approche ne vous plaît pas. Vous n'êtes pas là pour juger ou donner votre opinion.

La conduite de l'entretien

L'entretien mené est **semi-directif** :

- **Directif** : Vous orientez la discussion vers les thèmes qui vous intéressent.
- **Semi-** : Vous laissez une marge de liberté aux participants pour développer leurs propos. L'entretien doit être un **dialogue**, et non un questionnaire figé.

Cela demande une **écoute active** et une attention soutenue. **Point de vigilance** : Dans un entretien collectif, veillez à bien répartir la parole entre les participants.

Formulation des questions

- Posez des questions **claires**, courtes et simples, avec un vocabulaire accessible. Reformulez si nécessaire.
- Laissez s'exprimer les représentations des participants, mais orientez les relances vers leurs **pratiques** (ces aspects émergent souvent moins spontanément).
- Si une réponse reste trop brève, reposez la même question sous une autre forme.
- Évitez les questions multiples (ex. : « Quand et comment ? »).

Techniques de relance

Les relances permettent de guider la discussion et d'approfondir les réponses tout en montrant aux participants que vous les comprenez.

✅ **Quelques techniques utiles** :

- **Encouragements non verbaux** : hochements de tête, sourires, prise de notes, signes d'intérêt (« hmm », « oui », « ah bon ? », « c'est sûr… »).
- **Demandes d'explication** : « Quand vous dites… », « Qu'entendez-vous par… ? », « Que signifie… ? », « Par exemple ? ».
- **Jeu de la naïveté** : « Ça va vous paraître naïf, mais… », « J'aimerais être sûr de bien comprendre… ».
- **Reformulations** : « Donc, selon vous… », « Vous pensez que… », « Si je comprends bien, vous… ».
- **Technique du reflet** : « Cela semble vous déplaire », « Vous n'avez pas l'air satisfait », « Cela semble vous poser problème ».

Gestion des silences

Les silences peuvent sembler longs, et vous serez tenté(e) de les combler. Pourtant, ils sont souvent **nécessaires** :

- Ils permettent aux participants de réfléchir et de formuler leur pensée.
- Ils sont généralement plus gênants pour vous que pour eux.

✅ **Astuce** : Avant d'intervenir, **comptez mentalement jusqu'à 10**. Il faut respecter le rythme de l'entretien.

Clôture de l’entretien

Un entretien peut se terminer de deux façons :

- **Naturellement**, lorsque tous les points ont été abordés.
- **Par manque de temps**, auquel cas il est important de s’assurer que les participants n’ont plus rien à ajouter.

✅ **Questions à poser avant de conclure** :

- « Auriez-vous une remarque à ajouter ? »
- « Y a-t-il un point que vous souhaiteriez aborder ? »
- « Avez-vous dit tout ce qui vous semblait important ? »